

**ПЕРВЫЙ РАЗ  
В ДЕТСКИЙ САД**



«**Детство** — это важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира — от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш».

В.А. Сухомлинский



A close-up photograph of a field of white daisies with bright yellow centers. The flowers are in various stages of bloom, and the background is softly blurred, creating a sense of depth. The overall tone is bright and cheerful.

# АДАПТАЦИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

**Адаптационный период -  
серьезное испытание для  
малышей 2-3 года жизни.  
Вызванные адаптацией  
стрессовые реакции  
надолго нарушают  
эмоциональное состояние  
малыша.**

# СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

*Режим дня*

Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада





# МЕНЮ



Познакомиться с  
меню детского сада  
и ввести в рацион  
питания малыша  
новые для него  
блюда.




Обучайте ребенка дома  
всем необходимым  
навыкам  
самообслуживания:  
умываться, вытирать  
руки; одеваться и  
раздеваться;  
самостоятельно кушать,  
пользуясь во время еды  
ложкой; проситься на  
горшок.





Расширьте  
"социальный горизонт"  
ребенка, пусть он  
привыкает общаться со  
сверстниками на  
детских игровых  
площадках, ходить в  
гости к товарищам,  
оставаться ночевать у  
бабушки, гулять по  
городу



A photograph of a woman with long dark hair hugging a young child from behind. The child is laughing joyfully with their eyes closed. They are outdoors in a park-like setting with lush green trees in the background. A large, pink, cloud-shaped graphic with a yellow outline is overlaid on the right side of the image, containing text.


Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки.



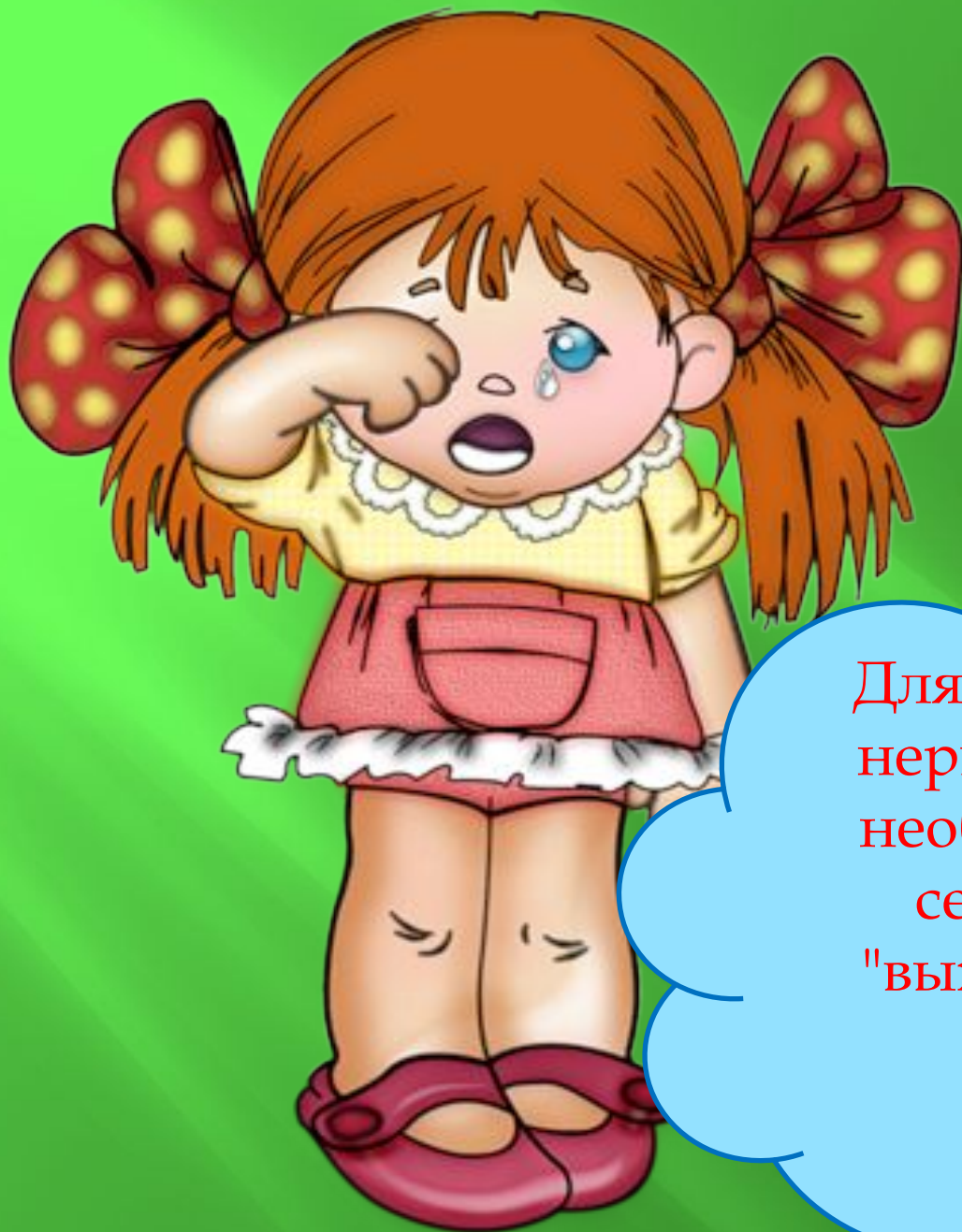


В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем. В детский сад можно брать с собой любимую игрушку





Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день.



