

Памятка для родителей:
«Советы родителям при поступлении в детский сад»

Воспитатель:
Попова И.А.

Все волнения по поводу выбора **детского сада**, получения путёвки уже позади. Но встаёт вопрос, как же Ваш такой маленький **ребёнок** привыкнет к новой для него обстановке? Как облегчить ему это период?

Отрыв от дома, родных, встреча с новыми взрослыми и детьми могут стать серьезным стрессовым фактором. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким.

Продолжительность адаптационного периода индивидуальна. Привыкание к ДОУ это еще и тест для **родителей**, показатель того, насколько они готовы поддерживать **ребёнка**, помогать ему преодолевать трудности.

В нашем **детском** саду дети получают физическое и музыкальное развитие, действуют с дидактическим и строительным материалом, знакомятся с окружающим миром, расширяют пассивный словарь и совершенствуют активную речь.

ВНИМАНИЕ!

Чтобы избежать случаев травматизма, **родителям** необходимо проверить содержимое карманов в одежде **ребёнка** на наличие опасных предметов (острые, режущие, стеклянные, мелкие предметы, таблетки, леденцы, жвачку).

Ребёнок, не посещающий **детский сад** более пяти дней, должен иметь справку от врача.

К моменту посещения **детского сада** Ваш **ребёнок** должен быть отучен от груди, соски, бутылочки и памперса.

Для создания комфортных условий пребывания **ребёнка в ДОУ** **необходимо:**

- не менее трёх комплектов сменного белья (*мальчикам – трусики, колготки, шортики; девочкам – трусики, колготки*). В теплое время – носочки или гольфы);
- достаточное количество носовых платков (носовой платок необходим **ребёнку и на прогулке**: пожалуйста, положите платок в карман верхней одежды);
- пакет для использованного белья;
- всю одежду необходимо промаркировать (*написать имя полностью*);
- опрятный вид, застегнутая на все пуговицы одежда и обувь;
- умытое лицо;
- чистый нос, руки, подстриженные ногти;
- подстриженные и тщательно расчесанные волосы (*если у девочек длинные волосы, то необходимо собрать их*);



- чистое нижнее белье;
- одежда должна соответствовать размеру (*не слишком велика и тем более маловата*);
- завязки и застёжки на одежде должны быть расположены так, чтобы **ребёнок** мог сам себя обслужить;
- нежелательно ношение комбинезонов (это мешает формированию самостоятельных культурно-гигиенических навыков);
- обувь должна быть легкой, соответствовать ноге **ребёнка**, легко сниматься и надеваться, имеет фиксированную пятку, невысокий каблучок, желательно на застёжке.

Адаптация – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социально-психологическом.

Чтобы первые недели пребывания в **детском саду** прошли по возможности без стрессовых ситуаций примите к сведению следующие рекомендации:

- рассказывайте **ребёнку**, что такое **детский сад**, зачем туда ходят дети;
- **постарайтесь** наладить правильный распорядок дня (*приблизите его к режиму детского сада*).
 - заранее познакомьтесь с режимом **детского сада** и максимально приблизите к нему условия воспитания в семье (*более ранний подъем, время дневного сна и приёма пищи*)
 - заранее прививайте **ребёнку** необходимые навыки самообслуживания;
 - заблаговременно сделайте необходимые прививки;
- **постарайтесь избавить ребёнка** от вредных привычек (сосание пальцев и грызение ногтей, приём пищи из бутылочки, **постоянное сосание пустышки**, сон с обязательным укачиванием);
 - в первые дни **ребёнок остается в детском саду на 1-2 часа**, затем его пребывание доводится до полного дня в течение 2-3-х недель;
 - желательно дать **ребёнку пару дней отдыха**, если он категорически отказывается идти в **детский сад**;
 - если **ребёнку** и маме очень тяжело расставаться, тогда отводить **ребёнка** в садик может отец или кто-то еще из близких;
 - заранее познакомьтесь с воспитателями группы, расскажите об индивидуальных особенностях Вашего **ребёнка**;
 - никогда не пугайте **ребёнка садиком**;
 - не затягивайте момент расставания с **ребёнком в детском саду**, но и не уходите тайком (заранее придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания: воздушный поцелуй, поглаживание по спинке);
- поддерживайте дома спокойную обстановку;

- *****
- не перегружайте **ребёнка новой информацией**, не посещайте многолюдные места и не принимайте дома шумные компании;
 - не проявляйте перед **ребёнком** своего волнения и беспокойства;
 - будьте терпеливы;
 - демонстрируйте **ребёнку** свою любовь и заботу.

Скорее всего, если вы **постарайтесь** выполнить все эти условия, то Ваш малыш прекрасно справиться с изменениями в его жизни.
Задача **родителей** в это время быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

Типичные ошибки **родителей** (*в период адаптации ребёнка к ДОУ*)

1. В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в ДОУ, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился.

2. Обвинение и наказание **ребёнка за слёзы**.

Неготовность **родителей** к негативной реакции ребенка на ДОУ (помните, что для малыша – это первый социальный опыт, плаксивость, некоторая истеричность в период адаптации к ДОУ нормальна).

3. Ранний выход на работу (когда Ваша первая рабочая неделя после декрета совпадает с первой неделей пребывания ребенка в **детском саду**). Помните о возможных частых заболеваниях **ребёнка** на начальном периоде посещения ДОУ.

4. Пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности (не думайте об общественном мнении, когда Ваш **ребёнок** кричит в раздевалке по утрам, через это проходят все **родители**, и это вовсе не значит, что вы недостаточно хороши в роли «мамы» или «папы»).

5. Пониженное внимание к **ребёнку** (довольные работой ДОУ, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу). Наоборот, как можно больше времени проводите с **ребёнком** в *период адаптации*.