

«Несколько полезных рекомендаций для успешной адаптации малыша к детскому саду»

Ваш ребенок подрос и идёт в детский сад. А значит, в его жизни наступает самый сложный период – период адаптации.

Адаптацией принято называть приспособление организма к новой обстановке, а для ребёнка садик, несомненно, является новым, неизведанным пространством, с новыми людьми и новыми отношениями.

Независимо от того в каком возрасте приходит ребёнок в детский сад, периода адаптации не избежать. И именно Вы, родители, можете помочь своему ребёнку привыкнуть к новой обстановке.

Для этого необходимо следовать некоторым рекомендациям.

- 1.Необходим положительный настрой самих родителей. Вы, уважаемые родители, должны быть уверены, что садик самое лучшее место для вашего ребенка, что ему там будет хорошо. Положительные эмоции обязательно передадутся малышу.
- 2.После постановки ребёнка на очередь в детский сад, узнайте режим работы группы, в которую идёт малыш и примерное меню дошкольного учреждения, и старайтесь придерживаться режима и подстроить ваше меню под стандартное меню детского сада.
- 3.Если малыш сосёт соску, то за 2-3 месяца до прихода в детский сад, надо отучить ребёнка от этой привычки; научить ходить на горшок, есть ложкой, пить из кружки. Это поможет вашему ребёнку свободнее чувствовать себя в новой обстановке.
- 4.Заранее рассказывайте малышу о детском саде, как там хорошо, сколько там игрушек и новых друзей; приходите с ребёнком на прогулки в детский сад, когда там играют дети.
- 5.Постарайтесь узнать, в какую группу пойдёт ваш ребёнок, и заранее познакомьтесь с воспитателями, покажите группу. Установите доверительные отношения с воспитателями, никогда не критикуйте его при ребёнке. Ведь ребёнок доверяет и верит тем, кому доверяют и верят его родители, и особенно мама.

6. Обязательно придите к воспитателям перед тем, как привести своего ребенка на первые два часа в группу, и расскажите всё, что должны знать о нём: как ласково его называете; что любит; чего боится; как успокоить; любимая игрушка, игры и т.д.
7. Разговоры и рассказы о детском саде должны стать постоянными.
8. Накануне прихода в группу, вместе с ребёнком приготовьте вещи, которые малыш наденет и возьмёт с собой, и не забудьте любимую игрушку.
9. Не оставляйте первые две недели малыша в саду больше, чем на 2 -3 часа, и не давайте обещаний, которые не сможете выполнить.
10. Никогда не пугайте ребёнка детским садом.
11. Прислушивайтесь к рекомендациям воспитателей, выполняйте их.
12. Всегда интересуйтесь, как прошёл день у малыша, чем занимался, с кем подружился, что узнал нового.
13. Хвалите малыша за каждое новое достижение, напоминайте, что он у вас уже « совсем большой... ».
14. Полное привыкание к детскому саду происходит примерно через 2 -3 месяца, наберитесь терпения, и не планируйте в это время выход на работу.
15. Болезни, возможно даже частые, первый год неизбежны. Не пугайтесь и не торопитесь при первых признаках заболевания садиться на больничный, **в период адаптации**. От небольшого насморка и кашля, при своевременном лечении, можно вполне избавиться, не снимая ребёнка с детского сада. Сократите время пребывания малыша в саду, подлечите. Главное – не упустить время, чтобы не пришлось ребёнку начинать адаптацию сначала.

О том, что **адаптация** у ребенка **завершилась**, мы узнаем по его бодрому эмоциональному состоянию, крепкому сну и хорошему аппетиту, активному поведению.

Желаем малышам - успешной адаптации!