



# Как готовить ребёнка к поступлению в детский сад



## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ:

- ◆ Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас, так как колебания родителей передаются детям.
  - ◆ Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму детского сада.
  - ◆ Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить эту привычку (лучше это сделать в домашних условиях задолго до поступления в детский сад).
  - ◆ Приучайте детей есть разнообразные блюда, ежедневно употреблять супы и каши.
  - ◆ Желательно научить малыша к моменту поступления в детский сад самостоятельно есть, раздеваться и одеваться, мыть руки и т.д. Ребенок будет чувствовать себя более уверенным.
- 
- ◆ Отправлять ребенка в детский сад необходимо только при условии, что он здоров.
  - ◆ Готовьте малыша к общению с другими детьми, посещайте детские площадки, парки, ходите в гости. Учите общаться с окружающими (как спросить что-либо, познакомиться, попросить и т.д.)
  - ◆ Готовьте ребенка к временной разлуке с родными, внушайте, что в детском саду весело, интересно.
  - ◆ Желательно заранее познакомиться с детьми группы и воспитателями.
  - ◆ Не отдавайте ребенка в детский сад в период «кризиса трех лет».

## **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ:**

- ◆ В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
- ◆ Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу.
- ◆ В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
- ◆ Постоянно обращайтесь внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.
- ◆ Не отучайте от вредных привычек в период адаптации.
- ◆ Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.

- ◆ Одевайте ребенка в сад опрятно, в соответствии с температурой воздуха в группе.
- ◆ Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.
- ◆ Будьте терпимее к капризам.
- ◆ Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте вовремя.
- ◆ Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез - это может быть вызвано просто плохим настроением.

