

Памятка для родителей

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Приход ребенка в детский сад может стать для него радостным событием в его жизни, если Вы ему вовремя поможете.

Приучайте ребенка к режиму

Очень важно оздоровить малыша. За один-два месяца до начала посещения детского сада надо пройти осмотр у врачей-специалистов (невропатолог, хирург, отоларинголог), сдать необходимые анализы. Если выявится, что Ваш ребенок страдает тем или иным заболеванием, в сад его можно отправить только после прохождения курса лечения под контролем участкового врача. Старайтесь, чтобы ребенок как можно больше был на свежем воздухе (не менее четырех часов зимой и весь световой день летом), постоянно проводите массаж и гимнастику, закаливающие процедуры. Если у малыша плохой аппетит, не кормите его насильно. Постарайтесь приблизить домашний рацион к рациону детского сада. Исключите из питания ребенку протертую пищу.

- Дома родители по рекомендации педагогов в период подготовки ребенка к детскому саду должны создать щадящий режим (рациональное питание, дневной сон, более продолжительное пребывание на свежем воздухе) с учетом врачебных и педагогических рекомендаций. Обстановка в семье должна быть спокойной, обращение родителей с ребенком - особенно ласковым.
- Родителям заранее надо рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем дети ходят туда, почему родители хотят, чтобы малыш посещал детский сад. Целесообразно провести с ребенком примерно такие беседы: «Детский сад - это такой красивый большой дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Мы бы очень хотели, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду все приспособлено для детей: там маленькие столики и стульчики, маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много красивых игрушек. В саду тебе будет очень интересно и весело».
- Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло - осенью он сможет туда ходить. В присутствии малыша расскажите родным и знакомым о большой удаче - его приняли в детский сад!
- Учите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки и свои услуги другим детям.
- Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания - и ему будет проще отпустить вас.

- Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полу-года. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации **своего малыша**.
- Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
- Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Илюше... Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.
- В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
- В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени - компенсируйте это качеством общения: чаще обнимайте ребенка, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте любые изменения в его настроении.
- Если через месяц ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли.