

Уважаемые родители!

Поступление в детский сад – это важный и волнительный шаг не только для малыша, но и для всей семьи. Мы понимаем вашу тревогу и хотим, чтобы этот новый этап начался с радости и взаимного доверия.

Адаптация проходит гораздо легче, если подготовиться к ней заранее.

Мы разработали эту памятку, чтобы помочь вам создать у ребенка чувство безопасности и интереса к детскому саду еще до его первого визита в группу.

1. Совершите экскурсию около детского сада.
Прогуляйтесь с ребёнком возле детского сада. Обратите его внимание на гуляющих детей, воспитателей, расскажите, что совсем скоро он тоже будет играть, гулять и веселиться в такой же группе. Сделайте так, чтобы он знал это место. И знал в позитивном ключе.

2. Расскажите ребёнку про детский сад простыми и понятными словами.

Объясните, что это место, где он будет играть, гулять, заниматься с воспитателем, обедать и отдыхать. Подчеркните, что в конце дня вы за ним придёте. Важно не отмахиваться от вопросов ребёнка и не говорить: «Поймёшь, когда сам увидишь».

Подчеркните в мелочах то, что любит ваш ребёнок. Например, там будут машинки или коляска для кукол. Будет свой шкафчик и своя кроватка.

3. Читайте книги о детском саду.

Совместное чтение сказок и рассказов о детском саду помогает ребёнку настроиться на новое место и понять, что это место безопасное и интересное.

4. Создайте с ребёнком «линию времени» посещения детского сада.

Очень важный и значимый пункт для наглядного понимания.

Вы можете вместе нарисовать или распечатать человечка или мультяшного героя, который проснулся, пошел в детский сад, переоделся, поел, поиграл, погулял, поспал. И каждый день рассматривать данную линию времени. Так, ребёнок будет понимать, какое расписание его ждет.

5. Ролевые игры про детский сад.

Используйте игрушки, чтобы смоделировать ситуацию посещения детского сада: игрушки приходят в группу, моют руки, завтракают, играют, идут гулять. Комментируйте каждое действие, объясняя его смысл. «Куклы моют руки, чтобы смыть грязь после прогулки».

6. Формируйте положительное отношение к детскому саду.

Ваш настрой – это основа для настроения ребёнка. Повторяйте себе: «Моему ребёнку в детском саду будет хорошо». Поверьте, ребёнок почувствует ваше позитивное отношение. Радуйтесь, когда проходите возле детского сада.

7. Вводите элементы занятий дома.

Привыкайте к тому, что в детском саду проводятся занятия. Начните дома рисовать, лепить, делать поделки.

8. Режим.

Заблаговременно начните приучать ребёнка к режиму дня, который будет в детском саду. Предсказуемость событий делает адаптацию значительно проще и снижает уровень стресса у малыша.

9. Ваши впечатления.

Вы можете рассказать ребёнку свои воспоминания. Мама, папа тоже были маленькие и ходили в детский сад. Расскажите, что мама любила играть с куклами, и ей очень нравился суп. Или может быть вам нравились прогулки? Расскажите максимально честно, а главное положительные моменты.

Если вам что-то не нравилось, то рассказывать об этом не нужно.

10. Не формируйте негативных ассоциаций с детским садом у ребёнка.

Не говорите: «Будешь плохо себя вести – пойдешь в детский сад». Ошибка думать, что так ребёнок будет себя вести более покладисто. Это ему только лишь навредит.

Памятка для родителей

Подготовка к посещению
детского сада

Автор-разработчик:

Лаптева Дарья Андреевна,
педагог-психолог
ГБДОУ детского сада № 73
Приморского района
Санкт-Петербурга