



Ата-аналарға арналған нұсқаулық

**«СІЗДІҢ БАЛАҢЫЗ БАЛАБАҚШАҒА ҚАБЫЛДАУ ҮШІН
ДАЙЫНДЫҚТА»**

Памятка для родителей

**«ВАШ МАЛЫШ ГОТОВИТСЯ К ПОСТУПЛЕНИЮ
В ДЕТСКИЙ САД»**

Это действительно важно знать!!!

- **ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА РЕЖИМ ДНЯ РЕБЕНКА.** Он должен быть перестроен таким образом, чтобы малыш легко просыпался за час до того времени, когда вы планируете выходить из дома.
- **ПОСТАРАЙТЕСЬ СФОРМИРОВАТЬ У РЕБЕНКА КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ.** Желательно, чтобы ребенок ходил в туалет не тогда, когда уже «очень хочется», а заранее: перед выходом в детский сад, перед прогулкой, перед сном.
- **ВАШЕГО РЕБЕНКА СЛОЖНО НАКОРМИТЬ?** Максимально приблизьте меню вашего ребенка к меню детского сада, устраните «кусочничество» между едой. О детях с проблемным аппетитом необходимо разговаривать с воспитателем и просить его быть мягким и терпеливым в этом вопросе.
- **ПОСЛЕДИТЕ, КАК РЕБЕНОК ИГРАЕТ С ДРУГИМИ ДЕТЬМИ.** Если ребенку трудно вступать в контакт со сверстниками. Помогите ему: научите его правильно здороваться с группой детей, предлагать детям свои игрушки, попросить разрешения играть с чужими игрушками. Правильно реагировать на отказ, находя компромиссный вариант. Приучите ребенка приносить в детский сад только те игрушки, которыми он готов поделиться со сверстниками.
- **ЕСЛИ РЕБЕНОК С ТРУДОМ РАССТАЕТСЯ УТРОМ С МАМОЙ,** будет целесообразно, чтобы первое время ребенка отводили в сад другие взрослые, например папа или бабушка.
- **ПЕРЕСТАНЬТЕ ВОЛНОВАТЬСЯ.** Все будет хорошо. Не проецируйте свою тревогу на ребенка, не обсуждайте при нем возможных осложнений. Но не стоит ударяться и в другую крайность, рисуя малышу идеальные картины его жизни.



Ата-аналарға арналған нұсқаулық

«БАЛАНЫҢ МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ МЕКЕМЕГЕ БЕЙІМДЕЛУІ»

Памятка для родителей

«АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ»

Ваш малыш пришел в детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребенок вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько рекомендаций.

- Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.
- Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы.
- Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
- Если вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
- Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов.
- Давайте простые, понятные объяснения.
- Спрашивайте у ребенка: «Что ты делаешь?»
- Каждый день читайте малышу.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления.
- Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- Поощряйте любопытство.
- Не скупитесь на похвалу.
- Радуйтесь вашему малышу!



Ата-аналарға арналған нұсқаулық

«ЕГЕРДЕ СІЗДІҢ БАЛАҢЫЗ АЙЫРЫЛЫСҚАНДА ЖЫЛАСА»

Памятка для родителей

«ЕСЛИ ВАШ МАЛЫШ ПЛАЧЕТ ПРИ РАССТАВАНИИ»

Құрметті ата-аналар!

Уважаемые родители!

Как облегчить ребенку утренние расставания?

Если ваш ребенок все еще с трудом расстается с вами по утрам и испытывает отрицательные переживания, предлагаем вам несколько советов, как наиболее безболезненно оставлять малыша утром в группе:

- Научитесь прощаться с ребенком быстро. Не затягивайте расставание. Ребенок почувствует ваше беспокойство за него, и ему будет еще труднее успокоиться, уходите не задерживаясь;
- Положите малышу в кармашек какую-нибудь памятную вещь, которая будет напоминать о вас и о том, как сильно вы его любите.
- Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
- Придумывайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например, всегда целуйте ребенка в щечку, а потом нежно потритесь носиками или что-нибудь подобное.
- Не пытайтесь подкупить ребёнка, чтобы он остался в детском саду за новую игрушку.
- Четко дайте ребенку понять, что какие бы истерики он ни закатывал, он все равно пойдет в детский сад. Если вы хоть раз ему поддадитесь, в дальнейшем вам будет уже гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.

Вы обязательно заметите уже через несколько дней, как снизится эмоциональное напряжение во время утренних расставаний с ребенком.

Удачи вам!



