

Рекомендации для родителей детей впервые поступающих в детский сад.

Специальная подготовка ребёнка к детскому саду должна проводиться не менее чем за 3-6 месяцев до поступления в детский сад. Эта подготовка включает в себя следующие пункты:

Родители должны!

1. Заранее узнать все новые моменты в режиме дня детского сада и ввести их в домашний режим дня ребёнка. Домашний режим должен включать в себя:
 - Достаточный ночной сон (не менее 9-10 часов);
 - дневной сон;
 - питание должно соответствовать количеству и времени приёма пищи в детском саду (меню максимально приблизить к садовому),
 - исключить насильственное кормление - важно, чтобы ребёнок кушал сам;
 - приучить ребёнка к горшку;
 - заранее отлучить ребенка от груди, соски, питья из бутылочки;
 - не использовать применения подгузников при поступлении в детский сад.
 2. Заранее познакомиться с воспитателем, поговорить с ним о малыше (об особенностях его характера, о домашнем окружении, гигиенических навыках).
 3. Начать водить ребёнка в детский сад не с того дня, когда мама должна выйти на работу, а как минимум за 1-1,5 месяца. Время, проводимое ребёнком в группе увеличивать постепенно: в течение первой недели от 1,5-2 часов в день, но не более 3 часов (при хорошем эмоциональном состоянии, в зависимости от индивидуальных особенностей малыша).
 4. Не обсуждать при малыше волнующие Вас проблемы связанные с детским садом.
 5. Отправлять ребенка в детский сад только при условии, что он здоров.
 6. Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад, заранее познакомить его с детьми из группы, которую он будет посещать (например, во время прогулки).
 7. Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
 8. Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за его непослушание.
 9. Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса 3-х лет.
 10. Готовить ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой.
 11. Не нервничать и не показывать свою тревогу, накануне поступления ребенка в детский сад.
 12. Все время объяснять ребенку, что он для Вас, как и прежде дорог и любим.
 13. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему ребенка (на время прекратить походы в гости, сократить время просмотра телепередач, не реагировать на его выходки и не наказывать за капризы, ищите компромисс в отношениях с малышом).
- Максимально бережное отношение к малышу!**
14. Не кутать ребенка, а одевать его так, как необходимо, в соответствии с температурой в группе и на улице.
 15. В выходные дни придерживаться такого же режима дня как в детском саду.
 16. При явных изменениях в обычном поведении ребенка или при выраженных невротических реакциях, как можно раньше обратиться к врачу.

Первые признаки того, что ребенок адаптировался:

- ❖ **Хороший аппетит.**
- ❖ **Спокойный сон.**
- ❖ **Охотное общение с другими детьми.**
- ❖ **Адекватная реакция на любое предложение воспитателя.**
- ❖ **Нормальное эмоциональное состояние (улыбается, настроение хорошее, спокоен).**

Мы рады видеть Вас и вашего малыша в нашем детском саду!