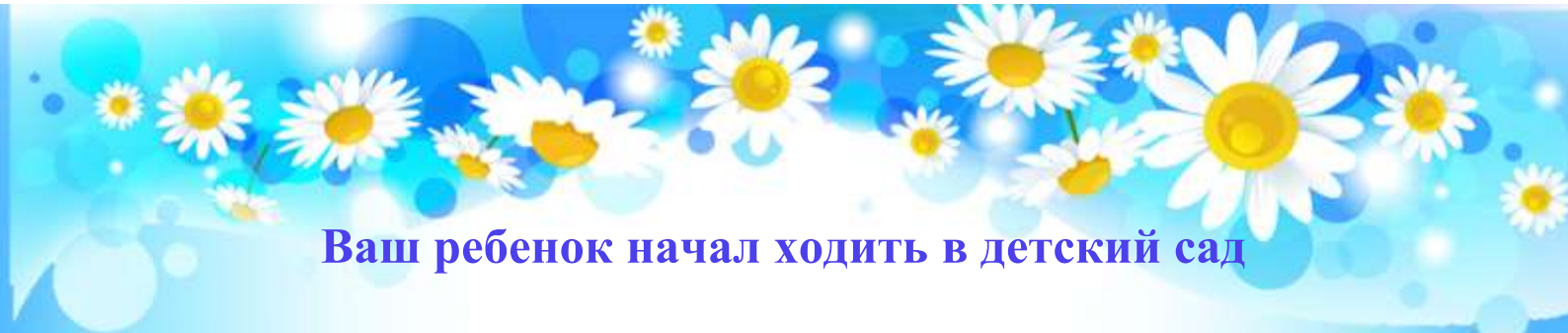




Ваш ребенок начал ходить в детский сад

Период начала систематического посещения детского учреждения очень сложен для каждого ребенка.

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребенка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжелую.

При легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается за 1—2 недели. Острых заболеваний не возникает.

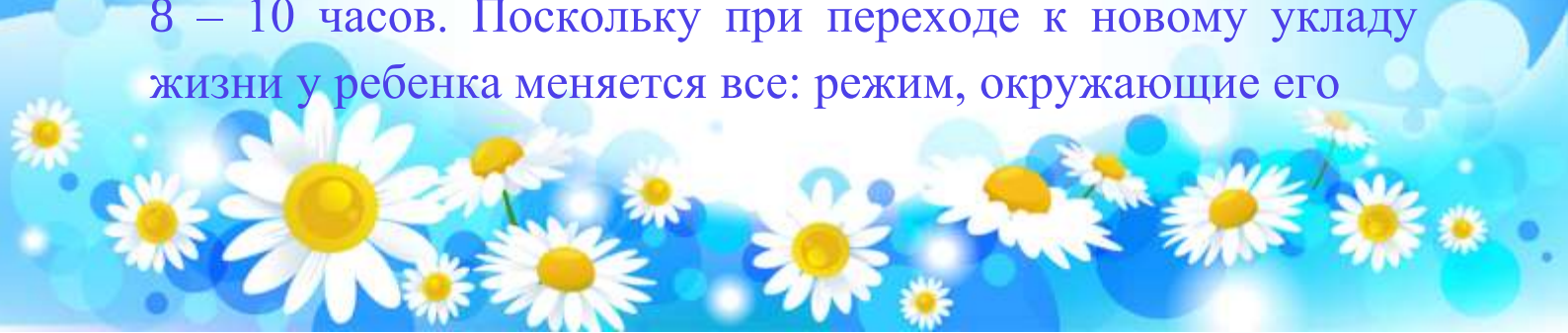
Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20—40 дней, в течение целого месяца настроение может быть неустойчивым.

Тяжелая адаптация приводит к длительным и тяжелым заболеваниям. Могут замедляться темпы развития.

Для того чтобы сделать процесс адаптации менее болезненным, необходимо, чтобы родители и сотрудники детского сада поддерживали тесный контакт.

Сначала маме можно приводить ребенка только на прогулку, потом на один - два часа в группу, позже — на несколько часов подряд оставлять его с воспитателями.

Важно знать, что даже если ребенок легко и быстро привык к детскому саду, не следует оставлять его здесь на 8 – 10 часов. Поскольку при переходе к новому укладу жизни у ребенка меняется все: режим, окружающие его





взрослые, дети, обстановка, пища – малышу очень тяжело находиться в новой обстановке длительное время.

В первые дни и недели посещения детского сада, когда малыш испытывает эмоциональную перегрузку, родители должны поддерживать дома спокойную обстановку, не перегружать ребенка новой информацией, не посещать многолюдные места и не принимать дома шумные компании.

Скорее всего, если вы, уважаемые родители, постараетесь выполнить все эти условия, ваш малыш прекрасно справится с изменениями в его жизни.

Задача родителей в это время — быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

ИТАК:

- ✓ Установите тесный контакт с работниками детского сада.
 - ✓ Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.
 - ✓ Не оставляйте ребенка в детском саду более чем на 8 - 10 часов.
 - ✓ Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
 - ✓ Поддерживайте дома спокойную обстановку.
 - ✓ Не перегружайте ребенка новой информацией.
 - ✓ Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.
- 