Автор: Девятых Татьяна
04.07.2012 10:54 - Обновлено 03.10.2012 07:32

«ГОТОВИМСЯ В ДЕТСКИЙ САД»

Вы получили путевку в детский сад! Вам нужно начинать оформлять документы для поступления ребенка в ДОУ.

Начать подготовку документов необходимо за 3 месяца до выхода мамы на работу, учитывая, что это время может потребоваться на обследование ребенка, его возможное оздоровление, на процесс адаптации к детскому учреждению (до 1 месяца).

- ***Документы.***

Документы необходимые для поступления ребенка в ДОУ:

§ Медицинская карта (Форма № 026/у-2000) в обложке

§ Сертификат о профилактических прививках (Форма 156/у-93)

- ***Семья и детский сад.***

Поступление в детский сад сложный период в жизнималыша. Он связан для ребенка с сильными стрессовыми переживаниями, которые необходимо смягчить общими усилиями семьи и педагогов.

Для ребенка важно Ваше положительное отношение к детскому саду. Поэтому о предстоящем поступлении ребенка в детский сад вам необходимо говорить как о радостном событии. Вежливое и приветливое обращение родителей к сотрудникам детского сада расположит ребенка к общению с ними.

Начиная посещать детский сад, ребенок попадает в новые условия: новый уклад жизни в детском саду: иной режим дня, еда, отличающаяся от домашней, необходимость соблюдения правил поведения, установленных в группе.

В новой обстановке ребенок чувствует себя напряженно, быстро утомляется. Поэтому обязательным условием предупреждения переутомления является организация режима дня.

- ***Режим дня.***

Для того, чтобы Ваш малыш легче адаптировался мы рекомендуем Вам за 2-3 месяца до

поступления в детский сад домашний режим дня, приблизить к режиму, который принят в ДОУ:

Подъем 7.30 - 8.00

Завтрак 8.00-8.30

Игры, прогулка 9.00- 11.00

Обед 11.30-12.00

Дневной сон 12.30-15.00

Полдник 16.00-16.30

Игры прогулка 16.30- 18.30

Ужин 19.00

Игры, гигиенические процедуры 19.30- 20.00Подготовка ко сну, ночной сон 20.30-7.30

- Режим важно соблюдать и в выходные и в праздничные дни.

- Приучите ребенка к засыпанию без пустышки и укачивания.

- Научите ребенка есть без уговоров, игр и игрушек.

§ ***Гигиенические навыки.***

К поступлению в ДОУ научите вашего малыша

- Сообщать о своих естественных потребностях

- Пользоваться мылом, вытирать лицо и руки полотенцем

- Пользоваться носовым платком

- Есть самостоятельно, тщательно пережевывая пищу, держать ложку тремя пальцами

- Частично одеваться и раздеваться без помощи взрослого

- ***Организация питания***.

В период подготовки к поступлению в детский сад целесообразно дома готовить блюда из меню ДОУ, чтобы приучить ребенка к их вкусу (например, сырники с морковью, манные котлеты с киселем, запеканки (творожненную, морковную, капустную), овощное рагу, рыбное или мясное суфле, омлеты, салат из отварной свеклы и пр.)

- ***Закаливание.***

Готовя ребенка для поступления в ДОУ, важно уделите внимание закаливанию. По совету участкового врача подберите индивидуальную систему закаливания для вашего ребенка. Температуру воздуха дома приблизьте к температуре в групповой комнаты, она не должна превышать +22 С.

- ***Одежда и обувь ребенка.***

- Чистота и удобство - основное требование к детской одежде.

- Предпочтительнее одевать малыша в одежду и обувь из натуральных материалов.

- Одевайте ребенка в одежду по размеру, одежда не должна стеснять движения ребенка.

- Чтобы ребенок не перегревался важно одевать его в соответствии с температурой воздуха в помещении и на воздухе.

- Подберите обувь быть по размеру, с фиксированной пяткой.

- Приготовьте 2-3 пары сменного белья (майка, трусики, колготы, рубашка или платье, носочки)

- Чтобы не было путаницы одежду, белье и обувь необходимо промаркировать.

- В карманы одежды (рубашку, платье, куртку) положите носовой платочек.

- ***Организация жизни ребенка в семье в период адаптации.***

- Дома в период адаптации организуйте для ребенка щадящий режим.

- Организуете рациональное питание.

- Дайте малышу возможность подольше поспать во время дневного сна и дольше бывайте с ним на воздухе.

- Создайте дома спокойную обстановку, обращайтесь с ребенком особенно ласково.

- Не включайте громко телевизор.

- Играйте с ребенком в спокойные игры.

- Ограничьте посещение гостей.

Только когда ваш малыш привыкнет к новым условиям жизни, будет хорошо себя чувствовать, Вы сможете спокойно пойти на работу.

ПЕДАГОГИЧЕСКИИ КОЛЛЕКТИВ НАШЕГО ДЕТСКОГО САДА

ЖДЕТ ВАС И ВАШЕГО МАЛЫША!