

Памятка для родителей детей, поступающих в детский сад

- ✓ Подготовьте вашего ребёнка к тому, что ему придётся находиться некоторое время без вас. Попросите своих друзей и родственников оставаться дома с вашим ребёнком на 2 – 3 часа в неделю. Притворитесь, что уходите за дверь, и спросите ребёнка, не обнимет ли он вас или поцелует на прощание.
- ✓ Покажите ребёнку часы и скажите, что вы вернётесь ровно через три часа. Даже если ребёнок не умеет пользоваться часами, это его отвлечёт.
- ✓ Будьте готовы к тому, что могут возникнуть проблемы с адаптацией к детскому саду. Это может выражаться в плохом сне ребёнка, потере аппетита, плаксивости.
- ✓ Объясните ребёнку, что такое детский сад и зачем туда ходят дети. Постарайтесь простыми словами создать положительный образ садика (например, в детский сад приходят такие же, как и ты, дети, они там вместе играют, учатся, кушают, в детском саду много игрушек и добрые воспитатели, которые заботятся о детях).
- ✓ Начинайте постепенно готовить ребёнка к поступлению в детский сад. Первое время приводите его только на прогулку. Поощряйте ребёнка общаться с другими ребятами из группы, хорошо, если у малыша появятся друзья в первые 3 – 5 дней.
- ✓ Ознакомьтесь с распорядком дня дошкольного учреждения и приведите расписание ребенка в соответствие с этим распорядком. Научите ребёнка делать всё, что понадобится в детском саду (одеваться, умываться, кушать).
- ✓ Заранее познакомьте ребёнка с воспитателями группы, в которую отправится ваш малыш.
- ✓ Познакомьтесь с другими детьми и их родителями, приглашайте новых друзей вашего ребёнка на совместные прогулки в выходные дни. Чем лучше

будут ваши отношения с воспитателем, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребёнку.

✓ Первые 2 – 3 недели можно оставлять ребёнка в детском саду на несколько часов, постепенно увеличивая это время до необходимой нормы. Первые несколько дней постарайтесь ходить в детский сад вместе с ребёнком (вы можете оставаться там на 2 – 3 часа).

✓ Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребёнку, как ему повезло – осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребёнком, ведь его приняли в детский сад.

✓ Подробно расскажите ребёнку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш малыш, когда пойдет в детский сад. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, а что он будет делать после обеда.

✓ Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сделает. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитательнице и скажи: «Я хочу пить», и Анна Николаевна нальёт тебе воды. Если ты захочешь в туалет, скажи об этом». Объясните, что в группе много детей и иногда ему придётся подождать своей очереди. Вы должны сказать малышу:»Воспитатель не может одеть сразу всех детей, тебе придётся немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома.

✓ Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, свои услуги другим детям.

✓ Создать спокойный, бесконфликтный климат для ребёнка в семье. Щадить его ослабленную нервную систему. Не увеличивать, а уменьшать

нагрузку на нервную систему. Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте ребёнка.

✓ На время прекратить походы в цирк, театр, гости. Намного сократить просмотр телевизионных программ.

✓ Не нервничайте и не переживайте по поводу расставания с ребёнком. Дети очень чутко реагируют на состояние родителей, а это только обостряет ситуацию. Разработайте вместе с ребёнком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.

✓ Не критикуйте детский сад в присутствии ребёнка, это вызывает в нем желание не ходить в такое плохое место. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

✓ Если ребёнок всё же заплакал, не реагируйте и не бросайте его жалеть. Обнимите, поцелуйте и скажите, что вы скоро вернётесь. Затем встаньте и выйдите из комнаты. Воспитатели знают, что истерики прощания чаще всего заканчиваются через 3 – 5 минут после ухода родителей.

✓ Помочь ребёнку разобраться в игрушках: использовать показ действий с ними, сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребёнка в совместную игру.

✓ Развивать подражательность в действиях ребёнка: «Полетаем как воробушка», «Попрыгаем как зайчики».

✓ Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего и т.п.

✓ Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

✓ Период адаптации в среднем занимает полгода, именно поэтому вам следует запастись терпением и с пониманием относиться к капризам ребёнка в первые месяцы посещения детского сада.

