**«Первый раз в детский сад»**

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**



Уважаемые родители! **Убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи.**Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются, и тогда он использует любые ваши колебания для того, чтобы не расставаться с вами. Быстрее и легче привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

Вам необходимо привыкнуть к мысли: «Мой ребенок идет в детский сад, там ему будет хорошо, о нем будут заботиться, он будет играть со сверстниками и развиваться. **Я хочу, чтобы он пошел в садик**».

**Расскажите ребенку, что такое детский сад**, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад. Например: «Детский сад – это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих малышей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду дети кушают, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в детский сад, схожу на работу, а вечером приду за тобой и мы вместе пойдем домой».

Расскажите ребенку о режиме детского сада: **что, как и в какой последовательности он будет делать**. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее ваш малыш пойдет в детский сад. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что все происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.

Чтобы ребенок не чувствовал дискомфорта, **желательно заранее приучить его пользоваться горшком, самостоятельно есть** и т.п.

Поговорите с ребенком о возможных трудностях,**к кому он может обратиться за помощью.**Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить». Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется немного подождать своей очереди.

****

**Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени**, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки другим детям. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше.

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Ребенок автоматически примет вашу позицию («Если маме здесь не нравится, то и мне плохо. Я не хочу в детский сад!»).**Никогда не пугайте ребенка детским садом!** Важно создать положительный образ детского сада.

**В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша**. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Скажите: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, а потом привыкаешь, и тебе становится интересно. Ты у меня молодец!»

Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода.**Необходимо снизить нервно-психическую нагрузку**, избегайте сильных как отрицательных, так и положительных впечатлений. Дома ребенок должен эмоционально отдыхать.

Физиологами доказано, что к 9-му дню адаптации защитные силы (иммунитет) ослабевают и ребенок заболевает. А **после болезни адаптацию приходится проходить заново**. Поэтому к концу второй и четвертой недели посещения детского сада желательно оставить ребенка дома отдохнуть и набраться сил.

 **Утро в детском саду**

 По утрам вам проще будет отправлять малыша в детский сад с игрушкой: и идти веселей, и проще завязывать отношения с другими детьми.

Чтобы спокойно попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня). Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте.

Скажите ребенку куда и зачем вы идете (только очень просто: "Я иду на работу, чтобы лечить людей"). Спокойная интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, - хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное.

Скажите ребенку, как он может определить время, когда вы за ним придете (например, сразу после обеда, прогулки), но тогда уж будьте точны.

Уверенным доброжелательным тоном скажите ребенку, что вам пора идти. Поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите, не задерживаясь и не оборачиваясь. Мама, которую плачущий малыш "вернул с порога", которая решила "не травмировать" ребенка, тем самым просто "оттягивает" адаптацию ребенка.

**Если у вас есть потребность в контакте со специалистами, педагоги и психолог детского сада ждут вас!**

 **Любите своих малышей просто за то, что они у вас есть.**

**Удачи вам!**



Ребенок впервые приходит в детский сад. Его привычный мир изменился, все теперь иначе. Одному ребенку требуется два дня, что бы разобраться в новой обстановке, другому – несколько месяцев. Как помочь 3-4х летнему малышу быстрее привыкнуть к дошкольному учреждению? Как сделать переход из дома в садик менее болезненным? Воспитателю необходимо хорошо знать возрастные особенности ребенка 3-4 лет.

«В возрасте 3-4 х лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте».

Развивается мелкая моторика ребенка-дошкольника. В этом возрасте ребенок начинает рисовать, а не просто чертить линии. Ребенок уже может реализовать в рисунке простейший замысел: солнышко, человечек (стадия «головонога»), шарик и т.д. Малыш может обводить простые фигуры по контуру, закрашивать фигуру. Доступны простейшие поделки из пластилина: змейка (червячок), улитка, грибок, тарелочка, шарики.

Развивается восприятие ребенка. Дети 3-4 лет знают основные цвета, геометрические формы, могут дифференцировать предметы по величине.
Происходит резкий скачок в речевом развитии. По данным исследователей к двум годам активный словарь ребенка насчитывает 250-300 слов, к 3 годам- 800-1000 слов, а в пять лет-2500-3000 слов. Фраза состоит из 3-4 слов, грамматически связанных между собой, но может быть несовершенна по звуковому наполнению.

Ребенок, приходящий в детский сад, должен обладать некоторыми навыками. Режим дня в семье желательно приблизить к режиму дня в саду. Ребёнок должен вставать утром в 7.30 утра, что бы в 7.45 быть в саду. Соответственно вечером дошкольника нужно уложить уже в 20.30-21.00.
Ребенок должен уметь сам есть, одеваться, раздеваться (если на одежде нет сложных застежек, мелких пуговиц, молний, шнурков) «дети учатся одеваться и раздеваться в определенной последовательности: снимать и одевать одежду, складывать, вешать, застегивать пуговицы».

