

## "Маленькие советы" для родителей



Желательно, чтобы начало посещения учреждения дошкольного образования вашим ребенком не пришлось на эпикризные сроки: **2 г. 3 мес., 2 г. 6 мес., 2 г. 9 мес., и 3 г.**

- Отправляйте своего ребенка в учреждение только здоровым.
- Заранее узнайте все режимные моменты в детском саду и введите их в домашний распорядок.
- Избегайте обсуждения при ребенке волнующих вас проблем, связанным с детским садом.
- Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять его там надолго.
- Как можно раньше познакомьте малыша с детьми и воспитателями группы, в которую он в скором времени придет.
- Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Не забывайте чаще говорить своему малышу, что он, как и всегда, вами любим!

### Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

Состояние здоровья.

Уровень развития.

Умение общаться со взрослыми и сверстниками.

Сформированность предметной и игровой деятельности.

Приближение домашнего режима к режиму дошкольного учреждения.

## Причины тяжелой адаптации к условиям ДУ

1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом дошкольного учреждения.
2. Наличие у ребенка своеобразных привычек.
3. Неумение занять себя игрушкой.
4. Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.
5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

Взрослым необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении. Дети раннего возраста эмоциональны, впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться сильными как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и должны использоваться вами при подготовке ребенка в детский сад. Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в детском саду приобрел при поддержке близкого человека

## Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДУ

По возможности расширять круг общения ребенка, помочь преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребенка на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.

Помочь ребенку разобраться в игрушках: использовать сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребенка в игру.

Развивать подражательность в действиях: «полетаем, как воробушек, попрыгаем как зайчики».

Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.

Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в дошкольное учреждение. Некоторые родители видят, ребенок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить его в детский сад. Это происходит от того, что взрослые не готовы оторвать ребенка от себя.

Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

## К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;
- самостоятельно пить из чашки;
- пользоваться ложкой;
- активно участвовать в одевании, умывании.

Наглядным примером выступают прежде всего сами родители. Требования к ребенку должны быть последовательны и доступны. Тон, которым сообщается требование, выбирайте дружественно-разъяснительный, а не повелительный. Если ребенок не желает выполнять просьбы, вызвал у вас отрицательные переживания, сообщите ему о своих чувствах: мне не нравится, когда дети хнычут; я огорчена; мне трудно.

Нужно соразмерять собственные ожидания с индивидуальными возможностями ребенка.

Важно также постоянно поощрять ребенка, давать положительную оценку хотя бы за попытку выполнения просьбы.

Планируйте свое время так, чтобы в первые 2-4 недели посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять ребенка на целый день. А в первые дни вам необходимо находиться рядом с телефоном и недалеко от территории детского сада.

В период адаптации важно предупредить возможность утомления или перевозбуждения, необходимо поддерживать уравновешенное поведение детей.

Для этого не посещайте людные места, не принимайте дома шумные компании, не перегружайте ребенка новой информацией, поддерживайте дома спокойную обстановку.

Поскольку при переходе к новому укладу жизни у ребенка меняется все: режим, окружающие взрослые, дети, обстановка, пища – очень хотелось бы, чтобы воспитатели к моменту прихода нового ребенка в группу знали как можно больше о его привычках и старались по возможности создать хоть некоторые условия, схожие с домашними (например, посидеть с ребенком перед сном на кровати, попросить убрать игрушки, предложить поиграть).

Скорее ваш ребенок прекрасно справится с изменениями в жизни. Задача родителей – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми. Радоваться при встрече с ребенком, говорить приветливые фразы: я по тебе соскучилась; мне хорошо с тобой. Обнимайте ребенка как можно чаще. Условия уверенности и спокойствия ребенка – это систематичность, ритмичность и повторяемость его жизни, т.е. четкое соблюдение режима.

## Что делать, если ребенок начал ходить в детский сад

Установите тесный контакт с работниками детского сада.  
Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.  
Не оставляйте ребенка в саду на длительное время первые дни.  
Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.  
С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.  
Поддерживать дома спокойную обстановку.  
Не перегружайте ребенка новой информацией.  
Будьте внимательны к ребенку и терпеливы.

## Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

Рассказать ребенку, что ждет его в детском саду.  
Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.  
Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет.  
Принесите в группу свою фотографию.  
Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке).  
Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.  
После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке.  
Дайте ребенку возможность поиграть в подвижные игры.  
Устройте семейный праздник вечером.  
Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.  
Будьте терпеливы.

