

Вопросы адаптации

рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду

Адаптационный период - серьезное испытание для малышей . Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша. Поэтому мы рекомендуем:

1. Привести домашний режим в соответствии с режимом группы детского сада, в которую будет ходить ребенок;
2. Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
3. Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания;
4. Расширяйте «социальный горизонт» ребенка;
5. Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад;
6. В первый день лучше прийти на прогулку. В детский сад можно брать с собой любимую игрушку.
7. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 3 — 4 часами.
8. Для предупреждения нервного истощения необходимо делать в середине недели «выходной день» для малыша.
9. В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня.
10. Ребенок в детский сад должен приходиться только здоровым.

Подготовила педагог — психолог Золотовская Т.Ю

<http://vk.com/club87994416> , zolotovskaja27@mail.ru