

Мы идем в детский сад!!!

Во многом это зависит от вас самих! Начните его готовить заранее, и тогда адаптация пройдет легко и непринужденно. И для малыша, и для вас!

Считается, что лучший возраст для садика 3 года. Но, чтобы к этому моменту ребенок был готов, «тренировку» лучше начинать с 1,5 до 2 лет. В это время у малыша уходит страх перед расставанием с мамой, появляется любопытство. Не упустите этот момент! Приучайте ребенка к общению с другими людьми - как взрослыми, так и маленькими. Внимательно следите за собой: возможно, вам тяжелее расставаться с ребенком, чем ему с вами. Если у самой мамы есть уверенность в том, что садик - это хорошо, то такой оптимизм передается и ребенку. Если же мама изначально боится: вдруг ребенок будет болеть, вдруг его будут обижать - это тоже влияет на малыша. Ребенку такой тревожной мамы будет труднее адаптироваться в новых условиях. Помимо позитивного настроения, ребенок должен обладать и навыками самообслуживания: одеваться, пользоваться ложкой, ходить на горшок. Конечно, воспитатели помогут, но опекать, как дома, не будут.

Поэтому не делайте за ребенка то, что он может сам. Ваша помощь должна быть обучающей: не «давай, лучше я», а «попробуй, это делается вот так». Часто трудности бывают вызваны и новым распорядком дня. Если до сих пор режим дня вашего ребенка существенно отличался от «детсадовского», например, если он привык ложиться поздно и спать до полудня, то нужно перевести режим в соответствии с расписанием. Это надо сделать заблаговременно, до того, как ребенок пойдет в сад. День за днем, понемногу. Адаптация к садика редко обходится без «простуд». Период повышенной заболеваемости обычно длится полгода. Стресс, тесное общение с другими детьми: чем младше ребенок - тем слабее его иммунная система и тем более он восприимчив к инфекциям. Чтобы избежать частых болезней, надо позаботиться о закаливании: водные процедуры, игры на свежем воздухе, физкультура. Здоровье и успехи ребенка - в ваших руках!