



Первые недели адаптации к детскому саду у детей могут протекать абсолютно по-разному. Тот факт, что ребенок не плачет и с улыбкой идет в сад, не отменяет вероятности сложной адаптации. Ее первые итоги мы смотрим не раньше чем через месяц регулярного (!) посещения детского сада. Полная адаптация занимает три месяца. Только после этого можно говорить, адаптировался ребенок в саду или нет.

Отвечу на частые вопросы от родителей:

1. Когда оставлять ребенка на дневной сон?

Если в детском саду не первый год - можно оставить на сон в конце первой недели, начале второй. Если первый год в саду – необходимо смотреть на конкретного ребенка. Общие рекомендации для такого ребенка – на сон в любом случае не раньше 3 недели.

2. Надо ли соблюдать дома режим дня?

Обязательно следим за сном и питанием ребенка. Режим дома должен повторять детский сад. Это в интересах здоровья Вашего ребенка.

3. Можно ли увлекать детей гаджетами, телевизором и т.д.?

В период первого адаптации гаджетов - ни мультиков, ни компьютерных игр быть не должно.

4. Нужны ли дополнительные прогулки?

Чем больше времени проводите на улице после сада - тем лучше ребенку.

5. Кружки и секции в период адаптации.

В период адаптации посещение **НОВЫХ** кружков и секций рекомендуется отложить минимум на месяц, далее смотрим на адаптацию. Новые – это те которые ребенок никогда не посещал или делал перерыв в занятиях летом или в период самоизоляции

хотя бы на месяц. Так же смотрим на количество нагрузки. В приоритете остаются спортивные секции – их вводим в первую очередь. Последние – интеллектуальные.

После сада, для разгрузки дома:

1. Замешиваем тесто и лепим из него что угодно.
2. Пальчиковые краски в ванной. Время для этой активности определите сами.
3. Рисование с помощью разных техник. (с помощью губки, ватных палочек, рисование мыльными пузырями, щеткой, пульверизатором)
4. Дайте ребенку надувать воздушные шарик и мыльные пузыри. Как элементы дыхательной гимнастики.

Больше объятий и поцелуев. На все истерики дома, пока идет адаптация в детском саду, ребенок **ИМЕЕТ ПРАВО** и задача родителя в этот период не воспитывать ребенка, а эмоционально поддерживать. Всеу свое время!

