

Около месяца осталось до начала детсадовской жизни вашего малыша. Для тех, кто еще не начал подготовку ребенка к детскому саду, приводим свои рекомендации о том, как говорить с ребенком о садике и адаптироваться к будущему режиму.

**Правила адаптации к детскому саду**

Помните, что в период адаптации к детскому саду дети часто болеют, а их интеллектуальное развитие может не только замедляться, но даже откатываться назад, словно ребенок мечтает вернуться в тот возраст, когда мама еще не оставляла его с чужими людьми. Вот несколько простых правил для смягчения процесса адаптации:

1. Никогда не лгать! Ребенок отправляется не «в гости» и не в какое-то «волшебное место» - он идет в детский сад. Ведь если он поймет, что вы его обманули в этом вопросе, то где гарантия того, что вы не обманывали его, обещая вернуться за ним? А боязнь остаться одному - один из серьезнейших [детских страхов](http://www.7ya.ru/pub/fears/).
2. Задолго до начала посещения детского сада синхронизируйте режим ребенка с садовским режимом.
3. Если вас все же не оставляют какие-то тревоги и опасения, ни в коем случае не делитесь ими с ребенком. Даже вида не подавайте!
4. Помните, что в первые несколько дней вы в любом случае имеете право находиться в садике вместе с ребенком.
5. В первый раз оставляйте ребенка в саду не более чем на два или три часа. Недопустимо «бросать» его сразу на весь день!
6. Расставаясь, не забудьте заверить ребенка в том, что непременно вернетесь за ним, и постоянно повторяйте, что вы его любите.
7. Уходя, прощайтесь с ребенком легко и быстро. Долгое прощание с обеспокоенным выражением лица вызовет у вашего сына или дочери тревогу, а то и панику.
8. Сообщите воспитателю ласкательное имя ребенка, расскажите о его домашней жизни, вообще заранее познакомьтесь с персоналом детского сада.
9. Не планируйте на период адаптации прививки, посещение стоматолога и другие медицинские процедуры, травмирующие детскую психику.
10. Не ругайте ребенка за плохое поведение! Вы же взрослые люди и не можете не понимать того, что это не он, а его адаптация капризничает и упрямится.
11. В выходные и праздничные дни придерживайтесь режима детского сада.
12. Дома поиграйте с малышом в детский сад, причем какая-то из игрушек пусть окажется им самим. Понаблюдайте за тем, что делает эта игрушка, о чем говорит, вместе с ребенком помогите найти ей друзей и решайте проблемы вашего малыша через нее, ориентируя игру на положительные результаты.

Воспитатель: Свинцова Г.С.