

Как подготовить ребенка к детскому саду

Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в сад.

Когда вы идете мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло - осенью он сможет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, - ведь его приняли в детский сад. И через некоторое время ваш ребенок будет сам с гордостью говорить окружающим о том, что скоро он пойдет в детский сад.



Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и, в какой последовательности, он будет там делать. Чем подробнее будет ваш рассказ - тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что он будет делать в саду после прогулки, куда он будет складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться и что, он будет делать после обеда.

Поговорите с ребенком, о трудностях, которые у него могут возникнуть в детском саду. Обговорите, к кому в этом случае он может обратиться за помощью, и как он это сделает. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и воспитатель нальет тебе воды. Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по его первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу «Воспитатель не сможет помочь одеться сразу всем детям, поэтому тебе придется немного подождать».

Научите ребенка знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, в свою очередь предлагать игрушки другим детям.

Лучше, если с первого же дня ребенок попытается остаться в группе один, без опеки мамы. А опытные воспитатели возьмут заботу о малыше в свои руки. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания — так ему проще отпустить вас. Например, поцелуйте его в одну щечку, в другую, помашите ручкой, после чего он спокойно пойдет в садик. Помните, что на привыкание малыша к детскому саду может потребоваться до полугода времени, поэтому тщательно рассчитывайте свои силы, возможности, планы.

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.

Внимание - никогда не пугайте ребенка детским садом!

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте его, целуйте.

О развитии ребенка, поступающего в дошкольное учреждение, можно судить по основным бытовым навыкам.

В 1 год 6 месяцев ребенок:

- держит в кулачке ложку, ест (частично) жидкую и полужидкую пищу, пьет из чашки (почти не проливая);
отрицательно относится к нарушению опрятности;
- сообщает о физиологических потребностях;
- спокойно относится к умыванию.

В 1 год 9 месяцев ребенок:

- самостоятельно ест любую пищу (в том числе и с хлебом) из своей тарелки;
- самостоятельно снимает (стягивает) шапку и обувь, частично одевается (натягивает шапку, надевает туфли);
- обращает внимание на грязное лицо и руки;
- контролирует физиологические потребности;
- проявляет стремление к самостоятельным действиям;
- знает места хранения одежды, игрушек и других вещей.

В 2 года ребенок:

- ест аккуратно, не облизываясь;
- при умывании трет ладони и части лица, вытирается при помощи взрослого;
- самостоятельно одевается (натягивает носки, шапку, обувь при незначительной помощи взрослого), частично раздевается;
- знает места хранения одежды, обуви, игрушек и посуды;
- пользуется носовым платком (при напоминании);
- контролирует физиологические потребности.

В 2 года 6 месяцев ребенок:

- одевается и раздевается с помощью взрослого;
- расстегивает и застегивает одну-две пуговицы.

В 3 года ребенок:

- одевается с незначительной помощью взрослого, а раздевается самостоятельно;
- застегивает несколько пуговиц, завязывает (связывает) шнурки;
- знает назначение многих предметов и их местонахождение;
- выполняет поручения из двух-трех действий (отнеси, поставь, принеси);
- умеет мыть руки с мылом, умываться, вытираться полотенцем;
- замечает беспорядок в своей одежде, пользуется носовым платком;
- регулирует свои физиологические потребности;
- аккуратно ест, правильно держит ложку, пользуется салфеткой;
- не выходит из-за стола до конца еды и не мешая за столом другим;
- здоровается, прощается.



Рекомендации для родителей в период адаптации ребёнка к детскому саду

Адаптационный период - серьёзное испытание для малышей 2-3 года жизни. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша.

Поэтому мы **рекомендуем**:

- Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада, в которую будет ходить ребенок.
- Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.
- Обучайте ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок. Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста, оптимальный вариант: брючки или шорты без застёжек и лямок.
- Расширяйте "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.
- Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.
- Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые пару дней посещения детского сада должны быть ограничены 2 часами, позже можно оставить малыша до обеда, затем, если это рекомендует воспитатель, приводить малыша на целый день.
- Ребенок должен приходить в детский сад только здоровым.

Не зависимо от возраста ребёнка периода адаптации в новом месте и новом коллективе не избежать. И в каком возрасте он пройдет легче никому не известно. Но вы можете помочь вашему малышу привыкнуть к незнакомой обстановке, не зависимо от того 1.5 года вашему ребенку или 3.

Самое главное положительный настрой родителей! Если вы уверены, что садик это самое лучшее место для ребенка, что там ему будет хорошо, поверьте, ему это тоже передастся. Поговорите с вашим сыном или дочерью о садике. Расскажите, как там много новых игрушек, сколько новых друзей и подружек у него появится! Там добрые воспитатели и нянечки, интересные занятия. Расскажите о том, что в садике его научат рисовать, лепить, петь и танцевать!

Безусловно, слезы в первые дни, а может и недели неизбежны. Но поверьте, в большинстве случаев ребенок плачет только при вас, а, зайдя в группу, быстро успокаивается. Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в детский сад, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

