



# Адаптация детей к детскому саду



**Чтобы детский сад действительно  
оказался приятным и полезным  
местом для Вашего ребенка,  
нужно**

**хорошо подумать и понять, для чего  
именно он нужен Вам и вашему  
ребенку**



# Зачем идти ребенку в детский сад?

- В детском саду ребенок имеет возможность общаться со сверстниками.



- Ребенок приобретает навыки общения с взрослыми..

- В детском саду ребенок знакомится с определенными правилами и учится соблюдать их.

- Ребенок получает возможность интеллектуального и физического развития.



# **Длительность и течение адаптации зависит от многих факторов:**

- особенностей высшей нервной деятельности (темперамента);
- возраста ребенка;
- состояния здоровья;
- разницы в обстановке, в которой ребенок находился дома, и той, в которой находится в детском саду;
- условий в дошкольном учреждении;
- поведения и эмоционального состояния взрослых (тревожность, негативизм к детскому саду...).

# Как подготовить ребенка к посещению детского сада

- Увеличьте круг общения вашего малыша с детьми.
- Ребенок, который отправился в детский сад, должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.
- Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша (прогулки, правильное питание, соблюдение режима, летний отдых и т.д.)
- Беседы о детском садике.



- Начиная подготовку малыша к походу в детский сад, придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду.

## **Примерный режим дня**

Прием детей	до 8.30
Завтрак	8.30–9.00
Игры, занятия, прогулка	9.00–11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45–12.20
Подготовка ко сну, сон	12.20–15.00
Подъем, оздоровление, гигиенические процедуры, полдник	15.00–16.00
Активное бодрствование	16.00–17.00
Прогулка. Игры	17.00–18.00(19.00)
Уход домой	17.30–19.00



- Приблизьте домашний режим питания к детсадовскому. Переходите на новый режим питания постепенно, чтобы перемены были не слишком ощутимы.



- Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно, на 2–3 часа.



# **Подготовка родителей.**

## **Поведение родителей в период адаптации детей к саду**

- Заранее подготовьте детский гардероб.
- Старайтесь общаться с воспитателями доброжелательно, избегайте конфликтов по пустякам.
- Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка.
- Уходя – уходите!
- Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении.



# ТЕХНИКА ПОЗИТИВНОГО РАССТАВАНИЯ

- Обеспечьте малышу *эмоциональную стабильность* утром
- Позвольте малышу взять в детский сад *эмоциональный якорь (игрушка)*
- С ребенком обязательно надо попрощаться, но помните о *золотой середине*

**И улыбнитесь друг другу!**



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





**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**

