



## Шпаргалка для родителей. Идём в садик после самоизоляции.

*Как хочется в детский сад!*

*Такую фразу слышат родители старших дошкольников. С малышами сложнее. За долгий период самоизоляции они отвыкли от воспитателей, режима дня, и не очень хотят туда возвращаться. Но рано или поздно карантин закончится, и малышня снова отправится в садик. Для большинства начнется новый период адаптации. Ребёнок кто прекрасно проводил время с родителями и совсем не хочет снова с ними расставаться на целый день. Детские психологи рекомендуют заранее начинать постепенно готовить малыша к окончанию карантина и возобновлению будней в саду. Родителям важно подготовить ребёнка ко всем этапам жизни в группе - раздевание, прощание, игры с детьми (делиться — не делиться игрушками), туалет, еда, тихий час, прогулки, правила, приём пищи, общение с воспитателем. Постарайтесь проиграть эти темы в любых ролевых играх с любыми игрушками. Прямо сейчас стараться возвращаться в привычный режим дня. Соблюдение режима дня очень важно для ребёнка. Вставать, умываться, обедать и отдыхать в определённое время — и адаптация пройдет менее болезненно. С детьми важно «мечтать». Мы можем говорить — я мечтаю пойти на работу. Я представляю, как надену платье, туфли, давай помечтаем, как ты собираешься в садик? Что хочешь надеть, какую игрушку возьмёшь? А по какой дороге мы пойдём? И в воображении пройдитесь до садика, войдите в группу. Спросите у ребёнка, какие игрушки он хотел бы увидеть в группе? Повторите с ним имена воспитателей. После долгой изоляции детям малышам тяжело возвращаться к повседневной жизни. Важно в первый день забрать ребёнка чуть раньше. Главное — позитивное отношение родителей, и тогда ваш ребёнок быстро втянется в жизнь детского сада. В первый день посещения рассчитывайте своё время, так как на входе в сад будут измерять температуру, осматривать ребёнка. И конечно, ребёнок должен знать о правилах личной гигиены и поведения в детском саду.*

Информацию для вас подготовили  
Андреева Наталья Васильевна  
Гольцман Наталия Яновна  
средняя группа «Солнышко»

