

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### «КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДЕТСКИЙ САД»

*Детский сад* – это не только новое окружение, новая обстановка, новые люди. Это и первое расставание ребенка с близкими людьми, и, следовательно, первое большое испытание, которое он встретит самостоятельно. Малышу надо приспособиться к новому ритму и требованиям воспитателя. Чтобы стресс не был болезненным и не затянулся на долгие недели, необходима разумная и последовательная помощь родителей. Необходимо руководствоваться следующим правилам:

1. Свое решение о посещении детского сада необходимо сообщить ребенку с радостью, преподнести его как награду.

2. Готовить ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим.

3. Покупать вещи для детского сада вместе с ребенком. Заботится о том, чтобы вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек и пуговиц, обувь – на липучках или на молнии.

4. Заранее узнать режим дня в дошкольном учреждении и организовать похожий режим дома.

5. Отправлять малыша в детский сад лишь при условии, что он здоров. Повысить роль закаливающих мероприятий.

6. Как можно раньше познакомить ребенка с детьми и воспитателями в детском саду. Раскрыть малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

7. Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он там будет делать.

8. Учить ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания.

9. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.

10. Продумать, кто будет приводить и уводить ребенка.

11. Планировать свое время так, чтобы не оставлять малыша первое время на целый день в детском саду. Все время объяснять ребенку, что он для Вас по-прежнему дорог и любим.

12. Накануне напомнить малышу, что завтра он пойдет в садик и ответить на все вопросы ребенка. Поговорить с ребенком о возможных трудностях, с которыми он может столкнуться в начале посещения дошкольного учреждения.

## Какие ошибки могут встречаться со стороны родителей во время адаптации ребенка к детскому саду?

- **Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение.** Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не смог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

- **Обвинение и наказание ребенка за слезы.** Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь. Все, что нужно малышу – это адаптация к новым условиям.

- Не стоит планировать важных дел в первые дни пребывания ребенка к детскому саду. Родители должны знать, что ребенок может привыкать к садику 2-3 месяца.

- **Пребывание родителей в состоянии обеспокоенности, тревожности.** Прежде всего надо успокоиться. Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передается им. Родителям очень важно понимать, что ребенок проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы и это еще больше усиливает детскую тревогу.

- **Пониженное внимание к ребенку** также является типичной ошибкой родителей. Рекомендуется, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

**Когда малыш начинает весело говорить о садике, пересказывать события, случившиеся за день – это верный знак того, что он освоился.**

## Как облегчить ребенку утренние расставания?

Большинство детей не любят расставания с родителями: они капризничают, плачут и всеми возможными способами стараются этого избежать. Справиться с этим страхом можно при помощи следующих приемов:

1. Научитесь прощаться с ребенком быстро, давая таким образом понять, что вы уверены в нем и в его умении справиться с собой. Не затягивайте процесс расставания. Ребенок почувствует ваше беспокойство за него, и ему будет еще труднее успокоиться.

2. Положите малышу в кармашек какую-нибудь памятную вещичку, которая будет напоминать 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. Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например, всегда целуйте ребенка в щечку, а потом нежно потритесь носиками или что-нибудь подобное.
5. Не пытайтесь подкупить ребенка, чтобы он остался в саду за купленную игрушку.
6. Четко дайте ребенку понять, что какие бы истерики он ни закатывал, он все равно пойдет в садик. Если вы хоть раз ему поддадитесь, в дальнейшем вам будет уже гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.
7. Привлеките воспитателя. Вам нужен человек, который будет радушно встречать вашего ребенка.
8. Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой, а она опять возникла после болезни ребенка или после больших выходных, когда ребенок долго находился дома