

## ПЕРВЫЕ ПОСЕЩЕНИЯ ДОУ

Начинать посещения садика желательно за несколько недель до выхода мамы на работу. В идеале — так, чтобы успел пройти весь период привыкания. Нахождение родителей в помещении группы не приветствуется, это возможно только в исключительных случаях, с разрешения воспитателя и заведующего. Например, при тяжелой адаптации, если взрослые решат, что такая мера поможет.

Зато на прогулку можно приходить беспрепятственно. Рекомендация педагогов — начинать знакомство со своей группой именно во время прогулок. При хорошей погоде их две: утром, между 11:00 и 12:00, и вечером, после 16:00 до прихода родителей. Вечерняя особенно важна, так как малыш сможет наблюдать, как деток одного за другим забирают мамы и папы. Это зрелище подействует на него положительно на уровне подсознания, даже если ребенок никогда не думал о том, что его могут забыть в садике. На второй-третий день малыша желательно оставить гулять самостоятельно, попрощавшись с ним на час или два, а потом забрать.

Следующий этап — оставить малыша в группе с утра на 2–3 часа. Здесь маме важно побороть эмоции и попрощаться с ребенком легко, не показывая, как ей непросто с ним расстаться. Уходить незаметно тоже нельзя, так как это напугает кроху и создаст ощущение беспомощности. Лучше всего просто поцеловать малыша и весело попрощаться, пообещав забрать его во время прогулки (и выполнить обещание!).

Оставьте воспитателю свой номер телефона на всякий случай и держите мобильник поблизости. Так вам будет спокойнее.

Такой режим желательно практиковать не дольше недели. После этого можно попробовать оставить ребенка на тихий час, и действовать дальше по рекомендациям воспитателя. Можно приносить с собой небольшую любимую игрушку — это не запрещается. Если малыш ведет себя спокойно, не мешает спать другим детям, не плачет, можно считать, что самое трудное позади. Ему потребуется еще несколько дней, чтобы окончательно освоиться с режимом, и останется только закрепить результат.

Родителям следует внимательно наблюдать за своим чадом в период адаптации, отмечая, как меняется его поведение, и прислушиваться к советам воспитателя. По мере привыкания к садiku ребенок избавится от

нервозности, восстановятся сон и аппетит, и наступит момент, когда мама с удивлением поймет, что у ее малыша теперь есть своя собственная общественная жизнь. Он будет учиться вместе со сверстниками, принося домой забавные игровые движения и потешки, заводить первых друзей. Он начнет получать бесценный опыт, на основе которого будет строиться вся его дальнейшая учеба и даже карьера.