



Детский сад – это новый этап в жизни ребенка, который сопровождается множеством новых впечатлений, переживаний и, возможно, стрессов. Для того, чтобы адаптация ребенка прошла быстрее и легче, необходимо заранее начинать подготовку ребенка к детскому саду. Что же для этого нужно? На эти и многие другие вопросы нам ответила старший воспитатель, педагог--психолог детского сада №14 «Солнышко» Марина ИРХИНА.

Как правило, уже в ясельной группе от детей требуются некоторые навыки самообслуживания. Ребенок должен уметь пить из чашки, самостоятельно есть ложкой, пытаться одеваться и раздеваться самостоятельно и, конечно, быть приучен к горшку.

Максимально приблизить режим дня к тому, который будет во время посещения детского сада. Необходимо учесть утреннее время подъема для того, чтобы успеть собраться и добраться до детского сада.

Стоит уделить немало внимания простым способам закаливания: водные процедуры, прохладное питье, – а также разнообразию рациона питания ребенка. Незнакомое блюдо может вызвать у малыша отказ от приема пищи.

