**Малыш идет в ясли!**

Уважаемые папы и мамы! Вы собираетесь отдать своего малыша в ясли.

Это значит, что изменится его обычная домашняя жизнь и начинается новая жизнь в детском коллективе. Его самочувствие в непривычной для него обстановке будет во многом зависеть от вас!

**Знаете ли вы?**

Чтобы ребенок легче привык к новым условиям воспитания в дошкольном учреждении, его надо готовить заранее. Родители должны знать, что привыкание (адаптация) к новым условиям – процесс длительный и сложный для детского организма. Период адаптации длится от 1 до 3 месяцев, у каждого ребенка по-разному.

В первые дни детям приходится в яслях очень трудно. Они плохо чувствуют себя без мамы, их пугает новая обстановка. Ребенок не может выразить, что ему не нравится, чего ему не хватает, он плачет, требуя тем самым удовлетворения своих желаний и потребностей.

Неподготовленные к яслям малыши плачут долго и упорно, успокоить их очень трудно. В группе они отказываются от еды, их не интересуют игрушки, они боятся незнакомых детей и взрослых, их порой не удается уложить спать. Даже устав плакать, дети остаются печальными, с тоской и надеждой смотрят на дверь, ждут, когда придет мама и папа.

**Почему ребенку трудно в яслях?**

Если в таком состоянии малыш находится несколько дней, то легко понять, почему он заболевает в первые же дни после поступления в ясли. И родители с недоумением всем говорят: «Только отвела ребенка в ясли, а он заболел!»

В чем же причина? Особенности организма маленького ребенка? Упущения в работе

 персонала учреждения? Недостатки воспитания малыша в семье?

Попробуем разобраться…

В нашей стране забота о детях начинается до их рождения.

В детских поликлиниках ведется большая работа по воспитания здорового ребенка, по профилактике заболеваний.

Установлено, что легче всего привыкают к новым условиям яслей дети до 6-ти месячного возраста. Труднее этот период протекает у детей от 9 до 18 месяцев. В этот период материнский иммунитет уже исчерпан, т. е. защитные силы, дающие невосприимчивость к болезням, а свои защитные силы еще не сформированы.

В носоглотке каждого здорового человека, в том числе и маленького ребенка, постоянно находятся микробы, которые у него заболевания не вызывают. Вновь поступивший ребенок, неизбежно вступая в контакт с детьми и персоналом, получает новые для себя микробы, справиться с которыми его организм из-за снижения защитных сил не всегда может.

Персонал детского учреждения пытается сделать все возможное, чтобы облегчить ребенку привыкание к новым условиям, а также старается предотвратить занос в группу инфекционных заболеваний, чему должны способствовать и родители. Поэтому **родителям запрещается находиться в группе вместе с ребенком в период адаптации.**

Существенное значение, влияющее на состояние ребенка в период адаптации, имеет его развитие, начиная с внутриутробного периода. Неблагоприятными моментами являются: токсикоз в течение беременности у матери; роды с осложнениями; наличие аллергических проявлений; искусственное вскармливание малыша; частые заболевания ребенка до поступления в ясли; болезнь накануне прихода в ясли; проведение профилактической прививки менее, чем за две недели до поступления в ясли; дисгармония в физическом развитии (несоответствие веса росту).

**Упущения в** **домашнем воспитании.**

Если дома не соблюдается режим (например, ребенок мало спит днем), у малыша развивается состояние хронического недосыпания и накопление признаков утомления нервной системы.

Ребенку труднее будет привыкнуть к новым условиям, если дома его не научили самостоятельно есть с ложки и пить из чашки, если он приучен к укачиванию перед сном в кроватке или на руках у взрослого. Трудно будет ребенку, если он отстает в нервно-психическом развитии, не понимает речевых обращений к нему взрослого и не выполняет простых просьб и поручений.

