

## Адаптация ребёнка в ДОО.

В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией, можно постепенно увеличивать время пребывания в детском садике:

- около недели забирать ребенка из садика до дневного сна,
- далее (при нормальном состоянии малыша) около недели - сразу после полдника,
- а уже потом можно оставлять на дневную прогулку.

В первые дни дети устают как психологически, так и физически, поэтому при возможности хорошо устраивать "разгрузочные от садика" дни - один-два дня в неделю оставаться с ним дома.

Первый день сложен не только для ребенка, но и для родителей. Предлагаем вам рекомендации для того, чтобы этот день прошел более спокойно:

- Не показывайте свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад. **ПОМНИТЕ!** Тревога и беспокойство родителей передается детям.
- Отправляйте ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров.
- Непременно расскажите воспитателю об индивидуальных особенностях вашего ребенка, о методах поощрения и наказания, приемлемых для вашего ребенка.
- В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним какое-то время. Целесообразно в первые дни приводить ребенка

только на прогулку, где условия напоминают условия домашнего двора.

- В привыкании к новым условиям важную роль для ребёнка играет возможность принести с собой свои любимые игрушки: это поможет отвлечься ему отвлечься при расставании с близкими.
- Все время объясняйте ребенку, что он для Вас, как и прежде, дорог и любим.