

Памятка родителям по сопровождению процесса адаптации ребенка

Как вести себя с ребенком:

- ▶ показать ребенку его новый статус (он стал большим),
- ▶ не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни,
- ▶ обратить внимание на положительный климат в семье,
- ▶ следует снизить нервно-психическую нагрузку (ночной сон не менее 9 часов, отказ либо ограничение просмотра телепередач и компьютера, соблюдение режима питания, приобщение к закаливанию и т.д.),
- ▶ сообщить заинтересованным специалистам о личностных особенностях ребенка, специфике режимных моментов и т.д.,
- ▶ при выраженных невротических реакциях не посещать учреждение несколько дней.

Как не надо:

- ▶ отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах (особенно в присутствии ребенка),
- ▶ не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка,
- ▶ препятствовать контактам с другими детьми,
- ▶ увеличивать нагрузку на нервную систему,
- ▶ одевать ребенка не по сезону,
- ▶ конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

