**Управление образования администрации**

**Старооскольского городского округа Белгородской области**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**центр развития ребёнка – детский сад № 22 «Улыбка»**

Памятка для родителей

**«Правильно подготовим ребенка  
 к первым посещениям детского сада»**

**Воспитатель: Малахова Н.Н.**

**г. Старый Оскол, 2013г.**

**Рекомендации родителям по подготовке ребенка к детскому саду**

* Приближать режим своего ребенка к режиму детского сада нужно постепенно, изменив его рацион так, чтобы он как можно больше напоминал питание в детском саду. Уточнить, в какое время вам с ребенком лучше всего придти в первый день и какой режим посещения будет в первые дни пребывания в саду. В нашем детском саду в первый день вам предложат привести ребенка к 8.00. В последующие дни время пребывания ребенка в группе будет увеличиваться в индивидуальном порядке, предложенном воспитателем.
* Заранее посоветуйтесь с воспитательницей о том, какой подготовить детский гардероб. Лучше, чтобы это была удобная одежда, которую ребенок сможет сам снять и одеть. Очень дорогая одежда, требующая особого ухода, может быстро прийти в негодность от столкновения с песком, пластилином, красками и супом. Обувь лучше всего покупать с застежкой на «липучках», тогда ребенок быстро научится самостоятельно снимать и одевать ее.
* Сообщите воспитателю свои телефоны и телефоны ваших родственников (домашний, рабочий, мобильный, телефон мужа, бабушки и т.д.) на случай, если вы срочно понадобитесь.
* Если ваш малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство, обязательно поставьте персонал садика в известность и убедитесь, что эта информация правильно и четко записана.
* Бывает, что ребенку трудно в утреннее время расстаться с мамой, но и мамино сердце разрывается от плача ребенка. Особенно когда этот плач бывает каждое утро в течение нескольких недель. Это нужно просто перетерпеть, если вы действительно считаете, что ребенку нужен садик, или не стоит начинать! Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверью. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.
* Первые дни или даже недели могут быть тяжелыми - ребенок может отказываться от «детсадовской» еды, плохо спать днем, сильно уставать, много плакать, выглядеть вялым и подавленным… Естественные чувства любой матери – жалость, сострадание и, возможно, даже чувство вины за причиненные страдания. Как справиться с этим состоянием?

Будьте уверены в своем решении и ваш малыш быстро почувствует это. Не показывайте ребенку своей тревоги. Поделитесь переживаниями с близкими людьми. Вы услышите много утешительных историй про то, как дети привыкали к детскому садику и потом не хотели оттуда уходить.

* Вспомните, как вы сами ходили в детский сад, когда были маленькими. Если вы помните какие-то отрицательные моменты, подумайте, как вы можете помочь своему ребенку, чего вы ожидали от своих родителей, когда были ребенком.
* Если вам было плохо, вас обижали дети или воспитатели были жестки, не справедливы - это не значит, что ваш ребенок пройдет тот же путь. В конце концов, сейчас другие времена, другие условия и, наверняка, вы нашли лучших педагогов своему ребенку.
* Не делайте перерывов в посещении – неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть другой вариант, которого можно всеми силами добиться. После недельного пребывания все результаты, которых достиг ребенок по привыканию к детскому саду могут исчезнуть в один миг и придется начинать все с самого начала!
* Пройдет немного времени и, возможно, вам покажется, что малыш стал более капризным. По вечерам вас могут ждать неожиданные истерики по поводу и без повода, скандалы, сопровождающиеся криком, плачем, швыряние предметов и т.д. Некоторые родители могут прийти в настоящий ужас при виде такой резкой перемены и обвинить в ней садик. Причин же может быть несколько.

1. Адаптация к садику - большой стресс для малыша, его нервы напряжены и им требуется разрядка. Кроме того, в окружении посторонних ребенок часто старается сдерживать негативные эмоции, так что выплескиваются они только вечером на головы родителям.

2. Еще одной причиной «плохого» поведения малыша может быть его возраст. Все наслышаны о кризисе взросления ребенка, и этот самый кризис испытывает каждый ребенок.

Единственный совет, который можно дать родителям в этот период – это терпение. Вашему малышу очень тяжело, помогите ему справится с эмоциями, сохраняйте в доме спокойную обстановку.

3. Больше уделяйте ему внимания, чаще обнимайте его, лежите и сидите рядышком, почитайте его любимую книгу. Вскоре вы быстро заметите положительное влияние садика на развитие ребенка. Он станет более самостоятельным, научится одеваться и обуваться самостоятельно, есть, сам скатываться с горки и забираться на стульчик. Он принесет из садика новые выражения лица и жесты, новые слова.   
Будьте оптимистом - когда-то все дети становятся взрослее и ваш ребенок не исключение. А родители с самых первых дней на всю долгую жизнь остаются для детей их главными «образцами» и помощниками.

Список использованной литературы.

1. Григорян М. В детский сад [как нужно готовить ребёнка к детскому саду] // Работница. - 2007. - №8. - с. 20-24.

2. Костина В. Новые подходы к адаптации детей раннего возраста // Дошкольное воспитание. - 2006. - №1. - с. 34-36.

3. Павлова Л. О современной проблеме раннего возраста // Дошкольное воспитание. - 2003. - №8. - с. 9.

4. Смирнова Е. Ранний дошкольный возраст: становление произвольного поведения // Дошкольное воспитание. - 2011. - №2. - с. 73.