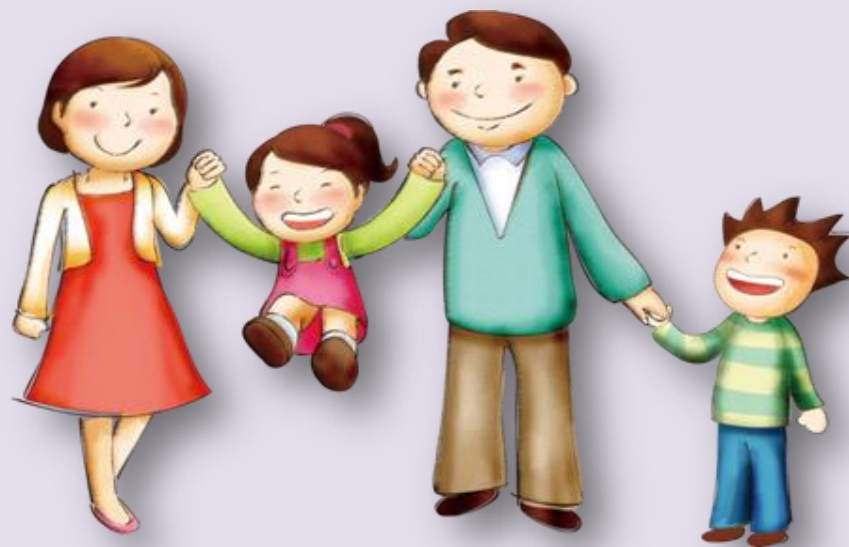


ЧЕК-ЛИСТ ПО АДАПТАЦИИ РОДИТЕЛЕЙ



Эта часть чек-листа не менее важна, так как от настроения родителей, а в большей степени от мамы, зависит, как пройдет адаптация к садику вашего ребёнка.

■ Настраиваемся на позитивный лад!

- Не паникуем, не обсуждаем при ребёнке <ох, как же он там будет>.
- Если вы будете нервничать, ваше состояние передастся и ребёнку.

■ Придерживайтесь садового режима.

■ Формулируйте и совершенствуйте навыки самообслуживания.

■ Во время адаптации постарайтесь устраивать один выходной.

■ При расставании в саду делайте всё быстро!

■ Всегда спрашивайте у ребёнка, как прошёл его день в саду. С кем он играл, что делал, что кушал и т.д.

■ Если ваш малыш плачет и не хочет идти в сад, реагируйте на это спокойно, без слёз и криков. Объясняйте почему надо идти.

■ Поиграйте дома в игру. Вы ребёнок, а ваш малыш - воспитатель.