|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Уважаемые родители!**  Поступление вашего ребенка в детский сад – важный этап в его жизни. Он сопровождается изменением привычной для него обстановки, режима дня, питания, встречей с новыми детьми и взрослыми, разлукой с родителями. Ребенку необходимо приспособиться к новым условиям жизни. Не все дети одинаково хорошо с этим справляются. Продолжительность адаптационного периода и характер его течения во многом зависят от состояния здоровья ребенка и его подготовленности поступления в детское учреждение.   |  |  | | --- | --- | | **Как должен быть подготовлен ваш ребенок к периоду адаптации** | **Непосредственно в период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации** | | **1.**У ребенка должны быть сформированы культурно – гигиенические навыки:   * Самостоятельно ест разнообразную пищу, * Своевременно сообщает о своих потребностях – просится в туалет, или на горшок, * Мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком   **2.**Перед поступлением в детский  сад домашний режим вашего ребенка целесообразно приблизить к режиму детского учреждения.  **3.**С персоналом группы, куда пойдет ваш малыш, вам необходимо познакомиться заранее, рассказать о его привычках, особенностях поведения.  **Что делать если ребенок не хочет убирать за собой игрушки**  **1.**Будьте примером для ребенка, убирайте за собой вещи.  **2.**Убирайте игрушки вместе.  **3.**Разговаривайте в этот момент с ребенком, объясняйте, для чего это происходит.  **4.**Формулируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте.  **5.**Учитывайте возраст и возможности ребенка. | **1.**Устройство ребенка в детское учреждение лучше проводить во время вашего отпуска, т.к. в течение первой недели он должен проводить в детском саду не более двух – трех часов.  **2.**В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья ребенка и своевременно сообщать о них работникам детского сада.  **3.**При появлениях первых признаков заболевания необходимо ребенка оставить дома и вызвать врача.  **4.**Период адаптации ребенок особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы.  **5.**Не перегружайте ребенка впечатлениями, не принимайте гостей и не покупайте игрушек.  **6.**Разрешите взять в детский сад  ребенку его любимую игрушку, лучше, если она будет хорошо мыться.  **7.**Не удивляйтесь, что вы справились с проблемой, но она опять возникла после продолжительных выходных или болезни. Помните, что в страхе расставания нет ничего плохого, это лишь свидетельство того, что между вами и ребенком существует тесная связь. | | **Как общаться с ребенком в период адаптации** | **Как облегчить  ребенку адаптацию в детском саду** | | **1.**Настраивайте ребенка на позитивный лад. Первое время забирайте ребенка домой пораньше, создайте спокойный, благоприятный для ребенка климат в семье.  **2.**Уменьшайте нагрузку на нервную систему: на время прекратите посещение многолюдных мероприятий и мест, сократите просмотр телепередач.  **3.**Дома поиграйте в детский сад. Роль ребенка может исполнять любимая игрушка малыша. В игре ребенок покажет, с какими проблемами сталкивается в детском саду, а вы сможете предложить пути решения.  **Что делать если ребенок не хочет ложиться спать**  **1.**Замечайте первые признаки переутомления (капризничает, трет глаза, зевает). Переключайте ребенка на спокойные игры (совместное рисование, сочинение историй), попросите ребенка говорить шепотом, чтобы не разбудить игрушки.  Во время вечернего туалета дайте ребенку поиграть с водой.  **2.**Погладьте ребенка перед сном, сделайте ему массаж. Расскажите ребенку, как вы его любите. Если у вас двое детей посещают детский сад, не забудьте, что это все нужно сказать и сделать обоим детям. | **1.**Научитесь прощаться с ребенком быстро, давая понять ему, что вы уверены в нем и его умении справиться с собой. Не затягивайте процесс расставания, ребенок почувствует ваше беспокойство за него.  **2.**Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.  **3.**Не обещайте покупать ребенку игрушки за согласие остаться в детском саду. Четко дайте ребенку понять, что в сад ему придется ходить. Если вы хоть раз ребенку уступите, то в дальнейшем вам будет гораздо сложнее справиться  с его слезами и капризами.  **4.**Привлеките воспитателя, вам нужен человек, который радушно бы встретил вашего ребенка. Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.  **5.**После детского сада погуляйте с ребенком в парке, или на детской площадке.  Придумайте и отрепетируйте несколько способов прощания (воздушный поцелуй, обнимание, поглаживание). Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду ( режимные моменты, новые занятия, друзья).  Не проявляйте беспокойство.  **6.**Оставайтесь спокойным, не впадайте в ярость от непослушания ребенка.  **7.**Читайте ребенку сказки, пойте песенки, это лучше всего формирует у ребенка способность к чистому речевому произношению. |   *Надеюсь, что общие рекомендации по периоду адаптации помогут вам. С пожеланиями успехов и хорошего посещения в детском саду! Педагог – психолог: Пирожкова С.Б.* | |  | | |  |