

**Адаптация
ребёнка**
в детском саду
советы родителям



Совет первый - Неполный день

Постарайтесь не оставлять ребенка на полный день. Желательно первое время забирать его тогда, когда он еще не устал. Время пребывания в саду увеличивайте постепенно.

Совет второй - Правила личной гигиены

Целесообразно узнать все правила, которые существуют в садике, особенно те, что касается личной гигиены.

Постарайтесь придерживаться их дома – тогда ребенку легче будет привыкнуть к требованиям садика.

Обязательно оставьте в садике запас одежды и белья, чтобы в случае необходимости ребенок мог быстро переодеться в чистое и сухое.



Совет три - Еда

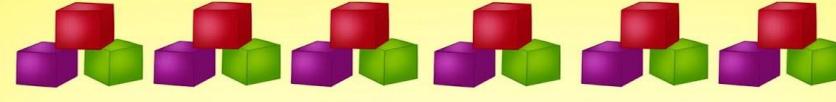
Не приучайте детей к перекусам, а соблюдайте режим питания. Организм ребенка привыкает к перекусам и в саду ему этого может не хватать. Малыш будет испытывать дискомфорт, но объяснить не сможет. Есть ли ребенок сал или ему нужна полощь?

Уверенно пользуется ложкой и вилкой? Решите, как много вы хотите полоси в этом вопросе от воспитателей. Расскажите о ваших пожеланиях людям, которые будут непосредственно общаться с вашим малышом.

Совет четыре - сон

Очень часто родители уверены, что ребенку не нужен дневной сон, ведь дома его не уложишь. В детском саду дети спят, потому что их жизнь гораздо более динамична и насыщена, и после обеда дети просто валятся с ног от усталости.





Совет пять - Одежда

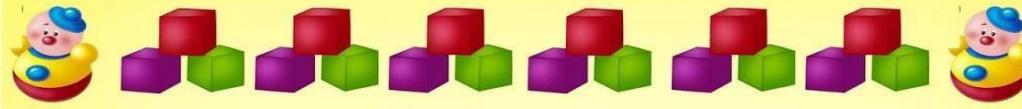
Одежда должна быть удобной и
комфортной. Что для вас важнее –
чтобы он выглядел самым модным и
стильным или, чтобы он не боялся
испачкаться и пачкать одежду?
Обратить внимание на удобство
застежек. Пусть маленький человек
чувствует себя комфортно и
свободно, а одежда не будет
предметом ваших сожалений и
претензий к ребенку.



Совет шесть - Игрушки

Договоритесь с
ребенком, что он будет
приносить в детский
сад только те
игрушки, с которыми
он готов поделиться, и
пропажа или порча
которых не вызовет
бурю слез. Полните
сейчас игрушки
к детскому саду, это и
так тяжело для вашего
ребенка, и лишние
потрясения ему совсем
ни к чему.





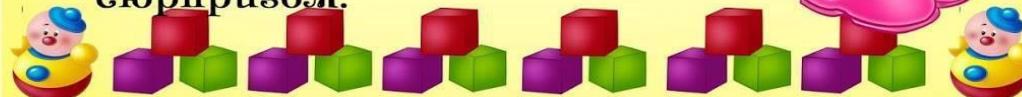
Совет семь - Расставание

Расставание с малой – для всех животрепещущий вопрос. Очень многие дети плачут при расставании. Их приходится долго уговаривать и отвлекать. Воспитатель положит вал в этом, но в ваших силах сделать расставание менее болезненным. Узнайте, как ребенок чувствует себя в ваше отсутствие. Если он быстро успокаивается, не грустит то, скорее всего, причина в ритуале расставания.

Необходимо придумать или изменить ритуал, чтобы ребенку было легче вас отпустить.

Совет восемь — Никогда не обманывайте ребенка

Обман – даже если у вас изменились планы – может стать очень тяжелой правдой для ребенка, поколебать его доверие к вам и свести на нет все усилия по успешной адаптации в саду. Поэтому, если не уверены, сможете ли выполнить свое обещание – лучше забрать ребенка раньше без предупреждения – это станет для него приятным сюрпризом.



НЕ ПУГАЙТЕ САДИКОМ!

Если кроха возбужден и неуправляем, не пытайтесь приструнить его фразами типа: «Если ты не успокоишься, отведу тебя обратно в детский садик!» Не формируйте образ детского сада как места, которым наказывают.

Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И очень скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!

