

ИТАК, РЕБЕНОК НАЧАЛ ХОДИТЬ В ДЕТСКИЙ САД

Что можно сделать, чтобы облегчить этот сложный период?

- свести к минимуму просмотр телевизора, избегать шумных мероприятий;

- как можно больше времени проводить в спокойных играх;

- старайтесь чаще
о б н и м а т ь и
целовать кроху:
телесный контакт
с родителями
поможет снять
психоэмоциональ
ное напряжение и
успокоиться.



Заранее поговорите с воспитателем о вашем ребенке. Расскажите о его привычках, особенностях поведения, какие предпочитает игры (занятия), о методах воспитания в семье. Обговорите с воспитателем режим посещения на период адаптации. В идеале привыкание к садику должно быть постепенным.

Постарайтесь не делать перерывов в посещении садика в период адаптации (исключение – болезнь с температурой).

Не обсуждайте при ребенке моменты, которые вас не устраивают в детском саду, не говорите при нем плохо о воспитателях.

Чаще говорите малышу, как вы рады, что он такой уже большой и самостоятельный, что ходит в детский сад. Расскажите об этом вашим родственникам и друзьям, и пусть он слышит, как вы им гордитесь!

**Об успешности адаптации
будет свидетельствовать
нормализация эмоционального
состояния крохи.**

Что это значит?

Ребенок имеет полное право не любить ходить в детский садик, грустить при расставании с вами. Однако ребенок, адаптировавшийся к детскому саду, принимает для себя необходимость его посещения.

Министерство здравоохранения
Пензенской области



Как подготовить ребенка к детскому саду: инструкция для родителей детей 2-3 лет



Как подготовить детский организм к садику

Чтобы малыш болел как можно реже, нужно укреплять детский иммунитет.

Для укрепления здоровья нужно гулять с ребенком каждый день не менее трех часов. Лучше, если это будет две прогулки: одна с утра, вторая после сна.

Чтобы малыш был защищен от болезней естественными силами организма, он должен питаться правильно. В рационе ребенка каждый день должны быть молочные продукты, мясо, крупы, овощи и фрукты.

Очень полезно ходить босиком. Это не только укрепляет иммунитет, но и препятствует развитию плоскостопия.

- Можно перед садиком пропить курс витаминов: поливитаминные препараты или рыбий жир.

Считается, что адаптация к садику в среднем длится 1-2 месяца, но у кого-то этот период может быть более длительным.



Перед поступлением в детский сад:

Постарайтесь расширить круг общения ребенка.

Чаще ходите с ним в гости, поощряйте и поддерживайте его инициативу в общении с окружающими. На детской площадке покажите малышу, как можно попросить игрушку, предложить поменяться, пригласить другого ребенка в игру или предложить поиграть вместе.

Учите ребенка знакомиться.

Сначала вы будете спрашивать детей, как их зовут и представлять им своего кроху, но рано или поздно он начнет брать с вас пример.

Играйте с ребенком в «детский сад», рассказывайте ему о садике:

- о том, что если мама и папа работают, то они отводят своих деток туда, где много других ребят, где есть интересные игрушки, веселые занятия.

- если вы будете регулярно говорить о садике и играть в него – больше вероятность, что кроха начнет ходить туда с радостью.

Приучайте ребенка к самостоятельности.

Если на момент поступления в детский сад ваш малыш будет уметь сам надевать сандалии, садиться на горшок, он будет чувствовать себя в группе более уверенно.

Приучайте малыша к горшку (унитазу) – обычно в яслях есть и то, и другое.

Познакомьтесь с режимом дня детского садика.

