Рекомендации от Александры Андреевой

**Приветствую вас, родители будущих воспитанников нашего сада!**

 Зовут меня Александра! Я работаю педагогом-психологом в этом замечательном саду, по образованию я психолог, но в первую очередь, я – Мама! Я описываю свои роли для того, чтобы Вы понимали, что те рекомендации, которые я хочу Вам предложить, не голословны, а теоретически подпитаны и, самое главное, пройдены через мой опыт. Не только для ребенка приход в детский сад стрессовая ситуация, но и для родителей. Но все можно сделать максимально безболезненно для обеих сторон.

Давайте начнем разговор об адаптации не с первого дня в саду, а с первой минуты, когда вы решили, что ваше сокровище пойдет в сад.

* Знакомство с горшком можно начинать с 6-тимесячного возраста, а вот обучение к 2-3 годам, но не давите на ребенка;
* С года ребенок может сам начинать есть ложкой (запаситесь терпением и стиральным порошком);
* Приучайте ребенка играть самостоятельно, пусть он сам придумывает ход игры и чем хочет заняться;
* На детских площадках не ограждайте от общения с другими детьми, учите ребенка делиться своими игрушками;
* За 3-6 месяцев до заветного часа начинайте постепенно подстраивать домашний режим под режим детского сада;
* Рассказывайте добрые и веселые истории про детский сад, про деток, которые туда ходят;
* За неделю начинайте малыша подготавливать к походу в детский сад, чтобы он спокойно ждал этого события;
* Придумайте ритуал прощания (какие-нибудь жесты, либо Вы будете по пути в сад рассказывать сказку);
* Первый раз приходите на прогулку, так ребенок будет чувствовать себя свободнее и в любое время сможет беспрепятственно уйти с мамой домой;
* В последующие 2-3 дня не следует оставлять ребенка более двух часов (но все индивидуально и должно оговариваться с вашим воспитателем);
* Для первого времени желательно, чтобы Ваш ребенок брал в сад любимую игрушку, чтобы создавалось впечатление, что он не один;
* Я придерживаюсь прохождения начала адаптации с родителями, но у всего свое время! Не затягивайте! Лучше посидите в раздевалке, сходите по делам, погуляйте;
* Если с мамой малышу тяжело расставаться, то пусть в сад его приводят другие члены семьи (папа, бабушка);

Пожелания родителям:

* Спокойствие – вот залог успеха!
* Уделяйте больше времени своему малышу (обнимайте, целуйте, хвалите)!
* Желательно, если ребенок пойдет в сад до Вашего выхода на работу (будете максимально ориентированы на ребенка).
* Разговаривайте с воспитателем, спрашивайте обо всем, что Вас волнует.

Дети – зеркало семьи!

Любите и уважайте друг друга!!!