

## Рекомендации родителям на период, когда ребенок начал впервые посещать детский сад



### ВАЖНО!!!

- ✳ Необходимо привести домашний режим в соответствие с режимом группы! (Ребёнок в 8.00 должен быть в детском саду. Таким образом, подъём в 7.00. Дома обязательно должен быть дневной сон, ориентировочно с 12.30 до 15.00);
- ✳ Заранее отучите ребёнка от соски, бутылки и памперсов! В детский сад категорически ЗАПРЕЩЕНО это приносить.
- ✳ Познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
- ✳ Расширять ориентировку ребенка в ближайшем окружении: посещать детские площадки, ходить в гости к товарищу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки и т. п.;
- ✳ Приучать ребенка к самостоятельности при самообслуживании;
- ✳ Отправить ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров;
- ✳ Не отдавать ребенка в разгаре кризиса трех лет;
- ✳ Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он скоро придет;
- ✳ Стараться отдать его в группу, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе;
- ✳ Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад;
- ✳ Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за непослушание;
- ✳ Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад;
- ✳ Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового коллектива у вас была бы возможность **оставлять его там не на целый день. Первые дни адаптация начинается с 2 часов пребывания в детском саду. Постепенно время увеличивается. После выходных время посещения сохраняется, как в пятницу.** Если в пятницу ребёнок находился в детском саду до 12.00, то в понедельник также до 12.00.
- ✳ Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
- ✳ Настраивать ребенка на позитивный лад, внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим;
- ✳ Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать детей домой;

- ✿ Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье;
- ✿ Щадить его ослабленную нервную систему;
- ✿ Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на его нервную систему. На время прекратить походы в театр, в цирк, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач;
- ✿ Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша;
- ✿ Создавать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении;
- ✿ Не наказывать ребенка за детские капризы;
- ✿ Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.



### **Как не надо:**

- отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
- не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка;
- препятствовать контактам с другими детьми;
- увеличивать нагрузку на нервную систему;
- одевать ребенка не по сезону;
- конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

### **Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями**

- ✿ Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду;
- ✿ Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства;
- ✿ Принесите в группу свою фотографию;
- ✿ Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке);
- ✿ Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада;
- ✿ После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке;
- ✿ Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу;
- ✿ Будьте терпеливы.

