

## Литература:



Запаситесь терпением, и детский сад будет привычным и уютным миром для вашего малыша

**ВСЕ БУДЕТ ХОРОШО!!!**



## Что такое адаптация?

**АДАПТАЦИЯ** - это приспособление организма к новой обстановке.

**ДЕТСКИЙ САД** для ребенка является новым, еще не известным пространством, с новым окружением и новыми отношениями

МАДОУ № 63

## Адаптация к детскому саду .



2021г.

Г.Кандалакша

**Соблюдая данные рекомендации, вы сможете малышу облегчить процесс адаптации к детскому саду**

1. Заранее познакомиться со своим воспитателем (рассказать об особенностях, привычках, интересах ребенка)
2. В присутствии ребенка всегда отзываться положительно о воспитателях и саде.
3. Заранее, необходимо, домашний режим малыша максимально приблизить к режиму детского сада.
4. Привить навыки самообслуживания (научите ребенка: одеваться, умываться, пользоваться туалетом, самостоятельно есть).
5. Поддерживайте дома спокойную обстановку, щадящую нервную систему ребенка. Главное правило: «Спокойна мама- спокоен малыш».
6. Чаще обнимайте ребенка, говорите ласковые слова.
7. Больше хвалите, чем ругайте.
8. В первое время оставляйте ребенка в саду лишь на несколько часов, забирайте во время прогулки, до обеда.
9. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку, вызывающую у него теплые чувства и ассоциирующуюся с домом.
10. Позаботьтесь о том, чтобы собрать ребенку все, что ему может понадобиться в группе (запасную одежду, сменную обувь).\.

**Правильное прощание с ребенком**

- Приводить ребенка в садик должен тот, с кем ребенок легче расстается.
- Избегайте долгих прощаний.

Важно уходить не задерживаясь, не оборачиваясь (так ребенку будет легче отпустить вас).

- Во время прощаний сохраняйте спокойствие, демонстрируйте хорошее настроение. Будьте уверены и решительны.
- Скажите ребенку, куда и зачем вы идете и когда вернетесь . Не бойтесь, что ребенок не поймет слов - спокойная, открытая, доброжелательная интонация подскажет ему, что беспокоиться не о чем.
- Желательно ввести несложный прощальный знак и ежедневно повторять его(Пр.: воздушный поцелуй, удар кулачками или рукопожатие).
- Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какой –нибудь маленький сюрприз (конфету или печенье, мыльные пузыри \.
- Будьте терпеливыми, внимательными и заботливыми.

Радуюсь встрече с ребенком, скажите приветливые слова, обнимите и похвалите его -  
**Я по тебе соскучилась, молодец!**

**Адаптационный период считается законченным, если:**

- Ребёнок спокойно идёт в группу;
- С аппетитом ест;
- Быстро засыпает, вовремя просыпается;
- Эмоционально общается с окружающими;
- Играет в разные игры.

Необходимо знать, что состояние эмоционального дискомфорта, переживаемое ребенком, приводит к снижению сопротивляемости организма. Вот почему в период адаптации все детки неизбежно болеют.

Не пугайтесь и не торопитесь сразу садиться на больничный, особенно в период адаптации. От небольшого насморка или кашля при своевременном лечении, можно вполне избавиться, не снимая ребенка с [детского сада](#). Главное не упустить момент! А вот посидев пару недель дома с практически здоровым ребенком, Вы рискуете получить новые слезы, и привыкание

**Надеемся на плодотворное сотрудничество!**

