

## **Уважаемые родители (законные представители)!**

**Чтобы Ваш малыш легко, быстро и безболезненно адаптировался к детскому коллективу, необходимо заранее начинать подготовку к этому событию.**

- Расскажите малышу, что такое детский сад.
- Заранее познакомьтесь с режимом детей в ДОО и приближайте постепенно к нему домашний режим вашего ребенка.
- Учите ребенка играть. Дети, умеющие играть и налаживать контакты со взрослым, испытывают положительные эмоции во время пребывания в яслях.
- Играя вместе с ребенком, приучайте его бережно обращаться с игрушками и убирать их на место. Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания. Позволяйте самостоятельно мыть руки, держать ложку, одеваться, проситься на горшок.
- Важно, чтобы малыш имел опыт разлуки с мамой, пусть незначительный, кратковременный, но такой ему необходимый. Например, мама находится на кухне, а малыш в это время – в комнате без мамы... хотя бы в течение 15 минут!
- И, наконец, самим родителям важно привыкнуть к мысли: «Мой ребенок идет в детский сад, и я этого не боюсь, мой малыш очень хочет попасть в коллектив сверстников».

### **Причинами тяжелой адаптации к детскому саду могут быть:**

- Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
- Наличие у ребенка своеобразных привычек.
- Неумение занять себя игрушкой.
- Несформированность культурно-гигиенических навыков.
- Отсутствие у ребенка опыта общения с незнакомыми детьми и взрослыми.
- В кризисный период с 2,5 до 3,5 лет адаптация протекает более тяжело и длительно.

**Как проверить, насколько готов ребенок к посещению детского сада?**

Для этого ответьте на следующие вопросы:

- Легко ли рассмешить вашего ребенка?
- Ваш малыш любит играть вместе с вами?
- Может занять себя каким-либо делом?
- Спокойно ли переносит разлуку с близкими?
- Охотно ли выполняет ваши просьбы: убрать на место игрушки, одежду, принести что-либо, помочь в каком-либо деле?
- Умеет ли совершать простые действия по самообслуживанию?
- Охотно ли идет на контакт со взрослыми?
- Активен и доброжелателен по отношению к сверстникам?

Если Вы можете дать положительные ответы на эти вопросы, то можете не беспокоиться – Ваш ребенок готов к изменениям в своей жизни.