

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ :

«ОДЕЖДА ДЛЯ ПРОГУЛОК»

ОБ ЭТОМ НЕЛЬЗЯ ЗАБЫВАТЬ

ОДЕЖДА И ОБУВЬ ДЛЯ ДЕТСКОГО САДА, ДЛЯ ПРОГУЛОК.

Одежда для прогулок должна быть подобрана таким образом, чтобы ребенок мог одеться с минимальной помощью воспитателя или самостоятельно.

Обувь должна быть без шнурков – например, на молнии или на липучках.

Куртка должна быть без пуговиц. Оптимальной застежкой являются липучки или молнии.

Шапку лучше покупать без завязок – например, с застежкой на липучке.

Вместо шарфа удобнее использовать «манишку», которую надевают через голову.

Для маленьких детей лучше купить не перчатки, а варежки. Малышам старших групп, напротив, удобнее в перчатках. Весной и осенью ткань, из которых сшиты рукавицы, должна быть непромокаемой. К варежкам нужно пришить тесемку или резинку. Не пришивайте резинку к куртке! Достаточно продеть ее в петельку для вешалки, чтобы можно было снять и посушить на батарее отопления.

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. Дополнительно нужно учитывать силу ветра. При одинаковой отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.

Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, постоянно зябнувший ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Слишком укутанных малышей можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.

Многие мамы, собираясь на прогулку, стараются одеть ребенка теплее, чем одеваются сами. Но если это прогулка, во время которой ребенок постоянно двигается, а мама за ним наблюдает, то это неправильно. Вспотевший ребенок имеет гораздо больше шансов заболеть, чем одетый по погоде. К тому же пот может вызвать у ребенка раздражение и сыпь.

Детей нужно одевать не теплее, чем одеваются взрослые, а возможно, даже легче. (Речь не идет о детях, «гуляющих» в колясках, им нужна дополнительная защита.)

Одевая ребенка, помните, что дети мерзнут меньше, чем взрослые и больше двигаются.

"Правильная" обувь

Различают домашнюю, уличную и спортивную обувь. Обувь для детского сада - вариант домашней обуви. Малышам нельзя носить шлепанцы любых видов, мягкие, свободные тряпичные тапочки. Домашние тапочки должны напоминать туфли -облегающие, открытые, с хорошей вентиляцией.

Ходить дома босиком ребенку не рекомендуется. Хождение босиком по ровному твердому полу может задержать формирование свода стоп и способствовать усилению плоскостопия.

Летом, когда достаточно тепло и нет опасности поранить или занозить ногу, детям нужно и полезно ходить босиком по земле, траве, мокрому песку, камешкам.

Уличная обувь - более закрытая, чем домашняя. В теплое время года удобна текстильная обувь - легкая, воздухопроницаемая и гигроскопичная. Если вы покупаете босоножки, стопа ребенка должна быть плотно зафиксирована ремешками. Носок уличной обуви для профилактики травматизма лучше выбирать закрытый.

Резиновые сапожки с приложенными в них стельками или чехлами из ткани, хорошо впитывающей влагу, надевают в сравнительно теплую погоду на время прогулок по влажной земле и траве. Не надевайте ребенку (по крайней мере, до 3-4-летнего возраста) резиновые сапожки слишком часто или надолго - ноги в них очень потеют. При низких температурах воздуха детям лучше надевать кожаные ботинки.

Зимой на прогулках следует носить утепленные кожаные ботинки, а в очень сильные морозы - валенки с калошами. По возвращении с прогулок обувь нужно обязательно очищать от снега и просушивать. Внимательно следите за тем, чтобы зимняя обувь не была ребенку мала.

Ботинки или сапожки, которые немного велики, можно носить с двумя парами носков. Спортивная обувь должна поддерживать стопу при активных движениях. Для профилактики травм важны негладкая, амортизирующая подошва и плотная фиксация.

«Липучки» позволяют добиться идеального облегания ног с учетом их анатомических особенностей. Чешки детям надевают только на музыкальные занятия, для занятий физкультурой они не подходят. Тонкая кожаная подошва скользит и не амортизирует, фиксацию и поддержку стопы чешки также не обеспечивают.