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ СОГЛАШАЕТСЯ ИДТИ В ДЕТСКИЙ САД БЕЗ СОСКИ

Многие родители не видят ничего плохого в привычке сосать соску. Однако стоматологи утверждают, что затяжное сосание соски приводит к возникновению неправильного прикуса, к появлению кривых зубов. Гастроэнтерологи предупреждают, что данная привычка может спровоцировать неправильное пережевывание пищи со всеми вытекающими последствиями. Психологи же уверены, что сохранение этой «детской» привычки может привести и к другим «вредным детским» привычкам (А. Фромм) и как следствие - к психологической незрелости.

Кроме того, дети понимают, что если мама так безоговорочно выполняет их категорическую просьбу дать соску (а эта просьба всегда излагается безапелляционно: «Дай соску!»), значит можно требовать от нее выполнения и других капризов. Так дети начинают манипулировать нами, взрослыми.

Таким образом, ребенка все же следует отучить от сосания соски. Иногда помогает резкий запрет, а иногда - постепенное отвыкание от привычки.

Если соска в детском саду - это для малыша частичка дома, домашней обстановки, мамы, то можно использовать сначала параллельно с ней, а затем вместо нее другие предметы-заменители, напоминающие о семье. Например, резиновые или мягкие игрушки, мамину «записку» (в которой может быть «написано», когда она придет), семейную фотографию (ее можно повесить и над кроваткой ребенка, и, заламинировав, на ленточке на груди у малыша).

ИТАК, если ребенок не хочет идти в детский сад без соски, следует:

- Осознать необходимость «борьбы» с этой привычкой.
- Продемонстрировать ребенку свое твердое решение.
- Найти предметы-заменители соски, напоминающие о семье



СОВЕТ РОДИТЕЛЯМ



КАКИЕ ИГРУШКИ НУЖНЫ ДЕТЯМ?

Развитие богатого эмоционального мира ребенка немислимо без существования в нем игрушек. Именно они служат для него той средой, которая позволяет выразить свои чувства, исследовать окружающий мир, учит общаться и познавать себя. Зачем ребенку любимая игрушка? Затем, зачем нам, взрослым, не только дети, родители и коллеги по работе, но и друзья, и любимые.

Имеются в виду те игрушки, память о которых ребенок пронесет через всю свою жизнь, а, возможно, и подарит своим детям.

У каждого ребенка должна быть такая игрушка, которой он может пожаловаться, которую поругает и накажет, пожалеет и утешит. Именно она поможет преодолеть ему страх одиночества, когда родители куда-нибудь уйдут, страх темноты, когда выключается свет и надо уснуть.

В «подружки» маленькие мальчики и девочки скорее выберут Барби, мишку, котенка, зайчика, существо близкое ему и понятное.

Поэтому, узнав о заветной мечте ребенка иметь ту или иную игрушку, подумайте сначала, нужна ли она ему по-настоящему.

И помните, ***при покупке игрушек пользуйтесь простым правилом: игрушки следует выбирать, а не собирать!***

Несомненно, у ребенка должен быть определенный набор игрушек, способствующий развитию его чувственного восприятия, мышления, кругозора, позволяющий ему проигрывать реальные и сказочные ситуации, подражать взрослым. Не все они покупаются в магазине, многие можно сделать самим родителям, и от этого они будут еще ближе и дороже ребенку.

Ребенку нужны такие игрушки, на которых можно отрабатывать, отшлифовывать основные необходимые свойства характера. Для этого автоматические игрушки совершенно не пригодны.

Игрушки для самых маленьких прежде всего должны развивать органы чувств: глаза, уши, руки. И пока основная его потребность - чувствовать тепло. Поэтому первые игрушки малышей должны быть мягкими и теплыми, тогда они будут полностью соответствовать стремлению малыша все познать через осязание. Самые лучшие игрушки для маленьких - это те, которые можно кусать. Они должны быть сделаны из мягких материалов - пластмассы, резины, хорошо мыться, быть легкими, не иметь удлиненной плоской формы,



чтобы, засовывая их в рот, ребенок не мог подавиться. Окраска игрушек должна быть яркой, хорошо, если они будут звучащими.

К 3-м годам набор игрушек расширяется. К ярким, разноцветным, с четкой формой игрушкам прибавляются простейшие конструкторы («Волшебный сундучок», «Сюрпризное яйцо»). Игрушки в этом возрасте увеличиваются в размерах (большая кукла, большой медведь и т. д.).

Основное требование: игрушки должны выглядеть как можно ближе к «оригиналу» и быть достаточно прочными.

Так какие же игрушки нужны детям?

