Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
Детский сад №9 «Одуванчик»
Подготовила: Чернецова Т.В.

«Первые дни ребенка в детском саду. Советы родителям»

Первые дни в детском саду очень важны. Именно от них зависит, какое отношение к садику сложится у **ребенка**. А это влияет на то, как часто он будет болеть, и как к нему будут относиться другие детишки. Чтобы **ребенок** максимально легко прошел адаптацию к **детскому саду**, необходимо знать следующее:

Привыкание

Привыкание к садику должно происходить постепенно: сначала оставляете **ребенка в детском саду на час — два**, потом до обеда или до тихого часа. Скорее всего, воспитательница сама вам скажет, когда следует начать оставлять **ребенка на дневной сон**. Если ему нравится находиться в **детском саду**, на второй-третьей неделе можно уже забирать его после полдника.

Дорога в **детский сад**

• Начав посещать садик, ходите каждый будний день. **Ребенок должен уяснить**, что садик теперь будет всегда. Это ускорит его адаптационный период.

• Если у дверей садика **ребенок** начинает плакать и просить вернуться, ни в коем случае не делайте этого. Иначе он еще много раз будет устраивать вам такую сцену.

• Как правило, через 1-2 месяца **ребенок привыкает к тому**, что теперь ему постоянно надо будет ходить в **детский сад**.

Расставание

Большинство детей плачет при расставании с мамой, потому что под угрозой главная потребность малыша — безопасность и защищенность. Перед тем как отправить его в группу, поцелуйте **ребенка**, улыбнитесь и скажите, что скоро за ним вернетесь.

Это даст ему уверенность, что все будет хорошо и с ним ничего не случится.

• Расставание должно быть коротким и радостным. Некоторые дети проще спокойнее расстаются с папами, нежели с мамами. Попробуйте этот вариант, может быть **ребенку** так будет легче прощаться.

• Очень важно, чтобы у **родителей** не было сомнений в том, что **ребенку** нужно обязательно ходить в **детский сад**. Иначе малыш будет чувствовать ваше беспокойство, а это может повлиять на его адаптацию к **детскому саду**.

• Чаще всего, зайдя в группу, малыш начинает играть и на время забывает о маме. Не переживайте, с вашим **ребенком** работают опытные воспитатели.

Как одеть

Одевайте **ребенка так**, чтобы он чувствовал себя раскованно и свободно. Одежда и обувь должны быть удобными и легко застегиваться. Одевайте **ребенка в опрятную**, недорогую одежду.

Что взять с собой

Можно взять в **детский сад любимую вещь** *(чаще всего игрушка)*. Это поможет малышу чувствовать с собой частичку дома. Оставьте в шкафчике садика носовые платки и запасной комплект одежды.

Дома

• В **первые** дни посещения садика происходит сильная нагрузка на нервную систему. **Ребенку** необходимо быстро приспособиться к постоянному взаимодействию с малознакомыми людьми и к длительному отсутствию мамы. Так что не нагружайте малыша новыми впечатлениями. Выходные проводите спокойно, в кругу семьи.

• После того, как вы забрали **ребенка из садика**, играйте и общайтесь с ним. Пусть он забудет о группе и отдыхает. Не спрашивайте, нравится ли **ребенку в саду** и пойдет ли он туда завтра. Это наведет его на мысли, что возможно ему там будет плохо и в садик можно не ходить. Если вы хотите поговорить о садике, лучше спросить **ребенка** что он ел и какие игрушки ему понравились.

• Во время стресса иммунная система замедляет свою активность. Чтобы **ребенок реже болел**, постарайтесь делать так, чтобы он получал максимум положительных эмоций, хорошо питался и много спал. Во время адаптационного периода, не наказывайте малыша за капризы и выходки, чаще обнимайте и говорите, что вы его любите.

• Ни в коем случае не пугайте **ребенка походом в сад**. Он должен уяснить, что пребывание в садике — это не наказание, а удовольствие.

• Если у вас есть недовольство садиком, не обсуждайте их в присутствии **ребенка**.

Как же надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад?

• Отправить в **детский сад ребенка лишь при условии**, что он здоров.

• Не отдавать **ребенка в детский** сад в разгаре кризиса трех лет.

• Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в **детском саду** и их ввести в режим дня **ребенка дома**.

• Повысить роль закаливающих мероприятий.

• Как можно раньше познакомить малыша с детьми в **детском саду** и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.

• Стараться отдать его в группу сада, где у **ребенка** есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.

• Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в **детсад**.

• Учить **ребенка** дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

• Готовить вашего **ребенка** к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

• Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления **ребенка в детский сад**.

• 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.

• Все время объяснять **ребенку**, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Как надо вести себя **родителям с ребенком**, когда он начал **впервые посещать детский сад**?

• Настраивать **ребенка на мажорный лад**. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

• Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.

• Щадить его ослабленную нервную систему.

• Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

• Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

• Не кутать своего **ребенка**, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.

• Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в **детском учреждении**.

• Не реагировать на выходки **ребенка** и не наказывать его за **детские капризы**.

• При выявленном изменении в обычном поведении **ребенка** как можно раньше обратиться к **детскому врачу или психологу**.