Как помочь малышу справиться с адаптацией к детскому саду.

В основе помощи должны лежать любовь к ребёнку, глубинное понимание и чувствование того, что ребёнок переживает и чем живёт.

- Заранее формируйте у ребёнка положительное отношение к детскому саду и представления о том, чем там дети занимаются, используя игры и сказки;

- На первых порах не оставляйте ребёнка в дошкольном учреждении на целый день, как можно раньше забирайте его домой;

-Приучайте ребёнка к временной разлуке;

- Проявляйте искренний интерес к первым шагам малыша в детском саду. Искренне интересуйтесь, что запомнилось ребёнку, с кем оно общался, чем занимался. Пообщайтесь с педагогом, узнайте их мнение, как привыкает ваш малыш;

-Выражайте позитивное отношение и оптимизм по поводу поступления ребёнка в детский сад. Выражайте и делитесь своим ощущением радости с ребёнком, что он вырос и уже ходит в детский сад. Учитесь сами и учите ребёнка обращать внимание на всё хорошее происходящее в детском саду, и «пропускайте» негатив;

- Постарайтесь приблизить домашний режим дня к режиму дня детского сада;

- Расширяйте круг общения своего ребёнка, создавайте условия для развития его навыков общения;

- Развивайте у ребёнка самостоятельность и уверенность в себе. Постарайтесь формировать ребёнку опыт достижений, ощущения «Я это могу сам!»;

- Формируйте у ребёнка чувство доверия к жизни на основе безусловной любви. Каждому человеку, чтобы почувствовать себя самодостаточно, спокойно, миролюбиво, нужно ощущение, что нас любят просто так, нас принимают такими, какие мы есть. И если это есть, то формируется доверие к другим людям и жизни в целом, наблюдается меньше тревог и опасений;

- Не угрожайте ребёнку детсадом как наказанием за детское непослушание;

- Не нервничайте и не показывайте свою тревогу накануне поступления ребёнка в детский сад;

- Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом;

- Можете дать ребёнку с собой игрушку или книжку, словом «кусочек» дома.