

## **Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду**

Адаптационный период - серьезное испытание для малышей 2-3 года жизни. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша. Поэтому мы рекомендуем:

- Приведите домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада, в которую будет ходить ребенок.

- Познакомьтесь с меню детского сада и введите в рацион питания малыша новые для него блюда.

- Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок. Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста.

- Расширяйте "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.

- Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны

родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительнее родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.

- В детский сад можно брать с собой любимую игрушку.

- Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.

- Для предупреждения нервного истощения необходимо делать в середине недели "выходной день" для малыша.

- В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.

- Ребенок должен приходить в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксалиновой мазью.

- Весь адаптационный период проходит под контролем медико - психолого - педагогической службы.

Если окажется, что у ребенка развита потребность в сотрудничестве с близкими и посторонними взрослыми, если он владеет средствами предметного взаимодействия, любит и умеет играть стремится к самостоятельности, если он открыт и доброжелателен по отношению к сверстникам, считайте, что он готов к поступлению в детский сад или ясли.



# Памятка для родителей

## Общие рекомендации

- Режим работы ДООУ с 7.00 до 19.00 ежедневно, кроме выходных и праздничных дней. Своевременный приход в детский сад - необходимое условие правильной организации воспитательно-образовательного процесса.

- В отпуск воспитанник может уходить не более чем на 75 дней (по заявлению родителей), с сохранением места в детском саду.

- Все дети возвращаются с летних каникул со справкой об отсутствии контактов с инфекционными больными и о состоянии здоровья из поликлиники.

- Приводить больного ребёнка в детский сад нельзя, необходимо своевременно сообщать о причинах непосещения ребёнком по телефону детского сада

- Если ребёнок не посещает детский сад пять дней и более, то он принимается в детский сад только с медицинской справкой!

- К педагогам группы, независимо от их возраста, необходимо обращаться на Вы, по имени и отчеству. Конфликтные спорные ситуации необходимо разрешать в отсутствие детей. Если вы не смогли решить какой-либо вопрос с педагогами группы, обратитесь к старшему воспитателю или заведующему.

- Просим вас не давать ребенку с собой в детский сад жевательную резинку, конфеты, чипсы и сухарики.

- Не рекомендуем одевать ребенку золотые и серебряные украшения, давать с собой дорогостоящие игрушки.



## Требования к внешнему виду детей

- Опрятный вид, застегнутая на все пуговицы одежда и обувь;
- Умытое лицо;
- Чистые нос, руки, подстриженные ногти;
- Подстриженные и тщательно расчесанные волосы;
- Чистое нижнее белье;
- Наличие достаточного количества носовых платков.



## Для создания комфортных условий пребывания ребенка в ДОО необходимо:

- Не менее 2-х комплектов сменного белья: мальчикам - шорты, трусики, колготки; девочкам - колготки, трусики. В теплое время - носки, гольфы.
- Комплект белья для сна (пижама).
- Два пакета для хранения чистого и использованного белья.
- Белье, одежда и прочие вещи должны быть промаркированы.

Перед тем, как вести ребенка в детский сад, проверьте, соответствует ли его костюм времени года и температуре воздуха. Проследите, чтобы одежда не была слишком велика и не сковывала его движений. Завязки и застежки должны быть удобными, чтобы ребенок мог самостоятельно себя обслужить. Обувь должна быть легкой, теплой, точно соответствовать ноге ребенка, легко сниматься и надеваться. Носовой платок необходим ребенку как в помещении, так и на прогулке. Сделайте на одежде удобные карманы для его хранения.

Чтобы избежать случаев травматизма, родителям необходимо проверить содержимое карманов в одежде ребенка на наличие опасных предметов. Категорически запрещается приносить в ДОУ острые, режущие стеклянные предметы (ножницы, ножи, булавки, гвозди, проволоку, зеркала, стеклянные флаконы), а также мелкие предметы (бусинки, пуговицы и т.п.), таблетки.