## Что делать, если ребенок не хочет идти спать

Замечайте первые признаки переутомления (капризничает, трет глаза, зевает).  
Переключайте ребенка на спокойные игры (например, совместное рисование, сочинение историй), попросите ребенка говорить шепотом, чтобы не разбудить игрушки.  
Во время вечернего туалета дайте ребенку возможность поиграть с водой.  
Оставайтесь спокойным, не впадайте в ярость от непослушания ребенка.  
Погладьте ребенка перед сном, сделайте ему массаж.  
Спойте ребенку песенку.  
Пообщайтесь с ребенком, поговорите с ним, почитайте книгу.

## Что делать, если ребенок не хочет убирать за собой игрушки

Твердо решите для себя, необходимо ли это.

Будьте примером для ребенка, убирайте за собой вещи.

Убирайте игрушки вместе.

Убирая игрушки, разговаривайте с ребенком, объясняя ему смысл происходящего.

Формулируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте.

Сделайте уборку игрушек ритуалом перед укладыванием ребенка спать.

Учитывайте возраст и возможности ребенка.

### Витамин родительской любви

Волнующий голос матери, убаюкивающие прикосновения, нежный запах – первые ощущения ребенка, пришедшего в этот мир. Каким этот мир станет для ребенка – добрым или печальным, жадным или бескорыстным? Почему один уверенно идет по жизни, а у другого жизнь полна сомнений и неудач? Возможно, ответ на эти вопросы скрывается в одном слове – «ЛЮБОВЬ».

Найти свой путь в жизни невозможно без поддержки умных, мудрых, понимающих, чутких и любящих взрослых. Любящих безусловно любовью. В отличие от требовательной любви, когда ребенка любят за то, что он способный, аккуратный, смелый, хозяйственный. При безусловной любви ребенка любят таким, какой он есть. Без такой любви нет полноценного детства, не будет и уверенности в себе, не будет удачливости, ощущения счастья и обязательно возникнут комплексы. Ведь безусловная любовь – благословение на всю жизнь. Любовь необходима потому, что дитя верит тем, кто его любит. А если ребенка не любят, ему некому верить. И нелюбимые в детстве, вырастая, не верят никому и ни во что. А главное, они не верят и в себя, себе самому! Неверие порождает одиночество, пессимизм и эгоизм. Возможно, поэтому-то и искажается судьба многих тех, у кого родители были заняты лишь собой, своей личной жизнью и работой.

Чем меньше ласки, заботы и тепла получает ребенок, тем медленнее он созревает как личность, тем больше он склонен к пассивности и апатичности и тем более вероятно, что в дальнейшем у него сформируется слабый характер.

## Тайные мечты каждого ребенка

Говорите, что я единственный, что вы всегда будете меня любить, что бы ни случилось.

Любите меня, даже когда я плохой.

случилось.

Прощайте меня. Говорите мне, что вы меня понимаете, даже если я ошибаюсь.

Верьте мне. С вашей помощью у меня все получится.

Я знаю еще замечательные слова: «Я люблю тебя, мама» и «Я люблю тебя папа».

Любящие родители внушают своим детям бессознательные установки на то, что такое хорошо и что такое плохо:

- очень чего-то хочется, но стыдно, нельзя, и человек отказывается от желаемого;

- не хочется, но надо, и человек делает то, что надо.

Эти установки очень сильны. Внушенные любящими родителями, они сохраняются на всю жизнь.

Дорогие мамы и папы! Не уставайте говорить своим детям, что вы их любите!

Я тебя очень сильно люблю.

Ты самое дорогое и родное, что есть у меня.

Ты моя родная частичка, родная кровинушка.

Я без тебя не могу жить.

Мы все тебя очень сильно любим.

И помните: «Наши дети – это наша старость. Правильное воспитание – это наша счастливая старость, плохое воспитание – это наше будущее горе, это наши слезы, это наша вина перед другими людьми» (А.С. Макаренко).

## ФИЛОСОФИЯ

Мы считаем, что каждый ребенок уникален в своей индивидуальности и имеет право развиваться в собственном темпе, учиться по своей образовательной траектории. Группы дошкольного учреждения рассматриваются как продолжение дома. Своеобразие каждой семьи, усилия родителей, особенности социального опыта каждого ребенка признаются и уважаются.

Дети с разными индивидуальными особенностями и их семьи создают неповторимую образовательную и воспитательную среду, в которой каждый ребенок может получить опыт общения и важные знания.