

Советы, которые помогут исключить стрессовые ситуации в период адаптации ребёнка к детскому саду.



- ⇒ Очень важно, чтобы малыш пошёл в ясли абсолютно здоровым (сделать необходимые профилактические прививки за 1 месяц до поступления ребёнка в детский коллектив).
- ⇒ Дома создать ребёнку условия, максимально приближенные к условиям детского сада (малыш должен привыкнуть спать, есть, бодрствовать именно в те часы, которые приняты в соответствующей возрастной группе детского учреждения).
- ⇒ Большое внимание уделите своевременному формированию навыков самообслуживания (малыш должен уметь в определённом возрасте пить из чашки, есть ложкой, пользоваться горшком, одеваться и раздеваться).
- ⇒ Дома приучите ребёнка к определённой температуре воздуха в помещении (дома температура должна быть не выше 22° С, чтоб малыш не испытывал в детском саду состояние теплового дискомфорта; не кутайте, правильно одевайте его).
- ⇒ Первое время ребёнка лучше приводить в ясли всего на несколько часов (постепенное увеличение времени нахождения ребёнка в группе, поможет малышу легче привыкнуть к коллективу).
- ⇒ Создайте щадящий режим дома (больше занимайтесь с малышом, гуляйте, играйте в тихие игры, рассматривайте картинки, раньше укладывайте спать).
- ⇒ К возможным капризам ребёнка в это время будьте более снисходительными.
- ⇒ В домашних условиях постарайтесь компенсировать возможное недоедание и недосыпание в детском саду.
- ⇒ Утром, приведя ребёнка в ясли, поставьте в известность персонал группы об изменениях в поведении и состоянии малыша (это поможет выработать совместную тактику поведения и обращения с ребёнком).