Ортопеды не рекомендуют надевать чужую обувь, бывшую в употреблении. Разношенные туфли не будут плотно фиксировать ногу в правильном положении, а если у предыдущего владельца была деформация стопы, то возникшие в процессе носки дефекты окажут неблагоприятное влияние. «По наследству» могут передаваться только резиновые сапоги или практически не ношенная обувь.

Не менее важно правильно выбрать носки. Они должны быть подходящего размера - маленькие сжимают ноги, а большие собираются складками и способствуют формированию потертостей. Носки с пяткой гораздо удобнее носков без нее. У качественных носков материал на пятках и мысках толще, чем в других местах, - это делает их более долговечными.

Носки из натуральных волокон (хлопка и шерсти) лучше впитывают влагу и позволяют ногам «дышать»

Консультация для родителей "Речь детей раннего возраста"

Основными задачами детей ясельного и младшего возраста (до четвертого года жизни) является общее развитие речи, обогащение словаря, формирование грамматически правильной речи, развитие связной речи, ознакомление с художественной литературой, подготовка к правильной артикуляции звуков (кроме свистящих, шипящих и сонорных). Рассмотрим каждую задачу.

Обогащение словаря осуществляется за счет расширения кругозора: походы в парк, лес, зоопарк, кино и цирк, чтение книг, отгадывание и загадывание загадок, наблюдения в природе и за трудом взрослых.

Дети двухлетнего возраста могут иметь в своем запасе от 45 до 1000 с лишним слов. Важно, чтобы в речи ребенка не было жаргонных и усеченных слов (велик, телик).

Под формированием грамматически правильной речи имеется в виду согласование слов в предложении, изменение слов по падежам, числам, временам.

Ребенок может неправильно использовать предлоги или их не употреблять, неправильно изменять окончания по аналогии с другими предметами (есть ложком, копать лопатом, много карандашов).

Эти явления должны исчезнуть к четырем годам, если взрослые обращают внимание на окончание слов, согласование, тактично исправляют ошибки своих детей.

Что касается развития связной речи, то первые фразы в норме появляются к полутора - двум годам. Для того чтобы речь была достаточно развитой, взрослые должны:

- учить детей составлять описательный рассказ, называя характерные признаки предмета (по образцу);
- учить составлять простые предложения по картинке;
- учить пересказывать знакомые сказки, рассказы;
- заучивать с детьми простые стихотворения;
- вести диалог - беседовать с родителями и другими взрослыми, задавать вопросы и отвечать на них.

В ходе ознакомления с художественной литературой родителям необходимо читать как можно больше русских народных сказок, сказок советских и современных писателей, обязательно после прочтения задавать вопросы по тексту, пусть ребенок на них ответит.

Параллельно с остальными задачами по общему развитию речи решаются задачи по формированию правильного произношения гласных и согласных звуков (кроме [с], [з], [ц], [ш], [ж], [ч], [щ], [л], [р] - эти звуки появляются между тремя, шестью и семью годами).

В возрасте до двух лет ребенок овладевает произношением лишь самых простых по артикуляции звуков - гласных [а], [о], [э] и согласных [п], [б], [м]. В возрасте от двух до трех лет появляются гласные [и], [ы], [у] и согласные [ф], [в], [т], [д], [н], [к], [г], [х], [й].

Все остальные звуки являются в артикуляционном плане более сложными и заменяются на все вышеперечисленные - более простые.

Звуки [р] и [л] появляются в возрасте от пяти до семи лет.

Самое главное: ребенок должен слышать фонетически правильную речь от окружающих и, сравнивая со своей, пытаться исправить несоответствия.

Развитию речи в ясельном и младшем возрасте поможет развитие мелкой моторики пальцев рук. Поэтому необходимо учить детей пользоваться ложкой, одеваться, застегивать пуговицы,

молнии, складывать паззлы и мозаики, шнуровать ботинки и выполнять другие действия на развитие координации мышц рук и зрительного контроля.

