

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЕНКА К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДОШКОЛЬНУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ:

- подготовку начинать за 2-3 месяца до поступления в ДОО;
  - дома создать условия максимально приближенные к режиму ДОО, т.е. спать, есть, гулять в часы соответствующие возрастной группе детского сада;
  - приучите ребенка вставать за час до выхода из дома утром;
  - смоделируйте ситуацию "тихого часа". Если ребенок не спит днем, приучите его просто лежать в постели;
  - максимально приблизьте меню дошкольной организации
    - на завтрак - каша,
    - обед - суп и второе мясное блюдо с гарниром из овощей;
  - в детский сад брать только те игрушки, которыми ребенок готов поделиться с другими;
  - приучайте самостоятельно играть с игрушками;
  - формируйте навыки самообслуживания: самостоятельно пить из кружки, есть ложкой из тарелки, проситься на горшок, мыть руки с мылом и вытирать их насухо, одеваться, убирать игрушки, застилать кровать, пользоваться столовыми приборами;
  - если вы решили отдать ребенка в дошкольное учреждение, говорите ему об этом так, словно это самая естественная вещь на свете, и альтернативы ей нет. Дети чутко улавливают ваше настроение. Иногда плачут и боятся только потому, что мама сама нервничает. Будьте спокойны и уверены в том, что все будет хорошо;
  - расскажите ребенку, что такое детский сад и зачем его посещают дети;
  - объясните, что сад для ребенка - показатель взросления, так принято: взрослые ходят на работу, а дети - в садик;
  - заинтересуйте происходящим в детском саду;
  - расскажите, что у него появятся новые друзья, интересные занятия, о том, что там много игрушек;
  - заранее познакомьте ребенка с детским садом. Проходя мимо здания, обращайтесь на него внимание ребенка. Прогуляйтесь по территории и зданию сада, чтобы они не показались малышу совсем чужими;
  - воспитывайте у ребенка доброжелательное отношение к людям, сверстникам и взрослым;
  - обратите внимание на то, как ребенок играет с другими детьми;
  - научите его подходить к группам играющих детей, здороваться с ними, знакомиться, просить принять его в игру.
  - не вмешивайтесь в его общение с другими детьми. Ребенок должен уметь выражать свои чувства;
  - возникновение отрицательных эмоций в ходе общения неизбежно, но они не должны проявляться в форме враждебного поведения или припадков гнева. Важно быть не агрессивным, но уметь постоять за себя;
  - ребенку необходимы и адекватные контакты со взрослыми людьми: умение попросить и принять помощь от них. Важно, чтобы ребенок слушал и выполнял просьбы взрослых;
  - рекомендуется укороченное время пребывания в ДОО.
  - в первое время приводите в сад не на целый день, а на несколько часов.
  - постепенно увеличивайте время пребывания в группе;
  - почти все дети плачут по утрам в первые дни посещения детского сада.
- И это нормально.
- Наоборот, было бы странно, если бы ребенок с радостью ушел бы от мамы в абсолютно неизвестное, новое для него место.
- Своим криком малыш показывает, что он вас любит и не хочет с вами расставаться.
- Сильно проявляется у детей, которые практически все время проводят рядом с мамой;
- за несколько недель до поступления в ДОО оставляйте ребенка с бабушкой или другими родственниками;
  - покажите ребенку, что вы всегда возвращаетесь в условленное время, как и обещали;
  - не затягивайте прощание, приведя ребенка в детский сад, мягко отстранитесь от него и сразу уходите, не оглядывайтесь и не стойте часами под окнами;
  - не уходите незаметно.
- Если ребенок не увидел, как вы ушли, то на следующий день он будет больше волноваться и не отпускать вас;
- спросите у воспитателей, что происходит после вашего ухода. Если ребенок плачет только при вас, а затем быстро успокаивается - все нормально;

- дети меньше беспокоятся, если их отводит сад не мама, а папа или кто-нибудь из родственников;
- не критикуйте воспитателя и не спорьте с ним в присутствии детей;
- забирая ребенка из детского сада, расспросите его о прошедшем дне, приласкайте и похвалите за успехи;
- создайте дома щадящий режим, больше времени проводите с малышом, гуляйте, играйте с ним в тихие игры.

Исключите лишние раздражители: по возможности не включайте телевизор;

- в период привыкания ребенка к ДОО не следует ходить с ним в гости, в кино или театр;
- в адаптационный период ребенок может становиться раздражительным, особенно требовательным к вниманию взрослых.

Спокойное, ласковое, бережное отношение к ребенку поможет ему справиться с эмоциональным дискомфортом;

- запаситесь терпением. некоторые дети привыкают к саду быстро, другим нужно несколько недель.