

## Совершая первые шаги...

### Или о том, как подготовить ребенка к детскому саду.

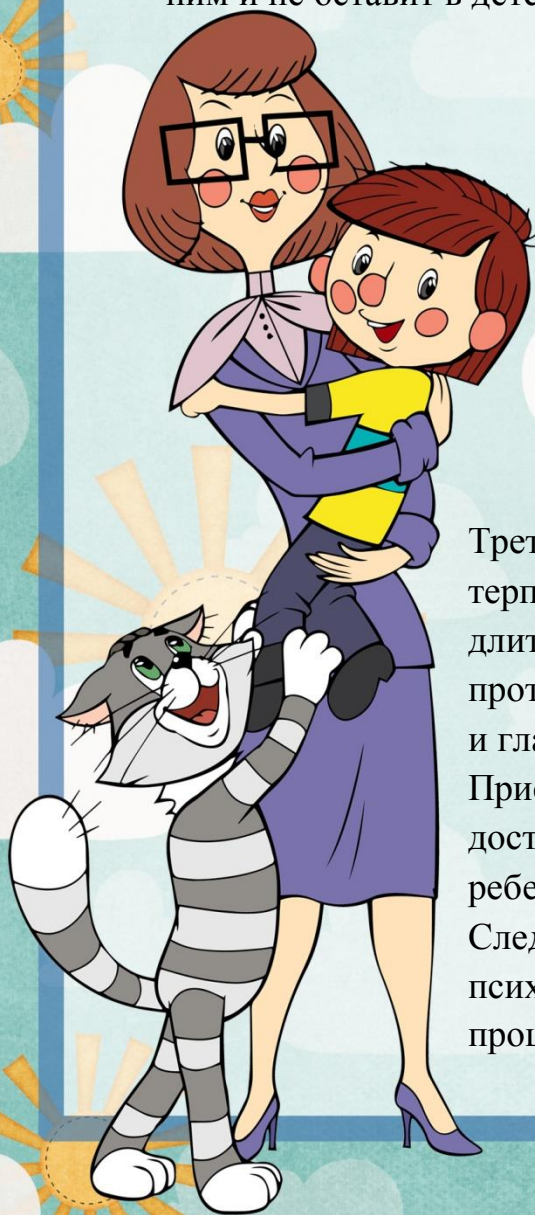
Открывая для себя двери в детский сад, ребенок совершает свои первые шаги в самостоятельную жизнь. Эти шаги даются не просто как самому малышу, так и его родителям. Теперь им вместе нужно учиться проводить значительное время друг без друга, а ребенку стать самостоятельной, ведь рядом нет теперь самого близкого и родного человека, самого главного помощника – мамы.

Для того чтобы ребенок пережил для себя этот сложный период и легко привык к детскому саду, нужно выполнить не много условий:

Первое и самое главное. Вводить малыша в детский сад постепенно. Сначала на два часа, затем на четыре, и только после того, как ребенок с радостью проживает утро в детском саду, оставлять на сон. Такой режим посещения помогает ребенку легче освоиться в новой среде, понять, что мама придет за ним и не оставит в детском саду одного.

Второе, но не менее важное. Позитивный настрой родителя на детский сад. Все тревоги, слезы, страхи мам и пап должны оставаться вне стен детского сада. Для этого познакомьтесь с педагогом, пообщайтесь с ним, расскажите про своего ребенка, не стесняйтесь задавать вопросы о жизни детского сада, группе. Доверительное и спокойное отношение к детскому саду передастся и вашему малышу, а, значит, ему будет проще адаптироваться.

Третье и последнее. Родителям нужно набраться немного терпения. Адаптация к детскому саду процесс длительный, не простой для всей семьи и всегда протекающий индивидуально. И порой не всегда так легко и гладко, как хотелось бы нам, взрослым. Прислушивайтесь к советам педагогов, поскольку им доступно то, чего лишены родители – наблюдать за ребенком в течение всего его пребывания в детском саду. Следование рекомендациям педагогов, педагога-психолога, врача ДОО поможет облегчить и ускорить процесс привыкания малыша к детскому саду.



## Памятка родителям Адаптация к детскому саду: 5 нужно и 5 нельзя.

### Нужно

Научить малыша самостоятельно есть, одеваться, пользоваться горшком.

Соблюдать четкий распорядок дня, максимально приближенный к тому, который будет в садике.

В простой и доступной для понимания форме рассказать ребенку о том, что его ждет в ДООУ.

Делиться с малышом впечатлениями дня: спрашивать у него, что он делал в садике, рассказывать, как прошел день у вас на работе.

Говорить, когда вы его заберете домой, и обязательно сдерживать свое обещание — не опаздывайте в садик, не приходите позже, чем обещали.

### Нельзя

Негативно отзываться о садике или воспитателе в присутствии ребенка. Пугать детским садом.

Сразу оставлять ребенка в группе на целый день.

Водить в сад больного малыша.

Наказывать его за капризы в период адаптации.

Плохое поведение является результатом перенапряжения нервной системы, а вовсе не упрямства или проявлением "плохого" характера ребенка.

Одевать слишком легко или, наоборот, излишне кутать малыша.

