

## **Как следует готовить ребенка к поступлению в детский сад**

До поступления ребенка в детский сад рекомендуем посещать прогулки (в теплое время года), заранее согласовав с администрацией д/с число и время своего визита.

Заранее узнайте все новые моменты в режиме дня в детском саду и введите их в режим дня ребенка (прием детей до 8.00, обед – 11.30, сон – 12.00, продолжительность дневного сна – 3 часа).

Учите ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания: самостоятельно держать ложку (кушать), раздеваться и одеваться (с частичной помощью взрослого). Научите ребенка пользоваться горшком, отучите от груди. Недопустимы также пустышки, бутылочки, памперсы.

Планируйте свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день.

Готовьте ребенка к временной разлуке с Вами, дайте понять ребенку, что это неизбежно только потому, что он уже большой.

Уходя и оставляя ребенка в детском саду, постарайтесь быть спокойными и уверенными сами. В противном случае ребенок может уловить Ваше беспокойство, и будет переживать и плакать еще больше.

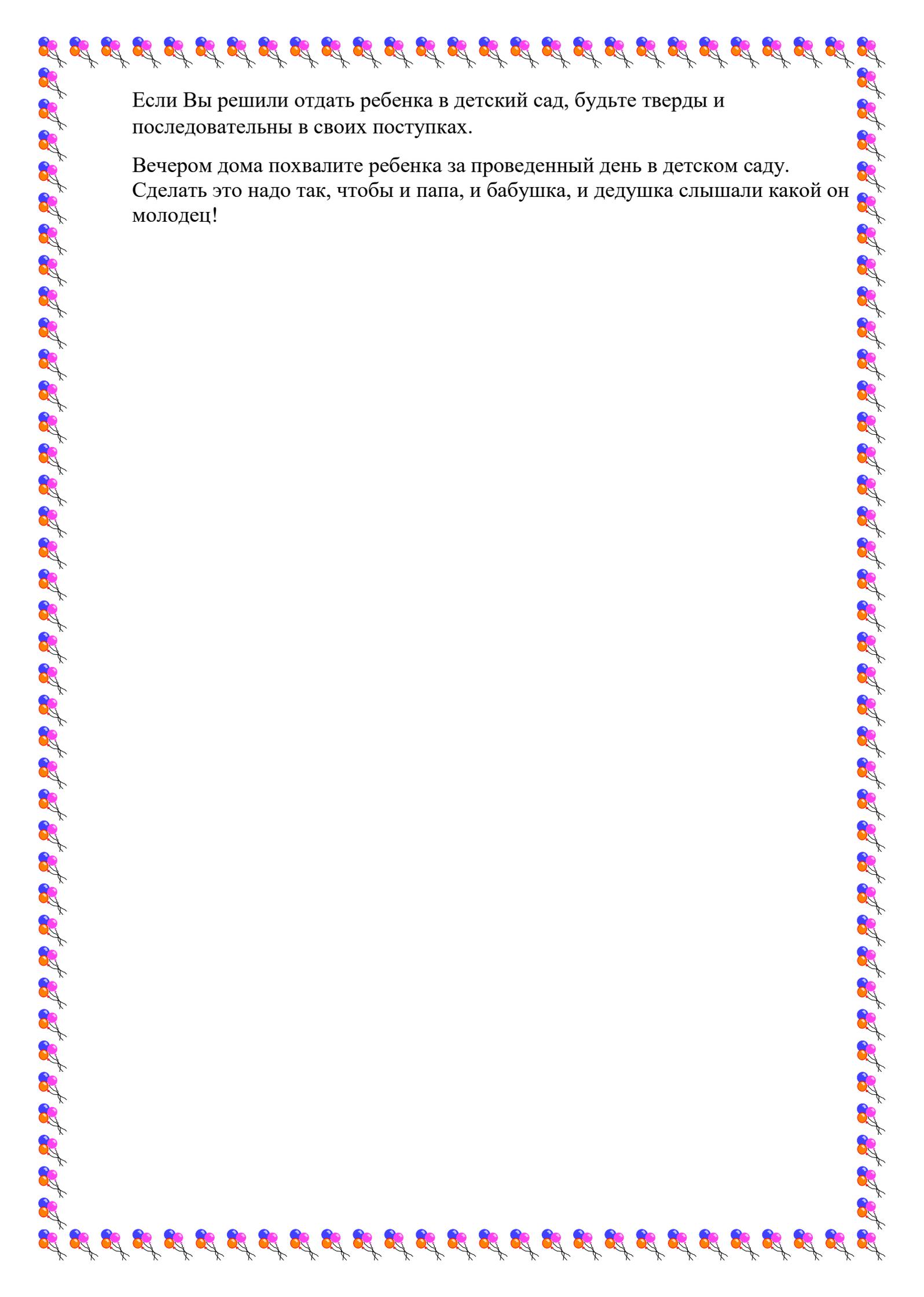
Длительность адаптационного периода зависит от многих факторов: от состояния здоровья ребенка, от уровня сформированности навыков самообслуживания, от опыта общения с другими людьми и др. В этот период у ребенка может нарушиться сон, аппетит, могут появиться поведенческие изменения. Все нормализуется как только ребенок адаптируется к детскому саду. В среднем адаптационный период длится от 2-х недель до 1,5 месяцев. Нередки случаи, когда адаптация затягивается до 3-х месяцев и дольше.

Спросите воспитателя, как долго после Вашего ухода ребенок еще плачет. Если сразу после того, как уходят родители малыш перестает плакать, то наверняка ребенок чувствует себя отлично.

Не позволяйте ребенку манипулировать собой и вынуждать Вас из-за слез и капризов не приводить в детский сад или забирать домой. Ваше спокойное, доброжелательное отношение к ребенку и детскому саду помогает малышу обрести спокойствие.

Не обсуждайте при малыше волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.

Не угрожайте ребенку детским садом как наказанию за детские грехи, а также за непослушание.

A decorative border of colorful balloons (blue, pink, orange) with black strings, arranged in a rectangular frame around the text.

Если Вы решили отдать ребенка в детский сад, будьте тверды и последовательны в своих поступках.

Вечером дома похвалите ребенка за проведенный день в детском саду. Сделать это надо так, чтобы и папа, и бабушка, и дедушка слышали какой он молодец!