

Памятка родителям

«С радостью в детский сад»

Для того чтобы ребенок быстро и безболезненно мог адаптироваться к условиям дошкольного учреждения *необходимо готовить его к поступлению в детский сад:*

- расскажите ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошёл в сад.

- проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребёнку, как ему повезло - скоро он сможет ходить в детский сад.

- подробно расскажите ребёнку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребёнок, когда пойдёт в сад.

- поговорите с ребёнком о возможных трудностях, к кому он сможет обратиться за помощью, как это сделать. Попробуйте поиграть с ребёнком во все эти ситуации дома.

- научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к нам по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, свои услуги другим детям.

- разработайте вместе с ребёнком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.

- присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребёнка детским садом.

- в период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребёнка.

Многие дети в период адаптации становятся плаксивыми, замкнутыми, агрессивными, тревожными. Это связано с тем, что дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к детскому саду. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в детском саду приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, он чаще болеет, так как стресс истощает защитные силы организма. В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией, можно постепенно увеличить время пребывания в детском саду.