

Памятка «В детский сад идти пора!!!»

Опасение родителей имеют основания. Когда ребенок приходит в детский сад, резко меняются условия его жизни: режим дня, температура помещения, требования к одежде, характер питания, воспитательные воздействия, стиль общения с окружающими. Все это действует на малыша.

Медики, педагоги, психологи отмечают: период адаптации к дошкольному учреждению и требует от ребенка большого нервного напряжения. Поэтому иногда период адаптации проходит настолько тяжело, что ребенок заболевает. Родители ищут причину болезни и находят ее обычно в простуде, инфекции. Но, как показывает опыт, нередко ребенок начинает болеть не потому, что он простудился или подхватил инфекцию, - чаще всего болезнь ответная реакция ребенка на психоэмоциональное напряжение, которая угнетает защитные силы организма, причем тем сильнее, чем возбудимее ребенок. Обычно здоровые дети привыкают к новым условиям за несколько дней, и таких последствий у них не возникает. Стрессовые ситуации подстерегают именно неподготовленного ребенка в любой новой для него обстановке.

Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад?

Этот вопрос волнует многих родителей, но, к сожалению его задают слишком поздно, когда они непосредственно сталкиваются с трудностями привыкания или когда до первого посещения ребенком детского сада остается совсем мало времени. Поступление в детский сад - серьезный шаг для всей семьи. И надо готовиться к этому новому этапу в жизни малыша тоже всей семьей

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагогов, принимать к сведению их наблюдения и пожелания. Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей, сближение их подходов в семье и детском саду с учетом его индивидуальных способностей.

- Дома родители в период подготовки

- Родителям заранее надо рассказывать ребенку, что такое детский сад, зачем дети ходят туда, почему родители хотят, чтобы малыш посещал детский сад. 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.

- Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугола. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям своего малыша.

- Убедитесь в своей уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского внимания. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

- Ребенок привыкает 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 их 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.

Приучайте ребенка к режиму

Очень важно оздоровить малыша. За один-два месяца до начала посещения детского сада надо пройти осмотр у врачей-специалистов, 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 ребенка протертую пищу.

Как управляться с одеждой самостоятельно ?

Позаботьтесь о том, чтобы все вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек и пуговиц, обувь на липучках или на молниях. Освоить шнурки ребенку трудно, поэтому пусть учится завязывать их дома без спешки. Шапку и шарф лучше заменить шапкой-шлемом - и в шею не надует, и надевать намного проще. Вместо рубашки приготовьте водолазку, вместо кофты - свитер. В общем, главное, чтобы ребенок быстро собирался на прогулку и был аккуратным и опрятным. Чтобы ребенку было легко убирать свои вещи, позаботьтесь о петельках на одежде, удобных для ребенка. Сделайте маркировку одежды. Целесообразно указать не только имя и фамилию ребенка, но и условный символ (цветок, бабочка, шарик, мяч и т.п.), познакомить с ним малыша, чтобы он легко узнавал свою одежду.

Перед сном поставьте рядом с кроватью стульчик для одежды. Приучайте его снимать одежду самостоятельно и складывать ее на стульчике, а

стульчике, а утром надевать чистую одежду, которую вы приготовили. Стремитесь, чтобы ребенок знал названия одежды, правильно указывал на нее. Когда ребенок одевается или раздевается, постарайтесь находиться рядом с ним. Поощряйте, используйте игровые предметы (мишка смотрит, как ты сам одеваешься, хочет у тебя научиться). При необходимости помогайте ребенку советами, выраженными в спокойном тоне. Не торопите ребенка, сохраняйте спокойствие: навык самообслуживания требует усилий, терпения и многократных упражнений. Предоставьте ребенку возможность овладевать необходимыми навыками.

Наблюдайте за тем, как у него складываются необходимые умения и навыки.

Культурно-гигиенические навыки: мыть руки перед едой, после загрязнения; насухо вытирать лицо и руки полотенцем; вытирать нос, пользоваться индивидуальными предметами (полотенце, носовой платок, горшок); вытирать ноги у входа; опрятно есть, тщательно пережевывать пищу, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой.

