



**Адаптационный период** — серьезное испытание для малышей раннего возраста: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия. Поступление в детский сад часто вызывает у ребенка стресс.

Воспользовавшись рекомендациями, приведенными далее, родитель сможет помочь ребенку легче пройти процесс адаптации к детскому саду.

Ваш ребенок индивидуален в своем поведении, своих переживаниях и чувствах, не забывайте об этом!

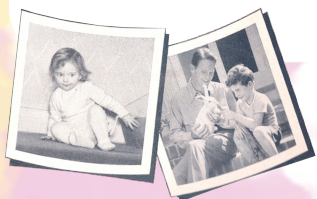
Привыкание к детскому саду — это так же и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддержать ребенка, помочь ему преодолевать трудности.

**Рекомендации  
для родителей  
по адаптации  
детей к  
детскому саду**

Создавайте и сохраняйте позитивное отношение ко всему, что касается детского сада.



Рассмотрите вместе с ребенком ваши фотографии детсадовского возраста. Расскажите, как вы сначала не умели чего-то делать, а потом научились.



Посещайте вместе с ребенком детские парки и площадки, приучайте его к игре в песочницах, на качелях.



Заранее узнайте режим для дошкольного учреждения и постарайтесь приблизить к нему режим своего ребенка. Постепенно предлагайте малышу есть те продукты и блюда, которые входят в меню детского сада.



Формируйте у ребенка навыки самостоятельности: самостоятельно есть, пользоваться горшком, мыть руки, одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду.

В первый день поступления ребенка в детский сад не нервничайте, не демонстрируйте свою тревогу. Расскажите воспитателю об особенностях ребенка, что ему нравится, что он не переносит, что уже умеет и в чем нужна помощь.



Разрешите взять с собой в детский сад любимую игрушку. В первые дни оставляют в саду по 1-2 часов в день.

Помните, адаптация у детей проходит по-разному, выражается в отличных друг от друга реакциях и занимает разные сроки.