Игрушки, копирующие предметы реальной жизни: кукольное семейство (семья игрушек), кукольный домик, мебель, посуда, машины, лодка, касса, весы, медицинские и парикмахерские инструменты, стиральные машины, плиты, телевизоры, счеты, музыкальные инструменты, железные дороги, телефон, мелки и т. д.

Игрушки, помогающие «выплеснуть» агрессию: солдатики, мячи, дикие животные, резиновые игрушки, скакалки, кегли, молотки и другие инструменты и т.д.

Игрушки для развития творческой фантазии и самовыражения: кубики, матрешки, пирамидки, конструкторы, настольные игры, разрезные картинки и открытки, краски, пластилин, мозаика.



РИТУАЛЫ: ЗАЧЕМ ОНИ НУЖНЫ РЕБЕНКУ?

Что такое ритуал?

Это определенная последовательность определенных действий, которые несут определенную смысловую нагрузку. Дети-дошкольники очень любят ритуалы. Им важно знать, что, когда и в какой последовательности будет происходить. Сначала я смотрю «Спокойной ночи, малыши», потом иду купаться, потом надеваю пижаму, мама приносит мне молоко, я обнимаю мишку, мама меня укрывает и целует. Все хорошо, все как всегда, можно спать. Но если вдруг мишка куда-то заделался или мама говорит по телефону и все никак не идет целовать – караул, ребенок не может заснуть, крутится, плачет, мается. Это не капризы - ему действительно плохо. Умные родители знают, что стыдить и увещевать бесполезно - проще включить свет, объявить семейный аврал и найти-таки мишку.

Следует заметить, что ритуальное поведение у детей более старшего возраста и взрослых может быть причиной для беспокойства (см. статью «Неврозы у детей. Невроз навязчивых состояний»), тогда как в дошкольном возрасте оно совершенно нормально.

Приведем примеры таких ритуалов у детей:

- пить (или есть) только из любимой чашки (с любимой тарелки)
- ребенок отказывается выбросить старые ботинки, которые ему уже малы, даже если вы купили ему новые
- желание слушать одну и ту же сказку много раз
- желание смотреть один и тот же мультфильм много раз

Такая приверженность к порядку для маленького ребенка - способ справиться с тревогой. Ведь он и правда совсем маленький, а мир такой сложный, каждый день происходит столько нового, и хоть что-то должно быть неизменным. Тогда можно, опираясь на эти островки покоя и предсказуемости, двигаться дальше, рисковать, пробовать, развиваться. Чем больше в данный период жизни ребенка происходит изменений (пошел в детский сад, переехали на новую квартиру, родился братик и т.п.), тем важнее сохранять неизменным то, что можно.

Особенно важны ритуалы встречи и расставания. Это пригодится вам, когда малыш пойдет в детский садик или школу. Особый поцелуй или рукопожатие, (приветствие ладошками или кулаками), щекотка, подмигивание и т.д.

В незнакомых ситуациях ритуалы помогают преодолеть стресс. Если ваша дочка или ваш сын любит читать книжки на ночь, обязательно захватите книжку, когда полетите на самолете в другую страну или будете ночевать в гостинице или в гостях.

В каждой семье, какой бы она не была - расширенной, обычной или многодетной - есть свои «приколы», обычаи, традиции. Ритуалы укрепляют семейные ценности, объединяют семью, особенно в нестабильные времена.



Памятка для родителей

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

1. Самостоятельно садиться на стул.
2. Самостоятельно пить из чашки.
3. Есть с хлебом.
4. Пользоваться ложкой.
5. После еды задвигать свой стул.
6. Активно участвовать в одевании, умывании.

Наглядным примером должны выступать, прежде всего, сами родители. Требования к ребенку должны быть последовательны и доступны. Важно также постоянно упражнять ребенка в осваиваемых действиях, поощрять ребенка, давать положительную оценку хотя бы за попытку выполнения.

Как помочь ребенку в период адаптации?

1. По возможности расширять круг общения ребенка, помочь преодолеть ему страх перед не знакомыми людьми: обращать внимание ребенка на действия и поведение посторонних людей, вызывать положительное отношение к ним.
2. Помочь ребенку разобраться в игрушках: использовать показ действий с ними, сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребенка в совместную игру.
3. Развивать подражательность в действиях ребенка: «Полетаем, как воробушки», «Попрыгаем, как зайчики».
4. Учить обращаться к другому человеку, не литься игрушкой, жалеть плачущего и т. д.
5. Не допускать высказываний сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в детский сад.
6. Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.