

Советы родителям в период адаптации.

Ваш ребенок переживает новый этап в своей жизни - идет в детский сад. И для того, чтобы адаптация его к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны заранее узнать об особенностях этого сложного периода.

Конечно, у родителей возникают первые переживания, связанные с детским садом. А как ребёнок привыкнет? Понравится ли ему? Не будут ли его обижать?

Что необходимо знать родителям.

Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму дошкольного учреждения, формировать у ребенка привычку вовремя ложиться спать и вовремя вставать, принимать пищу и бодрствовать по часам.

По возможности расширять круг общения ребенка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребенка на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.

Приучайте ребенка к самостоятельности, не делайте за него то, что он сам может сделать.

А еще, мои дорогие родители, познакомьтесь с меню детского сада. Ведь незнакомые блюда тоже могут вызвать у малыша негативную реакцию.

Постарайтесь приблизить домашний рацион к рациону детского сада.

Также необходимо отучить ребеночка от соски и бутылочки и приучить к горшку.

Если родителям удастся приблизить домашний режим к режиму дошкольного учреждения, сформировать у ребенка навыки самообслуживания, умение общаться со сверстниками, занять себя, то адаптационный процесс будет для него менее болезненным. **Не волнуйтесь – со временем все наладится.**

