

*Поступление ребёнка в детский сад — это новый, важный и очень волнительный этап в жизни каждой семьи. Для ребенка это первое серьёзное расставание с домом и первый шаг в большой мир. Наша общая задача — сделать так, чтобы этот период прошел как можно мягче и спокойнее!*



**Адаптация** – это процесс приспособления организма к новым условиям: к новым людям, правилам, обстановке, питанию

## **Советы в первые дни в детском саду**

- *Будьте спокойны и уверены. Ваша тревога передается ребенку. Уверены вы — уверен он.*
- *Сократите ритуал прощания. Не затягивайте уход. Придумайте короткий и понятный ритуал: «Помаши маме ручкой, я приду за тобой после сна/прогулки». И уходите.*
- *Соблюдайте график. Лучше приводить ребенка одним из первых и забирать пораньше. Сначала на 2 часа, потом до обеда, затем постепенно оставаться на сон и на полный день.*
- *Дайте «кусочек дома». Любимая небольшая игрушка (машинка, кукла, платочек) поможет справиться с тоской.*
- *Одевайте в удобную одежду и обувь, чтобы ребенок мог справиться с ними сам или с минимальной помощью.*

## **НЕЛЬЗЯ:**

- *Нельзя пугать детским садом. («Вот пойдешь в садик, там тебя научат слушаться!»).*
- *Нельзя негативно отзываться о садике и воспитателе в присутствии ребенка.*
- *Нельзя обманывать. («Мама сейчас выйдет в коридор и вернется»). Говорите правду, когда вы придетете, понятными ребенку категориями: «после завтрака», «после прогулки», «после сна».*
- *Нельзя наказывать ребенка садиком (оставлять дольше за плохое поведение).*
- *Нельзя приводить больного ребенка! Это вредно для него и для других детей.*

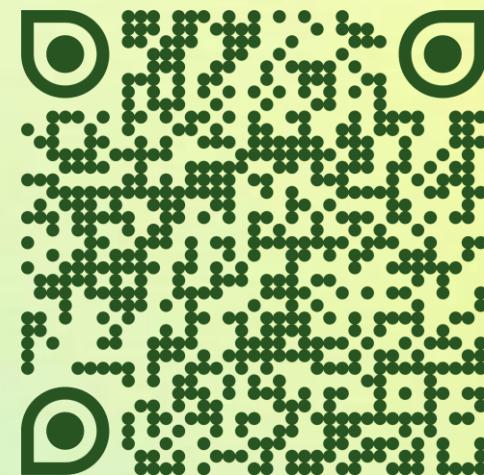


## **Уважаемые родители!**

**Помните! Воспитатели — ваши главные союзники. Доверяйте им, открыто сообщайте об особенностях вашего ребенка (что любит, чего боится, как его успокоить). Вместе с ним вы поможете малышу полюбить детский сад!**



**Еще много других полезных советов вы найдёте, пройдя по ссылке:**



## **АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ**



**СОВЕТЫ  
РОДИТЕЛЯМ**