

Чек-лист адаптации ребёнка к детскому саду

С чего начнём:

- Чтение книг про детский сад («Котёнок Потя идёт в детский сад» И.Цесарь, «Сказки про детский сад» Е.Ульева, «Мышонок Тим идёт в детский сад»)
- Беседы про детский сад
- Посещение ЦИПР в детском саду
- Получить опыт расставания ребёнка с мамой
- Развиваем навыки самообслуживания (самостоятельно кушать, мыть руки, надевать сандалии и др.)



За месяц до садика:

- Перестраиваем режим дня в соответствии с режимом детского сада
- Устраиваем прогулки возле детского сада, рассказывая о том, что скоро и малыш будет туда ходить
- Расширяем круг общения, чаще ходим на площадки, мотивируем ребёнка к взаимодействию с другими детьми



За неделю до садика:

- Примерка одежды для детского сада (не забудьте сказать, как она идет малышу и как будет удобно в ней играть)
- Рассказать ребёнку, что мама и папа тоже ходили в детский сад, показать фото, рассказать истории про воспитателей и друзей

Первое время в детском саду:

- Всегда прощайтесь с ребенком, не убегайте пока он не видит
- Старайтесь больше гулять после детского сада
- По возможности, не вносите изменений в привычный уклад жизни ребенка
- Будьте спокойны, от родителей зависит эмоциональное состояние ребенка
- Акцентируйте внимание на положительных моментах в садике
- Найдите контакт с воспитателем