**Как подготовить ребенка к поступлению в ясли.**

Подготовка малыша к поступлению в ясли предусматривает в основном два момента: укрепление его здоровья и ликвидацию дефектов семейного воспитания. В чем же она заключается? Мы предлагаем вам следующие рекомендации:

-выполнение всех назначений участкового педиатра, касающихся режима, питания, воспитания и закаливания малыша с первых недель жизни;

-оформление ребенка в дошкольное учреждение нужно начинать не менее, чем за месяц до его поступления в группу;

-до этого необходимо пройти диспансеризацию, т. е. проверку состояния здоровья ребенка у врачей разных специальностей в детской поликлинике;

-следить, чтобы часы кормления, сна и бодрствования ребенка не только соответствовали его возрасту, но и не отличались от таковых в яслях. Тогда в новой для себя обстановке ребенку не придется привыкать к другому режиму;

-при кормлении малыша надо вовремя приучать его есть с ложки, пить из чашки, научить его жевать и принимать разную пищу соответственно возрасту. Этим вы будете способствовать воспитанию у ребенка навыков самостоятельности, нормальной работе пищеварительных органов;

-при организации бодрствования в семье нужно научить ребенка самостоятельно играть, выполнять простые поручения взрослых, ориентироваться в комнате;

-при укладывании ребенка не укачивайте его, не носите на руках. Лучшее снотворное-это свежий воздух (в саду, на балконе или при открытой форточке);

-не приучайте ребенка к сосанию пустышки, следите за тем, чтобы он не сосал пальцы, губы или какие-то предметы;

-желательно приучать ребенка к общению с другими здоровыми детьми и взрослыми;

-не следует приводить ребенка в ясли сразу после перенесенного заболевания. С момента выздоровления должно пройти не менее двух недель;

- целесообразно психологически подготовить и самого малыша: заинтересовать его посещением яслей, знакомством с детьми и игрушками и ни в коем случае не «пугать» яслями;

-с персоналом группы, куда пойдет ваш малыш, необходимо познакомиться заранее, сообщить воспитательнице и няне ласкательное имя ребенка, рассказать о его привычках, особенностях поведения и других подробностях. Такое предварительное знакомство облегчит малышу его первые дни в яслях.

Выполнив все эти рекомендации, вы подготовите своего ребенка в новую для него жизнь.

**Первые дни в яслях.**

В это время малышу надо помочь привыкнуть к группе, поэтому дома к нему следует относиться особенно бережно.

Мы вам советуем соблюдать следующие правила:

- выполнять все просьбы администрации дошкольного учреждения с целью предупреждения заболевания у детей;

- в первые 2-3 дня приводить малыша в группу на 1-3 часа, постепенно увеличивая время его пребывания в коллективе, для каждого ребенка этот период индивидуален. Кто-то уже на второй день идет в группу с воспитателем без слез, а кто-то и через месяц плачет, поэтому убедительно просим родителей набраться терпения и помочь своему малышу привыкнуть к новой для него обстановке;

-дома в это время ограничьте новые впечатления;

-не давайте ребенку новые виды пищи. В каждой группе в приемной комнате для родителей ежедневно вывешивается меню для детей на текущий день. Узнав, чем ребенка будут кормить сегодня в яслях, вы сможете спланировать его ужин дома, чтобы его питание было разнообразным, сбалансированным и калорийным;

-не принимайте и не посещайте гостей, новых знакомств ему хватает в яслях;

-не покупайте новые игрушки, пусть для него новыми и интересными будут в это время игрушки в группе;

-не наказывайте малыша, особенно не пугайте его тем, что вы оставите его в группе навсегда (вот будешь реветь: оставлю тебя в группе, или если ты меня не слушаешься, то я ухожу, а ты оставайся здесь);

-не разрешайте малышу смотреть телепередачи более 10-15 минут.

Старайтесь предупреждать отрицательные эмоции (плач, неудовольствие), переключая внимание ребенка на что-то новое и интересное.

В группу с малышом можно отдать одну его любимую игрушку или предмет, с которым он не расставался дома, игрушка не должна быть грязной и мелкой.

В выходные дни максимально приблизьте домашний режим к ясельному и не нарушайте его и в другие дни недели, когда малыш бывает дома.

Если у вашего малыша все же сохранились к моменту поступления в ясли вредные привычки (сосание пустышки, пальца, привычка к укачиванию, кормление с книжкой и др.) то отучать от них надо постепенно, по договоренности с персоналом группы: отдайте воспитателю пустышку так, чтобы ребенок этого не видел.