Консультация для родителей

«Адаптация детей раннего возраста к детскому саду»

Адаптация детей раннего возраста

Закончился до ясельный патронаж. И вот малыш переступает порог детского сада. В жизни ребенка наступает самый сложный период за все его пребывание в детском саду - период адаптации.

Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.

У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок - в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию.

Выделяют три степени адаптации: лёгкую, средней тяжести и тяжёлую.

При легкой адаптации отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. В это время малыш плохо спит, теряет аппетит, неохотно играет с детьми. Но в течение первого месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям все нормализуется. Ребенок как правило не заболевает в период адаптации.

При адаптации средней тяжести эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.

Самой нежелательной является тяжелая адаптация, когда эмоциональное состояние ребенка нормализуется очень медленно (иногда этот процесс длится несколько месяцев). В этот период ребенок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения. Тяжелая адаптация отрицательно влияет как на состояние здоровья, так и на развитие детей.

От чего же зависит характер и длительность адаптационного периода?

Исследования педагогов, медиков показывают, что характер адаптации зависит от **следующих факторов:**

- возраст ребенка. Труднее адаптируются к новым условиям дети в возрасте от 10-11 месяцев до 2-х лет. После 2-х лет дети значительно легче могут приспособиваться к новым условиям жизни. Это объясняется тем, что к этому возрасту они становятся более любознательными, хорошо понимают речь взрослого, у них более богатый опыт поведения в разных условиях.
- состояния здоровья и уровня развития ребенка. Здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.
- сформированности предметной деятельности. Такого ребенка можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями.
- индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста по разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду. Одни дети плачут, отказываются есть,

спать, на каждое предложение взрослого реагируют бурным протестом. Но проходит несколько дней, и поведение ребенка меняется: аппетит, сон восстанавливаются, ребенок с интересом следит за игрой товарищей. Другие, наоборот в первый день внешне спокойны. Без возражения выполняют требования воспитателя, а в последующие дни с плачем расстаются с родителями, плохо едят, спят, не принимают участия в играх. Такое поведение может продолжаться несколько недель.

- условий жизни в семье. Это создание режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а также личностных качеств (умение играть с игрушками, общаться со взрослыми и детьми, самостоятельно обслуживать себя и т.д.). Если ребенок приходит из семьи, где не были созданы условия для его правильного развития, то, естественно, ему будет очень трудно привыкать к условиям дошкольного учреждения.
- уровня тренированности адаптационных механизмов, опыта общения со сверстниками и взрослыми. Тренировка механизмов не происходит сама по себе. Необходимо создавать условия, которые требуют от ребенка новых форм поведения. Малыши, которые до поступления в детский сад неоднократно попадали в разные условия (посещали родственников, знакомых, выезжали на дачу и т.п.), легче привыкают к дошкольному учреждению. Важно, чтобы в семье у ребенка сложилось доверительные отношения со взрослыми, умение положительно относиться к требованиям взрослых.

Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:

- глубокий сон;
- хороший аппетит;
- бодрое эмоциональное состояние;
- полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;
- соответствующая возрасту прибавка в весе.

Игры в период адаптации ребенка к детскому саду

Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Это, в первую очередь, игра.

Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»

В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой пуговицами, небольшими кубиками и т.д. и поиграть с ними:

- взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;
- собрать одной рукой, например, бусинки, а другой - камушки;
- приподнять как можно больше предметов на ладонях.

После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде.

Продолжительность упражнения - около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течении одной минуты.

Игра «Рисунки на песке»

Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками.

Игра «Разговор с игрушкой»

Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой ... грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т.д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.

Уважаемые родители чаще играйте со своими детьми! Они будут окружены любовью, заботой и легче перенесут адаптацию к детскому саду!

Закаливание детей раннего возраста

Рекомендация для родителей по закаливанию детей раннего дошкольного возраста

Цель: Повышение компетентности родителей в вопросах укрепления здоровья детей раннего возраста.

