

Рекомендации родителям по подготовке детей к детскому саду

Уважаемые родители, если вы твердо решили отдать своего малыша в наш детский сад, советуем Вам готовиться к этому событию задолго до вашего первого посещения!

1. Привыкание вашего ребенка к детскому саду, возможно, будет сопровождаться некоторыми трудностями. Приспособление организма ребенка к новым условиям называется **адаптацией**. Очень часто адаптация детей к условиям детского сада сопровождается физиологическим и эмоциональным стрессом: дети могут сильно и продолжительно плакать, нарушается аппетит, сон, повышается артериальное давление, температура, открывается рвота, понос, появляются страхи, замкнутость, неуверенность, агрессия. Поэтому, чтобы снизить проявления «адаптационного синдрома» необходимо как можно ответственнее подойти к данной проблеме и помочь ребенку привыкнуть к новым условиям. Начните готовиться к этому уже летом!

2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы он пошел в детский сад.

Мы предлагаем вам следующий вариант рассказа:

«Детский сад-это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кроватки, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все это можешь посмотреть, потрогать, поиграть с этим. В саду дети играют, едят, гуляют. Я очень хочу пойти на работу, мне это очень интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что было интересного в саду, я расскажу тебе, что у меня было интересного на работе. Многие ребята хотят туда ходить. Тебе очень повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, выучить имена воспитателей и выучить правила жизни детского сада».

3. Проходя мимо детского сада, радостно напоминайте ребенку, как ему повезло - осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша об этом, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.

4. Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности, он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете это повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Спрашивайте у него: что будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, что он будет делать после обеда? Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, они чувствуют себя увереннее.

5. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это может сделать. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить» и воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом. Но в группе будет много детей и тебе иногда придется подождать своей очереди. Например, воспитатель не сможет сразу одеть всех детей, поэтому подожди, когда очередь дойдет до тебя. Попробуйте проиграть все эти ситуации дома. Например, вы воспитатель, а медвежонок, за которого вам, тоже придется говорить, просит пить. Хорошо если ребенок захочет быть мишкой или воспитателем в этой игре.

6. За лето подготовьте с ребенком «радостную» коробку положив туда разные забавные предметы (небольшие игрушки, красивые бумажные салфеточки, книжечки, бумажные кораблики и самолетики). Осенью вам проще будет отправлять ребенка в детский сад: с игрушкой веселее идти и завязывать отношения с другими детьми.

7. Заранее познакомьтесь с режимом дня в детском саду. Обязательно соблюдайте этот режим дома. Примерно за месяц до посещения ребенком детского сада, будьте с ним чуть реже, чем раньше.

8. Повысьте роль закаливающих мероприятий дома. Отправляйте ребенка в детский сад, лишь при условии, что он здоров.

9. Не стесняйтесь узнать у заведующей ДОО фамилию и имя отчество вашего воспитателя, попросить показать участок вашей группы. Затем, заранее сводите его в детский сад, познакомьтесь с детьми и воспитателями.

Мы рекомендуем начать с совместных летних прогулок на участке детского сада (в дневное и вечернее время), совместно с родителями. Помогите ребенку налаживать отношения с детьми и педагогами, учите ребенка обращаться к ним по имени, играть. Покажите, что детей не оставляют в детском саду, а забирают домой. Тем самым, ваш малыш постепенно начнет привыкать к тем людям, которые будут окружать его в последующем. Не жалейте времени для этих прогулок!

10. При условии соблюдения наших рекомендаций адаптационный процесс пройдет для вашего ребенка безболезненно и спокойно.