

Памятка для родителей

"Первый раз в детский сад"

Уважаемые родители!

Поступление вашего ребенка в детский сад – важный этап в его жизни. Он сопровождается изменением привычной для него обстановки, режима дня, питания, встречей с новыми детьми и взрослыми, разлукой с родителями. Ребенку необходимо приспособиться к новым условиям жизни. Не все дети одинаково хорошо с этим справляются.

Продолжительность адаптационного периода и характер его течения во многом зависят от состояния здоровья ребенка и его подготовленности к поступлению в детское учреждение.

Как должен быть подготовлен ваш ребенок к периоду адаптации.

1. У ребенка должны быть сформированы культурно – гигиенические навыки
2. Перед поступлением в детский сад домашний режим вашего ребенка целесообразно приблизить к режиму детского учреждения .
3. С персоналом группы, куда пойдет ваш малыш, вам необходимо познакомиться заранее, рассказать о его привычках, особенностях поведения.

Как общаться с ребенком в период адаптации

1. Настраивайте ребенка на позитивный лад.

2. Первое время забирайте домой пораньше, создать спокойный. Благоприятный для ребенка климат в семью.
3. Уменьшайте нагрузку на нервную систему: на время прекратить посещение многолюдных мероприятий и мест, сократите просмотр телепередач.
4. Дома поиграйте в детский сад. Роль ребенка может исполнять любимая игрушка малыша. В игре ребенок покажет, с какими проблемами сталкивается в детском саду, а вы сможете предложить ему пути их решения.

Непосредственно в период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации

1. Устройство ребенка в детское учреждение лучше проводить во время вашего отпуска, так как в течение первой недели он должен проводить в детском саду не более двух-трех часов.
2. В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья ребенка и своевременно сообщать о них работникам детского сада.
3. При появлении первых признаков заболевания необходимо оставить ребенка дома и вызвать врача.
4. В период адаптации ребенок особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательными к малышу, заботливы и терпеливы.
5. Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружать ребенка впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новых игрушек.
6. Разрешите ребенку взять в детский сад любимую игрушку, лучше, если она будет хорошо мыться.

Как облегчить ребенку адаптацию к детскому саду

1. Научитесь прощаться с ребенком быстро, давая таким образом понять, что вы уверены в нем и его умении справиться с собой. Не затягивайте процесс расставания. Ребенок почувствует ваше беспокойство за него, и ему буде! Еще труднее успокоить.
2. Положите малышу в кармашек какую-нибудь памятную вещичку, которая будет напоминать ему о вас и о том, как сильно вы его любите.
3. Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
4. Не пытайтесь подкупить ребенка, не обещайте и не покупайте ему игрушек за согласие остаться в детском саду.
5. Четко дайте ребенку понять, что, какие бы истерики он ни закатывал, ему все равно придется пойти в детский сад. Если вы хоть раз ему уступите, в дальнейшем вам будет гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.
6. Привлеките воспитателя, вам нужен человек, который радушно встретит вашего ребенка.
7. Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома.

Помните, что в страхе расставания нет ничего плохого, он лишь свидетельствует о том, что между вами и ребенком существует тесная связь.

Как не надо вести себя родителям с ребёнком, когда он начал посещать впервые детский сад.

- ✓ При присутствии ребёнка плохо говорить о детском саде. «Наказывать» ребёнка детским садом и поздно забирать домой.
- ✓ Мешать его контактам с детьми в группе.

- ✓ Не уменьшать, а увеличивать нагрузку на нервную систему. Водить ребёнка в многолюдные и шумные места.
- ✓ Всё время кутать одевать не по сезону.
- ✓ Конфликтовать с ним дома.
- ✓ Наказывать за детские капризы.
- ✓ В воскресные дни резко изменять режим ребёнка.
- ✓ Всё время обсуждать а его присутствии его проблемы, связанные с детским садом.

Как надо готовить родителям ребёнка к поступлению в детский сад

- Как можно раньше провести оздоровительные или корректирующие мероприятия, которые назначил врач.
- Отправить в детский сад ребёнка лишь при условии, что он здоров.
- Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня для ребёнка дома.
- Повысить роль закаливающих мероприятий.
- Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придёт.
- Стараться отдать его в группу сада, где у ребёнка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
- Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
- Учить ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Не угрожать ребёнку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание его.
- Не нервничать и показывать свою тревогу накануне поступления ребёнка в детский сад.
- Всё время объяснять ребёнку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

1. Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.
2. Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.
3. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке).
4. Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.
5. После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке.
6. Дайте ребенку возможность поиграть в подвижные игры.
7. Устройте семейный праздник вечером.