Задачи: Познакомить родителей с комплексом мероприятий по закаливанию детей раннего возраста.

Поддерживать положительное эмоциональное состояние ребёнка путём применения закаливающих процедур.

Воспитывать привычки к здоровому образу жизни у детей раннего возраста.

Закаливание ребёнка раннего возраста

У детей раннего возраста наблюдается стремительное увеличение подвижности, они начинают ползать и перемещаться по комнате, исследуя все, что попадает на пути. Развивается сенсорика - ребенок взаимодействует с предметами: переворачивает, бросает, опрокидывает их, старается все ощупать и попробовать на вкус.

В этом возрасте очень важно дать ребенку ощущение заботы и теплоты.

Особенно важно в этот период следить за состоянием здоровья ребёнка, так как в раннем возрасте происходит становление всех функций организма.

Чтобы Ваш ребёнок окреп, чтобы происходило закрепление уравновешенности нервных процессов малыша, следует поддерживать положительное эмоциональное состояние Вашего ребёнка, ведь Вы, наверняка замечали, что ухудшение здоровья малыша отражается на отношении к окружающему: снижается восприимчивость к впечатлениям, речевые и двигательные навыки.

- «Что же делать?» скажете Вы.

Для повышения устойчивости организма к неблагоприятным условиям окружающей среды рекомендуется проводить закаливание организма.

Закаливание - испытанное средство укрепления здоровья!

В основе закаливающих процедур лежит постепенное приучение организма к перемене различных температур. При этом у человека постепенно вырабатывается адаптация к внешней среде. В процессе закаливания совершенствуется работа организма: улучшаются физико-химическое состояние клеток, деятельность всех органов и их систем. В результате закаливания увеличивается работоспособность, снижается заболеваемость, особенно простудного характера, улучшается самочувствие.

Распространённый вид закаливания - **хождение босиком**.

Особого труда не составит, если Вы со своим малышом походите босиком вместе. Хождение босиком может стать для Вашего малыша интереснейшей игрой, если ходить он будет не просто по ровной поверхности, а по массажным коврикам, которые можно приобрести в детских магазинах. Вам и Вашему малышу будет вдвойне приятней выполнять хождение босиком по коврику, изготовленному своими руками.

Уважаемые, родители, предлагаем Вам примеры, изготовления массажных ковриков.

1. Из плотной материи сшить в виде наволочки мешочек, внутри мешочка пришить в шахматном порядке пластмассовые крышки от бутылок и зашить последнюю сторону.

Получается подушечка с «начинкой» из пластмассовых крышек, по которой можно ходить босиком.

2. Из боньевого материала вырезать коврик произвольной формы, например, форма ягоды или фрукта любого, обметать края. На верхнюю сторону коврика нашить пуговицы разного размера в виде различных узоров.

3. Из плотного материала вырезать коврик, обметать края. Нашить на поверхности, по которой

будет ходить Ваш ребёнок, лоскутки материала разной текстуры: фланель, шерстяную ткань, трикотажное полотно и т. д., что найдётся под руками.

Внимание ребёнка будет концентрироваться на таких ковриках, ведь интересно узнать, что же там на коврике нашито.

Ну, а всем известное выражение: «**Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!**» как никогда актуально при закаливании организма ребёнка раннего возраста.

Закаливание воздушными ваннами следует проводить постоянно. Обязательно проветривайте комнату, где находится Ваш ребёнок. Следует это делать во время отсутствия малыша и не допускать переохлаждение воздуха больше, чем на 1-2 градуса. Закрывать фрамуги следует за 30 мин до прихода ребёнка.

Воздушные ванны Ваш малыш может получить, оставаясь несколько минут в одних трусиках, например, при переодевании. Температура воздуха должна быть 18-19 градусов.

Воздушные ванны хорошо сочетать с физическими упражнениями.

Попросите малыша поднять руки вверх, затем опустить их вниз. Попробуйте сделать массаж живота ребёнку, попросите, чтобы он сам погладил свой животик. Попрыгайте вместе с ребёнком, как зайчики, походите, как мишка косолапый.