Для предупреждения  
нервного истощения  
необходимо делать в  
середине недели  
"выходной день" для  
малыша.



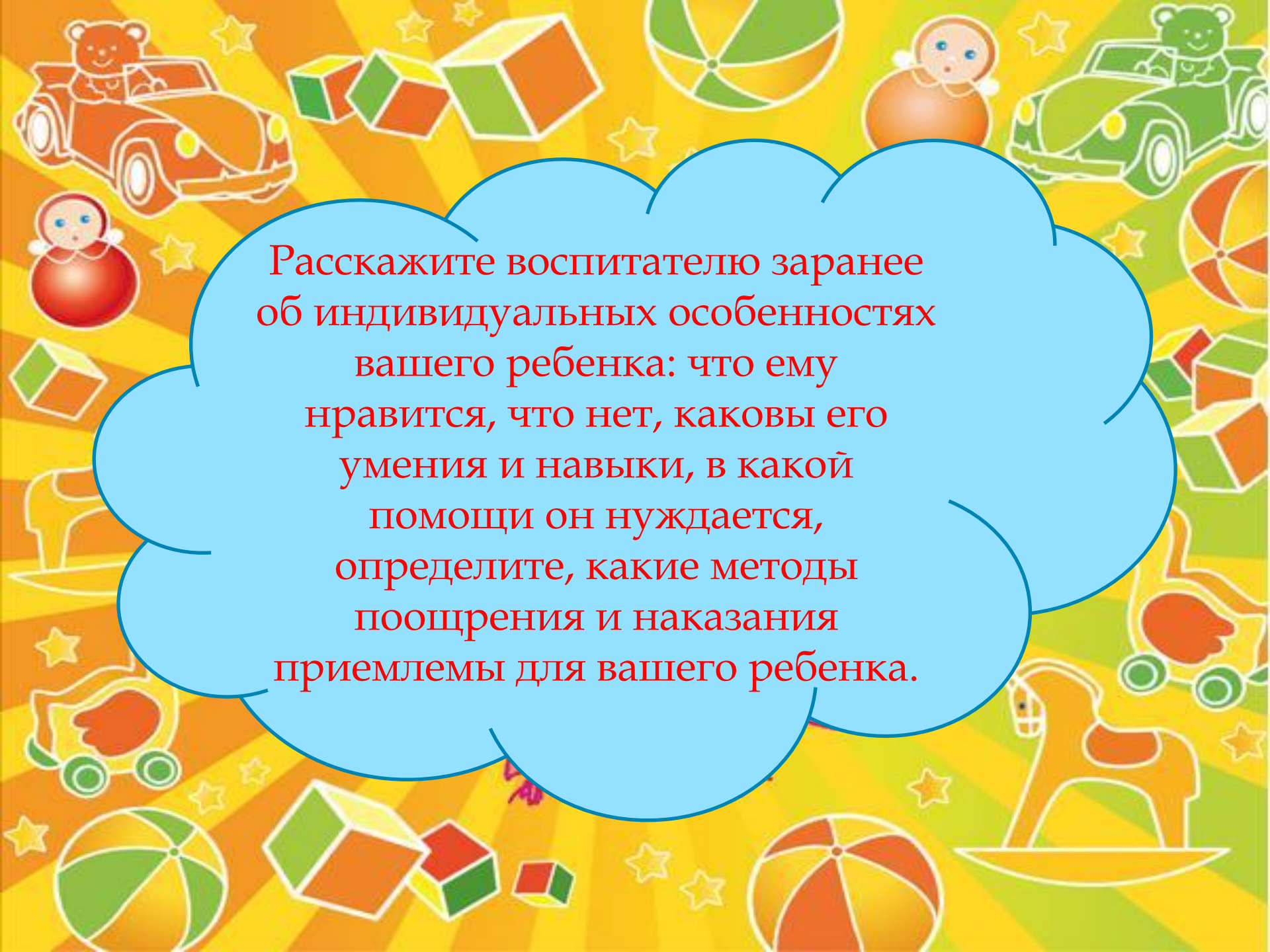


В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.



Ребенок приходит в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, проводить закаливающие мероприятия, смазывать ходы носа оксолиновой мазью.





Расскажите воспитателю заранее об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

Если окажется, что у ребенка  
развита потребность в  
сотрудничестве с близкими и  
посторонними взрослыми, если он  
владеет средствами предметного  
взаимодействия, любит и умеет  
играть стремится к  
самостоятельности, если он открыт  
и доброжелателен по отношению к  
сверстникам, считайте, что он  
готов к поступлению в детский сад  
или ясли.