

Памятка для родителей детей, впервые посещающих детский сад

1. Создайте условия для спокойного отдыха ребенка дома. В это время не стоит водить его в гости в шумные компании, связанные с поздним возвращением домой, а также принимать у себя слишком много друзей. Малыш в этот период слишком перегружен впечатлениями, не следует еще больше перегружать его нервную систему.



2. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.

3. В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять отсыпаться слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня.

4. Не отучайте ребенка от вредных привычек в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему ребенка. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему.

Отучить от соски, желательно, за 2-3 месяцев перед началом посещения детского сада. В группе детского сада запрещено использование соски, так как дети могут брать в рот чужую соску, тем самым не соблюдаясь правила гигиены. А в сон час ребенок не сможет заснуть без соски, плачет и капризничает.

5. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте ребенка, гладьте по голове, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, больше хвалите, чем ругайте. Сейчас ему нужна ваша поддержка!

6. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребенка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру). Не ругайте его за то, что он плачет и не хочет идти в детский садик.

7. Дайте в детский сад небольшую игрушку (не мягкую; чтобы ее можно было легко обработать). Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке - заместителе мамы. Прижимая к себе что-то, что является частичкой дома, ребенок гораздо быстрее успокоится.

8. Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. Эту сказку вы можете «проиграть» с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком.

9. Дома и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду - раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую ребенок берет с собой в садик.

10. Пусть ребенка в детский сад отводит тот родитель или родственник (по возможности), с которым ему легче расстаться.

11. Обязательно говорите, что вы придете, и обозначьте, когда. Малышу легче знать, что за ним придут после какого-то события, чем ждать каждую минуту. (например, можно сказать: «Я приду, когда ты проснешься»). Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!