

Памятки
для родителей
во время адаптации



В детский сад - как на праздник.

Впервые отдавая ребенка в детский сад, многие родители переживают, как малыш воспримет расставание. У кого-то этот процесс проходит спокойно, а в некоторых семьях по утрам разыгрывается целая драма. Как же сделать, чтобы первые шаги сына или дочери в детском коллективе были связаны с радостью, а не со стрессом?

Когда альтернативы нет. Дети очень тонко чувствуют настроение родителей, поэтому ваши сомнения, отдавать или не отдавать любимое чадо в сад, не останутся незамеченными, что даст ребенку надеяться - а вдруг можно все оставить, как есть? Если для вас, как и для большинства современных родителей, детсад – единственный выход, попытайтесь донести эту мысль до малыша. Когда он поймет, что в сад ходить придется несмотря ни на что, ему будет легче с этим примириться.

Медленно, но верно. Если у вас есть, еще месяц два - до начала посещения детсада, прогуливайтесь почаще около него вместе с ребенком, познакомьтесь с детьми, воспитателями. Пример того, как другие дети вместе играют, лучше всяких слов объяснит, что и в садике может быть хорошо.

Авторитет отца. Как правило, при папе дети ведут себя более сдержанно. Попробуйте водить ребенка в сад по очереди с мужем, наверняка слез будет меньше.

Обязанность в радость. Попросите воспитателя найти какое-нибудь занятие в группе. Шефство над попугайчиком или рыбками добавит заинтересованности.

Устраняем негативы. Малышу трудно вставать по утрам? Включайте ему музыку или мультики, и подъем уже не будет столь мучительным.

Позвольте ребенку привыкать к детсадовской кухне постепенно. Договоритесь, чтобы поначалу малыша не заставляли доедать всю порцию, если он не хочет. Можно давать ему с собой фрукты, но не сладости. Глядя на других детей, ваш ребенок начнет есть за компании.

Уважаемые родители.

- Если Вы привели ребенка после начала какого-либо режимного момента, пожалуйста, разденьте его и подождите вместе с ним до ближайшего перерыва.
- Педагоги готовы беседовать с Вами о вашем ребенке утром до 8 часов 15 минут и вечером после 17 часов. В другое время педагог обязан работать с группой детей и отвлекать его нельзя.
- К педагогам группы независимо от их возраста, необходимо обратиться на «Вы», по имени, отчеству.
- Спорные и конфликтные ситуации (вопросы) нужно разрешать в отсутствие детей.
- Если вы не смогли решить какой-нибудь вопрос с педагогом, обратитесь к методисту.
- Помните, что в детском саду работает психологическая служба, куда Вы можете обратиться за консультацией и индивидуальной помощью по всем интересующим Вас вопросам относительно воспитания ребенка.
- Просим Вас проследить, чтобы в карманах ребенка не было острых, режущих и колющих предметов.
- Просим не давать в детский сад жевательную резинку.
- Если вы считаете необходимым давать ребенку с собой какие-то лакомства, то, пожалуйста, ограничьтесь несколькими карамельками в фантиках.
- В группах детям не разрешается бить и обижать друг друга; брать без разрешения личные вещи, в том числе и принесенные из дома игрушки других детей, портить и ломать результаты труда других детей.
- Детям не разрешается «давать сдачи», также как нападать друг на друга.

Памятка.

Уважаемые родители!

Для того, что бы ваш ребенок быстро и легко привыкли к новому образу жизни, который предлагает детский сад, чувствовал себя в группе уверенно и комфортно, мы просим вас о сотрудничестве в период его адаптации к новым условиям.

В детском саду ребенку нужно привыкнуть:

- К новым взрослым людям, которые будят, о нем заботятся;
- К новой обстановке, помещениям, мебели, игрушкам;
- Обществу своих сверстников;
- Новой пище и условиям еды;
- Новой обстановке для сна.

Вашему ребенку будет проще привыкнуть ко всему постепенно. Поэтому мы просим вас прийти с ребенком в то время, когда в группе не будет других детей, и воспитатель сможет познакомиться с вашим малышом, а он – изучить нового для него взрослого человека. Ребенок будет чувствовать себя уверенно, если вы будете на первых порах рядом с ним.

Первую неделю мы просим вас приходить в период с 9.00 до 12.00, накормив ребенка дома завтраком, и оставаться с нами в группе до обеда.

Вторую неделю мы предложим ребенку обедать в группе и, возможно в конце недели - спать.

Третью и четвертую неделю просим забирать ребенка после дневного сна.

Дома в адаптационный период нужно относиться к малышу более терпимо и внимательно. Если что-либо волнует вас в связи с детским садом, не обсуждайте это при ребенке, но обязательно поделитесь всеми опасениями с сотрудниками нашего детского сада. Просим Вас рассказать психологу и воспитателям о ребенке как можно больше, все, что вы считаете особенно важным. Мы готовы прислушаться ко всем вашим пожеланиям.

РЕБЕНОК СОБИРАЕТСЯ В ДЕТСКИЙ САД.

1. Воспитатели родители устанавливают контакт до прихода ребенка в группу, беседуют об особенностях развития ребенка, его привычках, сообщают ласкательное имя ребенка, к которому он привык.
2. Не изменяйте резко привычный уклад жизни детей. Домашний режим желательно приблизить к садовскому, не позднее, чем за месяц.
3. Желательно отучить ребенка от вредных привычек: кормления с книжкой, засыпания с укачиванием, присутствие взрослого у кровати во время сна, абсолютная тишина и темнота.
4. Старайтесь соблюдать возрастной режим: длительное (не менее 4 часов зимой) пребывание на воздухе; массаж, гимнастика, закаливающие процедуры. При пониженном аппетите не кормите насильно. Соблюдайте питьевой режим.
5. Упражняйте (не заставляйте) ребенка в самостоятельности: есть ложкой, пить из чашки, играть игрушками.
6. Развивайте у ребенка навыки общения со сверстниками, доброжелательное к ним отношение.

РЕБЕНОК НАЧАЛ ПОСЕЩАТЬ ДЕТСКИЙ САД.

1. В первые дни приводить ребенка только на прогулку или в вечернее время, чтобы ребенок видел, как родители приходят за детьми.
2. Сократите время пребывания детей в группе на первых порах до минимума. Не более трех часов. Дома уделите внимания режиму, приблизив его к садовскому.
3. Родители могут пройти в группу, рассмотреть игрушки, поиграть с детьми.
4. Взятая с собой из дома игрушка напомнит о семье, снимет напряжение у ребенка.
5. Обстановка в семье должна быть спокойная, обращение с малышом ласковое и участливое.
6. На время ограничьте для ребенка новые впечатления – не кормите новыми блюдами, не покупайте новых игрушек, не принимайте гостей и не ходить в гости самим.
7. В период адаптации старайтесь не наказывать малыша, лучше переключайте внимание ребенка на что-нибудь интересное.
8. В выходные дни следуйте садовскому режиму.
9. Как правило, все дети, поступающие в ясли, на 5-й - 7-й день заболевают ОРВИ. Поэтому желателен перерыв в посещении с 4-го по 9-й, 10-й день.
10. Родителям необходимо набраться терпения и оптимизма -поменьше тревожиться.

Помните: Ваша тревожность передается детям.

В детском саду работают люди безгранично преданные детям и своему труду.
Доверяйте им, не забывайте с ними советоваться.