И, конечно, ежедневные прогулки с ребёнком следует делать два раза в день: до обеда и вечером перед сном.

Интенсивным методом закаливания являются **водные процедуры**: общие обливания и обтирания стоп.

Обливания стоп

Важно знать, что обливание стоп оказывает хороший эффект при профилактике простудных заболеваний.

Обмывание стоп проводят ежедневно перед сном в течение года.

Начинают обливания стоп с воды, температура которой не превышает 28 градусов.

Постепенно температуру воды снижают до 15-14 С (каждые 3-5 дней на 1 градус).

После обмывания стопы надо тщательно растереть полотенцем.

Малыш принимает ванну - наиболее распространенные и любимые всеми процедуры. С целью оздоровления и лечения детей активно используются ванны температуры (34-37 С) и теплые ванны (38-39 С).

Общие пресные ванны индифферентной температуры (34-37 С) и теплые ванны (38-39) оказывают седативный эффект, уменьшают раздражительность, нормализуют сон, оказывают болеутоляющее и сосудорасширяющее действие.

Хвойные ванны благоприятно действуют на здоровье Вашего малыша. Такую ванну для ребёнка можно приготовить путём добавления хвои, которую лучше самим заготовить, либо купить в аптеке. Такую ванну ребёнок должен принимать при температуре воды 34-36 градусов. Продолжительность приёма 10-15 минут.

Ромашковые ванны

0,5-1,0 кг цветков ромашки заливают 5 л кипящей воды, дают постоять 30 минут. Замет настой необходимо процедить и добавить в ванну. Такую ванну следует принимать при температуре воды 34-36 градусов так же в течении 10-15 минут.

Наконец, *горчичные ванны*, которые применяются при ОРЗ у детей.

Для приготовления горчичной ванны сухую горчицу (из расчета 10-15 г горчицы на 10-15 л пресной воды) предварительно разводят в теплой (38-39 градусов) воде до консистенции жидкой сметаны. Затем полученную порцию горчицы переливают в емкость с нужным объемом воды, производя дальнейшее размешивание. Продолжительность приёма такой ванны также 10-15 минут при температуре воды 39-40 градусов.

Следует помнить, что горчичные ванны противопоказаны при гипертермии (повышении температуры тела) у ребёнка!

К закаливанию также относятся: **соблюдение режима дня и сбалансированное питание.**

Пусть Ваш малыш вырастет крепким и будет всегда здоровым!!!

Памятка для родителей при поступлении ребёнка в детский сад

Здравствуй, малыш!

Уважаемые родители!

В жизни Вашей семьи произошло важное событие: ваш малыш идёт в детский сад!

Поздравляем!

Все волнения по поводу выбора детского сада, получения путёвки уже позади. Но встаёт вопрос, как же Ваш такой маленький ребёнок привыкнет к новой для него обстановке? Как облегчить ему этот период?

Отрыв от дома, родных, встреча с новыми взрослыми и детьми могут стать серьезным стрессовым фактором. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким. Продолжительность адаптационного периода индивидуальна. Привыкание к ДОО это еще и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребёнка, помогать ему преодолевать трудности.

В нашем детском саду дети получают физическое и музыкальное развитие, действуют с дидактическим и строительным материалом, знакомятся с окружающим миром, расширяют пассивный словарь и совершенствуют активную речь.

ВНИМАНИЕ!

Чтобы избежать случаев травматизма, родителям необходимо проверить содержимое карманов в одежде ребёнка на наличие опасных предметов (острые, режущие, стеклянные, мелкие предметы, таблетки, леденцы, жвачку...).

Ребёнок, не посещающий детский сад более пяти дней, должен иметь справку от врача.

К моменту посещения детского сада Ваш ребёнок должен быть отучен от груди, соски, бутылочки и памперса.

