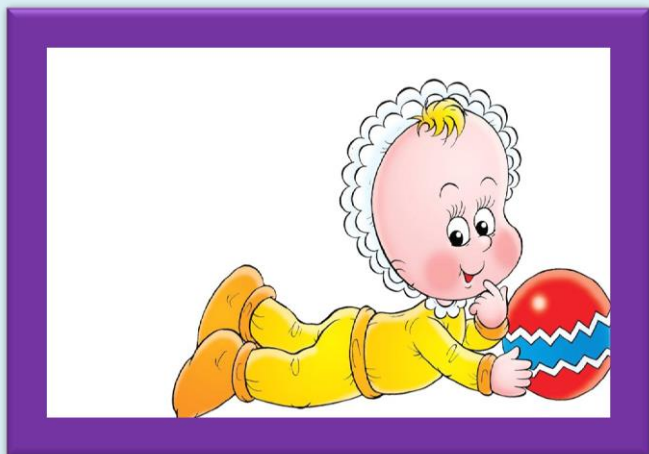


# В детский сад без слёз



*Больше всего родитель и ребёнок расстраиваются утром при расставании.*

*Вот несколько советов:*

- и дома и в саду говорите с малышом уверенно, спокойно;
- пусть малыша отводит тот родитель, с которым ему легче расстаться;
- обязательно скажите, что вы придёте и обозначьте когда;
- у вас должен быть свой ритуал прощания, после чего вы уходите уверенно.

## **Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду**

- ❖ Заранее ознакомьтесь с режимом детского сада и придерживайтесь его и в выходные дни.
- ❖ Познакомьтесь с меню детского сада и введите в рацион питания малыша новые для него блюда.
- ❖ Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать; проситься на горшок.
- ❖ Одевайтесь по сезону. Одежда и обувь не должны создавать трудности для ребёнка (не шнурки, а липучки; не пуговицы, а кнопки).
- ❖ Не давайте дорогие игрушки и не спрашивайте строго за их сохранность.
- ❖ Каждое утро проверяйте содержимое в кармане ребёнка, не допускайте наличия острых и колющих предметов: кнопок, скрепок, монет и т.д.
- ❖ Расширяйте "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 и т.д.
- ❖ 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.
- ❖ Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца приводить малыша на целый день.
- ❖ Ребенок должен приходить в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксолиновой мазью.