

## Памятка для родителей будущих детсадовцев

- Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад. Сводите туда, чтобы он представлял, что это такое.
- Когда вы идете мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло - осенью он сможет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша, что гордитесь своим ребенком, - ведь его приняли в детский сад.
- Поговорите с ним, как со взрослым. Объясните, что он будет ходить в садик, где много детей, с которыми можно играть, и много новых и интересных игрушек.
- Расскажите ему, что взрослые тети, с которыми он там встретится, будут играть, петь и танцевать с ним, читать ему книжки, рассказывать сказки и всегда во всем помогут.
- Скажите, что теперь по утрам вся семья будет отправляться на работу: папа - в свой офис, мама - в свой, старший брат или сестра - в школу, а он - в детский сад, а после работы мама или папа придут за ним и заберут домой.
- Познакомьтесь с будущей воспитательницей, нянечкой. Обязательно скажите воспитателю, а лучше оставьте ему письменную памятку, где перечислите: нелюбимые блюда, продукты и лекарства, вызывающие аллергию; прививки, от которых у ребенка медицинский отвод; номера телефонов для связи с вами в экстренных случаях.
- Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности, он будет там делать. Чем подробнее будет ваш рассказ - тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш малыш, когда пойдет в детский сад. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит так, как было ему заранее «обещано», - он чувствует себя увереннее.
- Постепенно, в течение лета, подстраивайте режим дня ребенка к режиму дня в детском саду, особенно если это касается раннего вставания - не позднее восьми часов утра. После обеда ваш малыш должен спать не менее одного часа или хотя бы полежать с книгой или с игрушкой. Подготовиться ко сну следует не позднее 21 часа.
- Полезно научить пользоваться горшком. Отучить его от еды из бутылочки с соской. Постарайтесь научить малыша самостоятельно есть ложкой и пить из чашки.
- Поговорите с ребенком о трудностях, которые могут возникнуть у него в детском саду. Обговорите, к кому в этом случае он сможет обратиться за помощью, и как он это сделает. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом воспитателю.





- Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по его первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу: «Воспитатель не сможет помочь одеться сразу всем детям, поэтому тебе придется немного подождать».

- Научите ребенка знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, в свою очередь, предлагать игрушки другим детям.

- Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего малыша по именам. Спрашивайте его дома о новых друзьях. Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем легче будет вашему ребенку.

- Вводить ребёнка в новую ситуацию надо постепенно. В первые дни побудьте с ним некоторое время в детском саду, не уходите сразу. А, расставаясь, обязательно скажите, что вернётесь за ним. Как правило, многие дети через несколько дней привыкают к новым условиям.

- Когда ваш сын или дочь впервые отправятся в сад, не забудьте дать ему с собой свою игрушку: привычная теплая вещь, пахнущая домом, будет действовать на малыша успокаивающе, это для него частичка дома, частичка безопасности.

- Не забудьте так распланировать свое время, чтобы полностью освободить себе первые пару недель, чтобы со своей стороны помочь ребенку плавно пройти адаптацию в садике.

- На первых порах постарайтесь уделять вашему малышу тройное внимание дома и на прогулках, напоминайте вечером ему о садике, о ребятах, о воспитательнице. Самое главное - не бойтесь слез ребенка, ведь он пока не может реагировать иначе!

Не раздражайте ребенка своими слезами и нервозностью. Многие мамы не могут сдерживать эмоций при расставании с ребенком утром, когда ребенок уходит в группу. Если у мамы не получается быть выдержанной, лучше доверить папе отвести ребенка в садик.

- Постарайтесь быть терпимыми в период адаптации ребенка к ДОУ, не жалеите времени на эмоционально-личностное общение с ребенком, поощряйте посещение детского сада ребенком.

Рекомендации для родителей  
педагога-психолога МБДОУ №254  
Несмеяновой Анны Сергеевны