Культура поведения: здороваться и прощаться со взрослыми, сверстниками; употреблять слова, выражающие просьбу, благодарность; выполнять элементарные правила культурного поведения на улице и в помещении; не топтать зеленые насаждения, бросать мусор в предназначенный для этого места; аккуратно пользоваться туалетом, умывальником; не выходить из-за стола, не окончив еды, после нее говорить спасибо; не кричать, не мешать другим детям во время игр, за столом, в спальне, при одевании и раздевании.

Взаимоотношения со сверстниками и взрослыми: проявлять внимание, сочувствие к сверстникам (делиться игрушками, уступать), отзываться на просьбу другого ребенка, помогать ему; называть по имени и отчеству своих воспитателей, няню, знать свое имя; бережно относиться к вещам и игрушкам. Игра: спокойно и самостоятельно играть; доброжелательно и с симпатией относиться к товарищам по игре; играть вместе с другими детьми, совместно с другими детьми пользоваться игрушками.

Собираясь в детский сад

С воспитателем группы, куда поступит малыш, нужно познакомиться заранее, сообщить ему, каким ласковым словом (именем) называют ребенка дома, рассказать о его привычках, особенностях поведения и других подробностях домашней жизни. Следует приучать ребенка к новой обстановке постепенно: в первый день оставить всего на два-три часа, потом до обеда, несколько дней забирать после обеда так, чтобы он освоился и привык без большого напряжения и срывов.

Необходимо и в выходные дни, когда ребенок дома, придерживаться режима дня, принятого в детском саду. Резкие изменения режима даже на протяжении нескольких дней выбивают ребенка из привычного ритма, вновь и вновь требуют от него перестройки, а это дается ему с большими трудностями, вызывает излишнюю нервозность.

Если у ребенка к моменту поступления в дошкольное учреждение сохранилась привычка укачивания, сосание пустышки во время игры и т.д., то отучать от нее надо постепенно, сначала дома, а потом уже в саду, договорившись с персоналом.

Малыш может принести в группу любимые игрушки, книжки или милые пустышки, с которыми он не расстанется. Это поможет ребенку легче и безболезненнее привыкнуть к дошкольному учреждению, и скоро малыш с удовольствием будет посещать детский сад, ждать встречи с новыми друзьями, игрушками.

Необходимо подготовить для детского сада следующее: сменную обувь (туфельки на невысоком каблучке); для бассейна: резиновую шапочку, халатик с капюшоном и карманом, белые трусики; два носовых платка, расческу, два комплекта нижнего белья, запасную рубашку или платье, если ребенок во время еды нечаянно испачкает одежду, пустой мешок для испачканной одежды, запасная одежда находится в мешочке на вешалке в шкафчике ребенка.

Типичные ошибки родителей во время адаптации ребенка к ДОУ

-Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не смог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

-Обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь. Все, что нужно малышу – это адаптация к новым условиям.

-Не стоит планировать важных дел в первые дни пребывания ребенка в детском саду. Выход на работу лучше отложить. Родители должны знать, что сын или дочь могут привыкать к садику 2-3 месяца.

-Пребывание родителей в состоянии беспокойства, тревожности. Они заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли «мамы» и «папы». Прежде всего им надо успокоиться. Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передается им, чувствуют беспокойство мамы и это еще больше усиливает детскую тревогу.

Что необходимо сделать чтоб прийти в детский сад

1. Пройти медкомиссию.
2. Принести медицинскую карточку в детский сад.
3. Заключить договор с детским садом.
4. Прийти в детский сад 01.06.2021 года

Мы желаем вам успехов в подготовке к такому важному и волнующему периоду в жизни малыша - это означает, что он вырастет.

Вся информация размещена на нашем сайте <http://ds478nsk.edusite.ru/> в разделе «Информация для родителей»

Телефон заведующего 274 15 19 Долгих Елена Викторовна