Для создания комфортных условий пребывания ребёнка в ДОО необходимо:

- не менее трёх комплектов сменного белья (мальчикам - трусики, колготки, шортики; девочкам - трусики, колготки). В тёплое время - носочки или гольфики).
- достаточное количество носовых платков (носовой платок необходим ребёнку и на прогулке: пожалуйста, положите платок в карман верхней одежды).
- пакет для использованного белья.
- всю одежду необходимо промаркировать (написать имя полностью).
- опрятный вид, застегнутая на все пуговицы одежда и обувь;
- умытое лицо;
- чистый нос, руки, подстриженные ногти;
- подстриженные и тщательно расчесанные волосы (если у девочек длинные волосы, то необходимо собрать их);
- чистое нижнее белье;
- одежда должна соответствовать размеру (не слишком велика и тем более маловата);
- завязки и застёжки на одежде должны быть расположены так, чтобы ребёнок мог сам себя обслужить;
- нежелательно ношение комбинезонов (это мешает формированию самостоятельных культурно-гигиенических навыков);
- обувь должна быть легкой, соответствовать ноге ребёнка, легко сниматься и

надеваться, имеет фиксированную пятку, невысокий каблук, желательно на застёжке.

Адаптация- это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социально- психологическом.

Чтобы первые недели пребывания в детском саду прошли по возможности без стрессовых ситуаций примите к сведению следующие рекомендации:

- рассказывайте ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети;
- постарайтесь наладить правильный распорядок дня (приблизите его к режиму детского сада).
- заранее познакомьтесь с режимом детского сада и максимально приблизите к нему условия воспитания в семье (более ранний подъем, время дневного сна и приёма пищи...)
- заранее прививайте ребёнку необходимые навыки самообслуживания;
- заблаговременно сделайте необходимые прививки;
- постарайтесь избавить ребёнка от вредных привычек (сосание пальцев и грызение ногтей, приём пищи из бутылочки, постоянное сосание пустышки, сон с обязательным укачиванием);
- в первые дни ребёнок остаётся в детском саду на 1-2 часа, затем его пребывание доводится до полного дня в течение 2-3-х недель;
- желательно дать ребёнку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад;
- если ребёнку и маме очень тяжело расставаться, тогда отводить ребёнка в садик может отец или кто-то еще из близких;
- заранее познакомьтесь с воспитателями группы, расскажите об индивидуальных особенностях Вашего ребёнка;
- никогда не пугайте ребёнка садиком;
- не затягивайте момент расставания с ребёнком в детском саду, но и не уходите тайком (заранее придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания: воздушный поцелуй, поглаживание по спинке...);
- поддерживайте дома спокойную обстановку;
- не перегружайте ребёнка новой информацией, не посещайте многолюдные места и не принимайте дома шумные компании;
- не проявляйте перед ребёнком своего волнения и беспокойства;
- будьте терпеливы;
- демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.

Скорее всего, если вы постараетесь выполнить все эти условия, то Ваш малыш прекрасно справится с изменениями в его жизни. Задача родителей в это время быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

Типичные ошибки родителей (в период адаптации ребёнка к ДОУ)

1. В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в ДОУ, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился.
2. Обвинение и наказание ребёнка за слёзы.
Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на ДОУ (помните, что для малыша - это первый социальный опыт, плаксивость, некоторая истеричность в период адаптации к ДОУ нормальна).
3. Ранний выход на работу (когда Ваша первая рабочая неделя после декрета совпадает с первой неделей пребывания ребенка в детском саду). Помните и возможных частых заболеваниях ребёнка на начальном периоде посещения ДОУ.
4. Пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности (не думайте об общественном мнении, когда Ваш ребёнок кричит в раздевалке по утрам, чрез это проходят все родители, и это вовсе не значит, что вы недостаточно хороши в роли «мамы» или «папы»).

5. Пониженное внимание к ребёнку (довольные работой ДОУ, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу). Наоборот, как можно больше времени проводите с ребёнком в период адаптации.
6. В первый год посещения детского сада мы не рекомендуем записывать ребенка на дополнительные занятия, кружки или секции.

Удачи! Мы рядом с Вами! У нас всё получится!