

Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации;

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

Первые дни посещения детского сада должны быть ограничены 2-3 часами, позже можно оставить малыша до обеда, затем, (если это рекомендует воспитатель и психолог), приводить малыша на целый день;

В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.

## Рекомендации для родителей:

Привести домашний режим в соответствие с режимом детского сада. Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.

Обучить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок.

Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста.

Расширить "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми;

Адаптация к дошкольному учреждению - сложный период, как для детей, так и для взрослых: родителей, педагогов.

Для того чтобы ребенок мог быстро и безболезненно адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, необходимо готовить его к поступлению в детский сад.

Родители не всегда в должной мере осознают, что, приходя в детский сад, ребенок попадает в иные условия, существенно отличающиеся от домашних.

Адаптационный период - серьезное испытание для малышей. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние ребенка.



Желаем Вам успехов!  
У Вас обязательно всё  
получится!



Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное  
учреждение  
«Березовский детский сад № 9»

**Адаптация к детскому  
саду**



**группа «Улыбка»**