



## «Как готовить ребенка к поступлению в ДОУ»

Если Вы решили отдать малыша в дошкольное учреждение, взвесьте все последствия этого шага, представьте, как изменится жизнь и для Вас и для Вашего ребенка.

Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно в ближайшее время, поскольку колебания родителей передаются детям.

Заранее ознакомьтесь с организацией периода адаптации детей к ДОУ. Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму дошкольного учреждения, формировать у ребенка привычку вовремя ложиться спать и вовремя вставать, принимать пищу и бодрствовать по часам. Планово, постепенно подводите ребенка к четкому его выполнению. Организм ребенка раннего возраста достаточно пластичен, поэтому перестройка ритмов сна и бодрствования происходит в течение недели. Чтобы ребенку было легче просыпаться по утрам, будите его вместе с любимой игрушкой.

Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить данную привычку и предоставить ему возможность уснуть самостоятельно. Лучше это сделать в домашних условиях, не торопясь, постепенно, оберегая нервную систему малыша от переутомления. Когда придет время оставлять малыша в группе на дневной сон, предупредите его заранее. Лучше всего в течение нескольких дней время от времени говорить: « вот детки спать пойдут, а мы в другой раз тоже останемся и поспим. Давай посмотрим, где стоит твоя кроватка».

Пребывание ребенка в дошкольном учреждении предполагает четырехразовое питание, что обеспечивает нормальную жизнедеятельность и работоспособность детского организма. Однако не все дети едят в детском саду. Это связано, прежде всего, с изменениями рациона детского питания. По этому следует пересмотреть меню, приучать детей есть разнообразные блюда, ежедневно употребляя супы, каши.

Необходимо обратить внимание на формирование у детей навыков самообслуживания. Ребенок, умеющий самостоятельно есть, раздеваться и одеваться (кроме застегивания пуговиц и завязывания шнурков), не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослого, что положительно скажется на его самоуверенности. Умение самостоятельно занять себя игрушкой поможет ребенку отвлечься от переживаний, на какое-то время, сгладить остроту

отрицательных эмоций. Отправлять ребенка в ДОО необходимо только при условии, что он здоров. Частые ОРВИ, острые инфекционные, хронические, соматические, врожденные заболевания осложняют адаптацию ребенка к ДОО.

Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте детские парки, площадки, берите с собой в гости. Наблюдайте, как он себя ведет; легко находит общий язык с окружающими, хочет общаться или наоборот замкнут, застенчив, робок, конфликтен в общении. Учите ребенка общению с окружающими людьми; как подойти, познакомиться с детьми, предложить свои игрушки, спросить что-либо, поблагодарить, попросить и т.д., что при этом надо сказать. Называйте других детей в присутствии ребенка по имени. Спрашивайте его дома о знакомых детях: Диме, Саше, Оле и т.д.

Готовьте ребенка к временной разлуке с близкими людьми, внушайте ему, что он уже большой и должен обязательно ходить в детский сад – все дети ходят, что в детском саду очень хорошо, интересно. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, что они делают, чему учатся.

Забирая ребенка из детского сада вечером, с пониманием относитесь к его «необоснованным» на Ваш взгляд, просьбам и капризам. Ребенок бывает перегружен впечатлениями, очень устает, он может попроситься на руки, чтобы Вы его поносили, как маленького, может отказаться сам есть или побоится засыпать один. Не волнуйтесь – это не результат избалованности, а следствие усталости и тоски по маме. Пойдите ему на встречу, не сердитесь, и не раздражайтесь. Помните, малышу намного тяжелее, чем Вам. Ему нужна Ваша помощь.

Уважаемые родители! Мы не прощаемся с вами. Совсем скоро малыши переступят порог нашего детского сада. Мы с нетерпением ждем этого дня и готовы сотрудничать с вами в будущем. Надеемся, что наши встречи помогут вам вырастить ребятшек здоровыми и умными. Желаем успехов.

### **Что такое детский сад?**

Детский сад – это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все это сможешь посмотреть, потрогать, поиграть со всем этим. 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 сад, а вечером заберу.

Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в саду, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие родители хотели бы отправить в этот сад детей, но берут не всех. Тебе повезло, совсем скоро я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить необходимые вещи, выучить имена воспитателей.