

Рекомендации для родителей в период адаптации:



Адаптационный период - серьезное испытание для малышей. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша. Поэтому мы рекомендуем:

- ❖ *Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада, в которую будет ходить ребенок;*
- ❖ *Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;*
- ❖ *Обучить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок;*
- ❖ *Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Помните, чем спокойнее родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации;*
- ❖ *В первый день лучше прийти в детский сад, взяв с собой любимую игрушку;*
- ❖ *В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку;*
- ❖ *Ребенок должен приходить в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксолиновой мазью;*



С уважением воспитатель группы раннего развития №11: Толстова Анастасия Романовна.