**Медицинская сестра:**

**Шихсаидова Маржанат Уваисовна**

**График работы медсестры:**

**Начало рабочего дня:   7.30**

 **Обеденный перерыв:** **13:00**-**14.00**

 **Окончание рабочего дня:** **15:30**

***Памятка для родителей!***

*Поступление ребёнка в детский сад вызывает, как правило, серьёзную тревогу у взрослых. Малыш переходит из замкнутого семейного мира в мир широких социальных контактов. Изменение образа жизни приводит, прежде всего, к нарушению  эмоциональной сферы ребёнка. Для адаптационного периода характерны эмоциональная напряжённость, беспокойство или заторможенность. Эмоциональное напряжение сказывается на сне, аппетите, здоровье ребёнка. Меняется его активность по отношению к предметному миру, его не интересуют игрушки, падает уровень речевой активности. Общее подавленное состояние в совокупности с тем, что ребёнок попадает в окружение сверстников и подвергается риску инфицирования чужой вирусной флорой, приводит к болезням ребёнка. Однако, при лёгкой степени адаптации ребёнка к условиям дошкольного образовательного учреждения все эти симптомы проходят довольно быстро. И ребёнок начинает спокойно и даже радостно посещать детский сад.*

***Рекомендации родителям по подготовке ребёнка к посещению детского сада:***

*- убедитесь в том, что детский сад в данный период необходим для вашей семьи. Ребёнок всё чувствует, и легче привыкают, как правило, дети, у родителей которых нет альтернативы.*

*- расскажите ребёнку о детском садике. Сходите на участок и посмотрите,  а по возможности и поучаствуйте в играх детей примерно возраста вашего ребёнка.*

*-приучайте ребёнка к режиму детского сада, предварительно уточнив его в дошкольном учреждении.*

*-учите ребёнка самостоятельно кушать, одеваться, пользоваться носовым платком и горшком.*

*-учите ребёнка играть, не мешая другим детям, не обижая их и не отбирая у них игрушки.*

*-учите обращаться с просьбой к взрослому.*

*-в присутствии ребёнка не высказываете своих опасений по поводу того, как он привыкнет к детскому саду.*

***Как приучить ребёнка к саду? Рекомендации родителям.***

*-заранее познакомьтесь с воспитателем и помощником воспитателя, расскажите об особенностях вашего ребёнка, его предпочтениях и привычках.*

*-не оставляйте ребёнка на целый день. Но не затягиваете с кратковременными посещениями.*

*-в период адаптации больше уделяйте внимание ребёнку дома. Чаще берите его на руки, обнимайте и целуйте.*

*-познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Поощряйте совместные игры детей.-если ребёнок плачет и не отпускает вас, дайте ему понять, что вы должны в любом случае уйти, но обязательно скоро придёте. Попробуйте водить ребёнка в сад по очереди: с папой дети обычно расстаются легче.*

*-не стойте под окнами группы и не плачьте сами, оставьте малыша в саду, ваше состояние ему обязательно передастся.*

*-дайте ему с собой в группу любимую игрушку.*

***Помните, что ребёнок обязательно адаптируется к новым условиям, главное, ему помочь в этом, ведь это его первый опыт, а впереди вся жизнь.***

