«Как подготовить ребёнка

к детскому саду»

**Уважаемые родители**!

**Мы очень рады всех вас видеть в нашем дошкольном учреждении! Многие из вас сейчас вступают в важный период вашей жизни и жизни вашего ребенка – он идет в детский сад. И для того, чтобы адаптация его к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать об особенностях этого сложного периода.**

Готовиться к переменам желательно за несколько месяцев до начала посещения дошкольного учреждения. Особенно тяжело вливаются в детский коллектив застенчивые, пугливые дети. Если ваш ребенок сторонится незнакомых людей, на детской площадке боится отпустить вас, подойти к другим детям, даже самая хорошая воспитательница не спасет его от дезадаптации, ведь для таких детей стресс от посещения дошкольного учреждения будет во много раз усиливаться. Постарайтесь расширить круг общения ребенка - чаще ходите с ним в гости, обсуждайте, что делают и как ведут себя дети на детской площадке, поощряйте и поддерживайте его инициативу в общении с окружающими. Учите ребенка общаться! Если вы пришли на детскую площадку, покажите малышу, как можно попросить игрушку, предложить поменяться, пригласить другого ребенка в игру или спросить разрешения поиграть вместе.

Учите ребенка знакомиться - сначала вы будете спрашивать детей, как их зовут, и представлять им своего стеснительного кроху, но рано или поздно он начнет брать с вас пример. Попробуйте на прогулках организовать игры для детишек - пусть это будет даже самая обычная игра в мяч - главное, чтобы малыш увидел, что играть вместе с другими детьми может быть очень весело.

Познакомитесь с режимом дня дошкольного учреждения и постепенно начинайте приучать к нему своего малыша. Особенно тяжело приходится детям во время сна, если дома их днем не укладывали спать. Поэтому очень важно, чтобы с 13.00 до 15.00 малыш привыкал находиться в кровати. Если он не может заснуть - приучайте его просто спокойно лежать.

Учите ребёнка играть! К сожалению, современные дети все меньше умеют заниматься этой естественной для них деятельностью. Они не умеют играть самостоятельно, строить игровой сюжет, и вся их игровая деятельность сводится к простым манипуляциям с игрушками (постучать, покидать, поломать). Ребенку, умеющему занять себя игрой проще влиться в детский коллектив, найти себе друзей. Вовлекайте ребенка в совместные сюжетно-ролевые игры (куклы, домики, больница и т. д.), они учат ребенка общению, развивают эмоции, знакомят с окружающим миром.Играйте с ребенком в "детский сад", рассказывайте ему о том, что если мама и папа работают, то они отводят своих деток туда, где много других ребят, где есть интересные игрушки, веселые занятия. Расскажите, что в саду дети едят и спят, там у каждого есть кроватка, шкафчик, полотенце. Пусть ваши игрушки станут "детками", которых привели в садик, а ваш малыш как заботливая воспитательница будет кормить их обедом и укладывать спать. Если вы будете регулярно говорить о саде и играть в него - больше вероятность того, что кроха начнет ходить туда с радостью, и конечно он уже будет знать, что это за место и чем там занимаются.

Играйте в игры на подражание - "попрыгаем, как зайчики", "полетаем, как воробушки", "походим, как мишки". Умение повторять действия взрослых пригодятся ребенку и на физкультурных, и на музыкальных занятиях, во время подвижных игр с воспитателем.

Приходите поиграть на площадку во время прогулки (лучше во второй половине дня, когда за детьми начинают приходить родители). Пусть малыш посмотрит, как дети гуляют, как с ними занимается воспитатель.

Читайте и рассказывайте ребенку стихи, сказки и приучайте его внимательно слушать. Старайтесь постепенно увеличивать время чтения, развивая у малыша произвольное внимание.

Приучайте ребенка к самостоятельности в сфере гигиены и самообслуживания. Если на момент поступления в дошкольное учреждение ваш малыш будет уметь сам надевать сандалии, садиться на горшок, он будет чувствовать себя в группе более уверенно. Снимите с него памперс (пусть даже на первых порах вам придется носить с собой запасную одежду и постоянно вытирать лужи). Приучайте малыша к горшку или унитазу. Нужно, чтобы он спокойно относился к высаживанию. Постарайтесь приучить ребенка ходить в туалет не тогда, когда уже "очень хочется", а заранее: перед выходом в детский сад, перед прогулкой, перед сном.

Дайте малышу в руки ложку, покажите, как нужно ей правильно пользоваться. Объясните, что нельзя играть за столом, есть во время просмотра телевизора. Максимально приблизьте меню вашего ребенка к меню дошкольного учреждения, устраните "кусочничество" между едой.

Собираясь на прогулку, не торопитесь одеть ребенка - пусть он попробует справиться сам, даже если это займет больше времени. Спокойно помогайте малышу во время одевания, объясняйте, как правильно надеть сандалии, колготки, футболку.

Укрепляйте здоровье ребенка. Многие дети,  которые до начала посещения дошкольного учреждения почти не болели, начинают часто болеть. Причина этого - и новые вирусы, с которыми ребенок сталкивается. Стресс, который ребенок переживает в новых условиях, сам по себе тоже снижает защитные силы организма. Самый просто способ укрепить иммунитет - это не снижать его, пытаясь держать ребенка в тепличных условиях. Если вы слишком тепло одеваете ребенка даже дома, даете ему только теплое питье, стараетесь с ним поменьше бывать в общественных местах, чтобы он не болел, то в детском саду вы получите как раз обратный эффект. Одевайте ребенка всегда по погоде. Старайтесь как можно больше времени проводить на улице. Закаливать нужно всех детей, а детей, которые идут в детский сад - особенно. Хождение босиком в помещении и по земле летом в любую погоду - самый простой и эффективный способ. Это укрепляет не только иммунную, но и нервную систему.

Если вы прислушаетесь к нашим рекомендациям, то у вашего ребёнка стресс от посещения дошкольного учреждения будет во много раз меньше, а этап привыкания его к новым условиям пройдет быстрее и спокойнее.

**Но вот все документы готовы,**

**ребенок и родители идут к детям.**

1-й день – вы приводите ребенка к 10 часам на прогулку и забираете тотчас после нее.

Затем в течение недели приводите малыша и оставляете в саду до обеда. А мы наблюдаем за ним и в зависимости от его поведения (привыкания, эмоционального настроения) сообщаем вам, когда лучше будет оставить его на дневной сон, а потом уже и на целый день.

Но вот ребенок заплакал, и у родителей возникает вопрос: «Как быть?» Да ведь это очень хорошо, что малыш плачет, большую тревогу вызывают тихие, «равнодушные» дети, ведь они все переживания держат в себе. Ребенок плачет – и успокаиваются эмоционально, он дает «сигнал» обратить на него внимание. Со всей ответственностью можно сказать, что плачущие поначалу дети в будущем посещают детский сад с большим удовольствием, чем тихие и спокойные.

В процессе нашего с вами общения будут возникать различные вопросы, пожалуйста, не стесняйтесь, подходите к нам и спрашивайте. Мы с удовольствием на них ответим, а если нужно, проведем консультацию. Не держите вопросы в себе, не надейтесь на советы знакомых. С вами и вашими детьми будут работать специалисты высокой квалификации.

**Успехов в воспитании ваших малышей.**

 **Любите их безусловной любовью, просто за то, что они у вас есть.**

Заместитель заведующего по основной деятельности Жук Г.П.