***Поступление в детский сад – это важное событие в жизни малыша.***

***Теперь перед Вами, уважаемые родители, стоит вопрос: как подготовить ребенка к посещению детского сада? Как помочь ему легче адаптироваться?***

**Предлагаем Вам использовать несколько простых рекомендаций:**

1. Начните готовить малыша к садику заранее.
2. Важно учить ребенка общаться. Водите его гулять на детские площадки, посещайте детские праздники, берите его с собой в гости и приглашайте друзей к себе в гости. Расширяйте круг общения ребенка.
3. Оставляйте ребенка с другими близкими и знакомыми, сначала ненадолго, а затем увеличивайте время. Объясняйте, что у вас есть дела, работа.
4. В ходе подготовки к садику приведите малыша гулять на участок, познакомьте с детьми и воспитателями, покажите группу, кроватку, рассказывайте ему как весело и интересно будет ему с другими детьми.
5. В период подготовки к детскому садику рассказывайте малышу больше о детском саде, придумывайте истории, сказки в которых любимый персонаж малыша пошел в садик и что он там делал.
6. Дома поиграйте в детский сад, роль ребенка можете выполнять Вы или любимая игрушка малыша. Покажите ребенку в игре, как он может познакомиться, вступить в игру. Соблюдайте в ходе игры режимные моменты.
7. Продолжайте играть с малышом в детский сад, когда он начнет ходить в садик. В игре

ребенок покажет вам, с какими проблемами он сталкивается, а вы предложите пути их решения.

1. Не показывайте ребенку свое волнение относительно поступления в детский сад. Ребенок должен понять, что выбора у него нет - детский сад это неизбежность. Ваша уверенность, оптимизм передастся ребенку. Первое время водить ребенка в детский сад может папа.
2. Придумайте ритуал встречи и прощания, делайте ребенку сюрприз, который он найдет в шкафчике, когда придет в детский сад. Разрешите взять ему игрушку, украсить шкафчик по его усмотрению.
3. Необходимо обсуждать с воспитателем длительность пребывания малыша в детском саду, возможность вашего присутствия в садике в течение какого-то времени.
4. Обычно ребенок привыкает к новым условиям в течение 2-3 недель. В это время ребенок может стать капризным, плохо есть и спать, плакать, когда видит уходящих родителей. Не торопитесь немедленно забрать малыша на домашний режим. Пройдет немного времени, и он привыкнет к новому общению.
5. Расскажите воспитателю заранее об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

**Что нужно обязательно сделать перед поступлением в детский сад:**

* Режим дня дома должен быть похож на режим дня детского сада.
* Желательно приучить ребенка к горшку (как минимум, чтобы ребенок спокойно на него садился).
* Малыш должен уметь самостоятельно мыть руки с мылом и сморкаться в носовой платок.
* Научить ребенка есть ложкой.
* Кормите ребенка едой, совпадающей с меню детского сада.
* Повысить роль закаливающих мероприятий.
* Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.
* Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
* Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
* И последнее – очень важно, чтобы ребенок много общался с детьми и умел играть самостоятельно.



**Что нужно делать, когда ребенок уже начал посещать детский сад:**

* В начале приводите ребенка на 1-2 часа в день, затем оставьте на обед, далее на сон. Когда ребенок уже будет оставаться на сон, забирайте его после полдника, не ждите окончания работы сада.
* Во время адаптации у детей часто нарушатся аппетит и сон. Быстрее всего восстанавливается аппетит. Со сном часто бывают проблемы. Поэтому не отчаивайтесь, если ваш малыш ни с первой попытки сможет заснуть в группе.
* Приводя ребенка в детский сад, не передавайте ему свое беспокойство: не стойте у дверей, не подсматривайте в окно, отдавайте ребенка воспитателю спокойно. Не обсуждайте при ребенке проблемы, касающиеся детского сада.
* Старайтесь в выходные соблюдать такой же режим дня, что и в детском саду.
* В период адаптации уменьшите просмотр телевизора, посещение гостей и любых новых событий. Новизны у ребенка и так хватает!
* В первые несколько дней ребенок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации ребенку просто необходимо "выпускать" эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бегает — это ему необходимо.
* Два слова хочется сказать об игрушках. Приучите ребенка выносить во двор, а в дальнейшем приносить в детский сад только те игрушки, которыми он готов поделиться с друзьями. В противном случае малыш прослывет жадиной или все время будет находиться в тревоге за свою любимую игрушку, с которой может что-нибудь случиться.

**ВАЖНО ПОМНИТЬ!**

Привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребёнка, помогать ему преодолевать трудности.

Нужно быть очень внимательным к крохе в этот нелегкий для него период. Хвалить и благодарить, что помогает маме управиться с делами, восхищаться умением ладить со всеми в группе, дарить ему мелкие подарки, чаще целовать и обнимать!

**АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА**

**К ДЕТСКОМУ САДУ**

**В ДОБРЫЙ ВАМ ПУТЬ!**

j0234507

Адрес: г.Бердск ул.Ленина,26

Телефон: 8 (383) 41 3-06-75

Факс: 8(383) 41 3-06-86

E-mail: bsk\_du25@mail.ru

Сайт: http://dou-25.berdsk-edu/ru./

Адрес: г.Бердск ул.Ленина, 26

Тел.: 8(383) 41 3-06-75

Факс: 8(383) 41 3-06-86

Адрес: г.Бердск ул.Ленина, 26

Тел.: 8(383) 41 3-06-75

Факс: 8(383) 41 3-06-86

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад комбинированного вида № 25 «Рябинка»**

**Памятка для родителей**



**Бердск**

**2015**