

# Идем в детский сад нелегки эти первые шаги.

**ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ** ребёнок привыкает к новой обстановке. Держите его за руку столько, сколько он захочет. Помогите вашему малышу, познакомиться с воспитателем. Он должен понять, что воспитатель – совсем как мама.

**В ТЕЧЕНИЕ ВТОРОЙ НЕДЕЛИ** ребёнок привыкает к воспитателю. Воспитатель принимает участие в одевании и раздевании ребёнка. Приведя малыша, вы, спустя 10-15 минут, можете уйти по своим делам, обязательно чётко сказав ребёнку, что вернётесь за ним после прогулки.

**ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ.** Взрослому трудно понять, какое большое значение имеет для ребёнка переход к новым условиям приёма пищи, новому вкусу блюд. В течение этой недели вы должны постараться приучить ребёнка есть в детском саду. Если ребёнок хочет, можно кормить его даже в том случае, если он может, есть сам. После обеда мама забирает его домой.

**В ТЕЧЕНИЕ ЧЕТВЕРТОЙ НЕДЕЛИ** ребёнка приучают спать в детском саду. Если ваш малыш любит класть с собой в постель любимую игрушку, принесите её в детский сад. Пока он обедает, игрушка может подождать его в кроватке.



# Техника расставания

Вы оставляете в яслях встревоженное, а то и ревущее чадо. Как лучше организовать этот момент: растянуть прощание или ускользнуть украдкой, пока малыш не видит? Ни так, и не эдак говорит Сьюзен Димерман, автор книги «Как там наши дети?». С ребенком обязательно надо попрощаться, но прощание должно быть как можно более коротким и приятным.

Найдите прощальное окошко. Если есть место, откуда ребенок может выглянуть на улицу, пусть он смотрит, как вы машите ему рукой или шлете воздушный поцелуй.

Создайте особый ритуал прощания. Воздушные поцелуи, особые словечки, объятия – то, что действительно понравится малышу, принесет позитивные моменты в ваше прощание.



# Первые дни в детском саду

Первые дни – самые трудные, поэтому знакомство с детским садом лучше начать с прогулки. Ребенку легче ориентироваться в окружающем, легче познакомиться, так как условия здесь напоминают условия домашнего двора.

Первые дни приводите малыша на 2 часа. Сначала побудьте с ним, помогите ему освоиться, познакомиться с воспитателем.

Число часов, проводимых Вашим ребенком в группе, следует увеличивать постепенно. В течение первой недели малыш должен быть в группе не более 2-3 часов в день. Это время увеличивается в зависимости от его эмоционального состояния. Таким образом, потребуется 2-3 недели, чтобы он по мере нормализации показателей поведения мог проводить в дошкольном учреждении полный день.

Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Прием пищи, игры, прогулки, отход ко сну должны совершаться в то же время, что и в детском саду.

В выходные дни напоминайте ребенку об игрушках, товарищах, воспитателях, которые, несомненно, ждут его прихода.

Создайте дома максимально благоприятную эмоциональную обстановку. Чаще разговаривайте с малышом, берите его на руки – дайте понять, что Вы его любите.

Не требуйте от ребенка быстрого усвоения новых навыков. Не упрекайте его, если он еще не очень аккуратно ест или непонятно говорит. Нервная система малыша сейчас в напряжении, не нужно усугублять стрессовую ситуацию.

Одевайте ребенка по погоде. Помните, что и перегревание и переохлаждение ведут к снижению защитных сил организма.

Заранее предупредить медработника и воспитателей, если у Вашего ребенка имеется хроническое заболевание, пищевая аллергия или непереносимость лекарств.

