

Памятка для родителей **«Готовимся к поступлению в детский сад»**

Уважаемые родители!

Скоро Ваш малыш переступит порог нашего детского сада. Привыкнуть к детскому саду не просто. Никто не может предсказать, какие последствия вызовет резкое превращение малыша из «домашнего» в «ясельного». Страдают и дети, и родители. Это обусловлено тем, что в корне меняется режим дня, окружающая среда. Теперь ребенка окружают новые люди, взрослые и дети. Адаптация организма к новым условиям социального существования сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита, расстройством здоровья.

Как сделать вхождение ребенка в детский сад безболезненным? Как помочь перенести стресс из-за разлуки с близкими людьми?

Для этого необходимы объединенные усилия работников ДООУ и родителей, которые обеспечат малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь дома и в детском саду.

Наши рекомендации являются начальным этапом системы адаптации ребенка к условиям ДООУ. Надеемся, что они вам помогут подготовить вашего малыша к поступлению в детский сад.

- Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте детские площадки; учите ребенка играть в песочницах; ходите на детские праздники, дни рождения.
- Готовьте ребенка психологически: рассказывайте ему о детском садике, о детях, воспитателях, игрушках, которые ждут его в группе. Постепенно он привыкнет к мысли о необходимости посещать детский сад.
- Познакомьтесь с режимом дня детей младшей группы и максимально приблизьте к нему режим дня дома еще до поступления в детский сад.
- Приучайте ребенка кушать разные блюда: каши, салаты, овощные, рыбные, мясные блюда и т.д., а не только то, что ему нравится.
- При поступлении в детский сад не забудьте предупредить воспитателей о том, какие продукты вызывают у ребенка аллергию, какие блюда он предпочитает, а какие совсем не ест.
- Поступая в детский сад, ребенок должен владеть элементарными навыками самообслуживания: самостоятельно пользоваться ложкой, частично одеваться (носочки, трусы, колготки), проситься и садиться на горшок.

Внимание: памперсы, пустышки в детском саду запрещены

- Заранее ознакомьтесь с общими правилами организации адаптации детей к ДОО: укороченное время пребывания ребенка в детском саду первые две недели (2-3 часа) с постепенным увеличением в зависимости от поведения ребенка на 1-2 часа в день.
- Отдав ребенка в детский сад, не торопитесь приступать к работе, дайте возможность вашему малышу постепенно привыкнуть к новым условиям.

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.