Ребенок должен уметь самостоятельно играть, убирать за собой игрушки, самостоятельно ходить в туалет (или проситься), выражать свои мысли чувства и желания вербально.

Самым главным навыком является, конечно, умение взаимодействовать в коллективе. Роль коллектива трудно переоценить. Ребенок должен уметь ждать, уступать, делиться игрушками, выполнять требования воспитателя. Ребенок должен понять, что детей в группе много, и воспитатель не может уделить столько же внимания каждому ребенку в группе, сколько получает ребенок дома (особенно, если ребенок в семье один). Понимая все трудности, связанные с детским садом, тем не менее, отдавать ребенка в детский сад необходимо для нормального его развития.

Готовность ребёнка к детскому саду определяется так же состоянием его здоровья. Детский коллектив может спровоцировать инфекционные заболевания. Бояться этого не нужно. Ребенку для укрепления его иммунитета необходимо «переболеть». Дети, не посещающие детский сад, начинают болеть в школьном возрасте, а это сказывается на их успеваемости. Дети, ходившие в детский сад, имеют некоторую устойчивость к инфекциям.

Немаловажным моментом является психологическая готовность родителей. Родители должны понимать, что приход в детский сад является для ребенка стрессом. Реакция на стресс может быть различной: плач, капризы, учащение заболеваемости, даже легкие неврологические проявления (тики, запинки в речи, энурез). Родитель должен быть готов к временным трудностям, связанным с началом детсадовской жизни.

Адаптация к детскому саду в возрасте 3-4 лет длится от 2-3 недель до 2-3 месяцев.

**Родители должны соблюдать ряд правил.**

* Не нервничать самим, не ругать ребенка за слезы и капризы, связанные с детским садом. Вести себя спокойно и твердо.
* Не идти на поводу у ребенка. Не пропускать детский сад, не сидеть дома несколько дней, что бы ребенок меньше нервничал и меньше плакал. Нерегулярное посещение детского сада удлиняет процесс привыкания, делает его более болезненным.
* Ребенок должен быть здоров, что бы меньше болеть в период адаптации к детскому саду.
* Желательно соблюдать единые требования к ребенку дома и в детском саду.
* Поддерживать контакт с воспитателем, интересоваться успехами ребенка, тем, как прошел его день. Дома желательно читать книги о детском саде, показывать мультфильмы на эту тему. Всячески показывать плюсы пребывания в детском саду.
* Объяснять ребенку, что мама заберет его из детского садика, не оставит там навсегда. Родители должны поддерживать в ребенке уверенность, что он самый лучший, самый любимый, что от него не избавились, отдав в детский сад. Родители так же не должны чувствовать себя виноватыми, что отдали ребенка в детский сад.

Воспитатель в свою очередь так же должен проявить терпение и такт в отношении воспитанников. Адаптация ребенка пройдет легче, если воспитатель с самого начала включит ребенка в совместную значимую деятельность. Игра со сверстниками еще не является наиболее значимым видом деятельности, а взаимодействие со взрослым уже важно для малыша. Отвлечь ребенка можно, попросив помочь убрать игрушки, накрыть на стол, раздать материал для занятия и т.д. В конце рабочего дня можно похвалить ребенка перед мамой, рассказать, каким помощником он был, какой он самостоятельный, рассказать, что будет завтра, какие занятия, досуги проведёт педагог, как интересно будет ребенку. Большинство детей с удовольствием играют со взрослым. Воспитатель может организовать игру детей, взять в свою игру более робкого, «домашнего» ребенка, сделать его главным в игре. Важно при этом не фиксировать внимание ребенка на его «горе», не утешать, не жалеть чрезмерно. Лучше доброжелательно и уверенно объяснить, что мама поработает и придет за ним, что вечером мы все пойдем домой. Воспитатели тоже вечером уходят к себе домой, к своим детям, своей семье.

Хорошо помогает облегчить привыкание к детскому саду игрушка, принесенная из дома. С ней можно играть, спать, её можно покормить, поиграть. Важно не запугивать ребенка, не кричать на него, не угрожать, не шантажировать («будешь плакать, мама не придет» и т.д.)

Если адаптация проходит тяжело, можно предложить родителям забирать ребенка до сна, потом сразу после сна, затем уже в 5-6 часов. Можно некоторое время разрешать не есть какую-либо еду, особенно новую, которую не готовят дома. Этот этап не должен слишком затянуться, чтобы не стать нормой. Ребенок, даже самый маленький, хорошо умеет манипулировать взрослым человеком.

В период адаптации воспитателю важно быть доброжелательным, но твердым, четко объяснять ребенку требования детского сада: что можно делать, а что нельзя и почему.

В любом случае важно помнить о значении коллектива в воспитании ребенка. Малыш проводит в детском саду большую часть дня. Он играет, общается, получает различные умения и знания. Детский сад дает систематизированные знания и умения, которые не всегда могут дать родители.
Человеку необходимо общество и общение для полноценного развития его личности, основы общения в социуме закладываются в дошкольном учреждении.