

## Консультация для родителей: *«Адаптация ребенка в детском саду».*

Ваш малыш скоро пойдет в детский сад. Вы очень переживаете, как он будет привыкать к новому окружению, обстановке, понравится ли ему в саду...

Адаптация – это приспособление ребенка к новым условиям. Чтобы помочь своему малышу легче привыкнуть к детскому саду, рекомендуем воспользоваться некоторыми советами:

- Вы должны быть уверены в необходимости детского сада именно сейчас
- Относитесь положительно ко всему, что касается детского сада
- Заранее посетите территорию детского сада, понаблюдайте за прогулкой детей.
- Расскажите как вы – родители ходили в детский сад, покажите фотографии
- Общайтесь со сверстниками, играйте на детских площадках, в песочницах.
- Не обсуждайте при ребенке проблемы, связанные с детским садом.
- Перестройте режим своего ребёнка под режим детского сада.
- Постепенно предлагайте малышу кушать те продукты и блюда, которые входят в меню детского сада (молочные каши, супы, рубленые мясные изделия, тушёные овощи, запеканки, компоты, кисели).
- Формируйте у ребенка навыки самостоятельности: приучайте его самостоятельно есть, пользоваться горшком, мыть руки и вытирать их полотенцем, одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду.
- Отправляйте малыша в детский сад только при условии, что он абсолютно здоров.
- Разрешите малышу брать с собой в первое время в детский сад любимую игрушку.
- Не оставляйте малыша в саду сразу на целый день. В первую неделю приводите ребенка всего на 1-2 часа, постепенно увеличивая количество времени, которое он проводит в детском саду.
- Расставаться с ребенком в садике легко и быстро, и ему будет проще отпустить вас.
- Не делайте перерывы в посещении детского сада.

- Сохраняйте спокойную обстановку для малыша в семье на период адаптации.
- В выходные дни дома соблюдайте приблизительно такой же режим, как в детском саду.
- Помните, что адаптация у детей проходит по-разному и занимает разный период времени.

Будьте терпеливыми и понимающими, и тогда детский сад будет для вашего малыша уютным домом!