

Консультация для родителей

«Как подготовить ребенка к детскому саду»

Поступление в детский сад – это ответственный момент для вас и вашего ребенка. От того как вы подготовите своего малыша к посещению детского сада заранее будет зависеть многое, в том числе будет ли ваш ребенок ходить с удовольствием или нет.

Детский сад – это первая социальная ступень в развитии вашего ребенка, а также первый опыт коллективного общения. В детском саду ребенка ожидает новая обстановка, незнакомые люди, социальная среда со своими нормами, правилами и требованиями.

Малышу, поступая в дошкольное учреждение, придется сразу адаптироваться на нескольких уровнях – физиологическом, социальном и психологическим. Поэтому переход в новую социальную ситуацию должен быть плавным.

Период адаптации к детскому саду у всех детей проходит по-разному, в среднем на привыкание уходит 2 месяца. Для того чтобы период адаптации прошел максимально гладко, необходимо заранее подготовиться к этому важному шагу.

Практически для каждого ребенка начало посещения детского сада – большой стресс. Переживает ребенок, переживают родители. Главная родительская задача – принять все возможные меры, чтобы подготовить ребенка к новому этапу жизни. Как бы хорошо не было в детском саду, пребывание в нем меняет привычную жизнь малыша. Здесь все по-другому: другие люди, требования, окружение, занятия, еда, распорядок дня... И главное, мамы или папы целый день нет рядом.

Для того, чтобы адаптация ребенка прошла менее болезненно, важно заранее заняться самостоятельной подготовкой ребенка к детскому саду.

1. Начать с себя! Убедитесь, что посещение сада действительно нужно семье. Чем меньше у вас сомнений в целесообразности посещения сада, тем больше уверенности, что ребенок рано или поздно обязательно справится. Ребенок, реагируя именно на эту уверенную позицию родителей, адаптируется гораздо быстрее.

2. Готовьте малыша к общественной жизни за несколько месяцев до начала посещения детского сада. Дети радушных, гостеприимных, дружелюбных родителей, дети из семей, состоящих из многочисленных родственников, легко вступают в контакт с воспитателями, няней. У таких детей, как правило, адаптационный период длится несколько дней, малыши из таких семей деятельны, веселы, много играют, общаются с персоналом группы. И наоборот, дети, привыкшие к общению только с родителями, которые ведут замкнутый образ жизни, испытывают трудности в установлении контакта со сверстниками и взрослыми. Так, что делайте выводы!

3. Чаще рассказывайте ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети.

Например, “Детский сад – это такой дом, куда мамы и папы приводят своих деток. Тебе там очень понравится: там много других детишек, которые все делают вместе – кушают, играют, гуляют. В детском саду очень много игрушек.

4. Во время прогулки, когда идете мимо детского сада, напоминайте ребенку что очень скоро он будет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о том, что скоро вы пойдете в сад, говорите, что гордитесь своим ребенком, – ведь он так вырос и будет ходить в садик.

5. Развивать навыки самостоятельности. Это одевание (хотя бы в небольшом объеме), "горшечный" этикет, самостоятельное принятие пищи. Если ребенок это все умеет, он не тратит силы на то, чтобы срочно этому учиться, а пользуется уже сложившимися навыками.

6. Максимально приблизьте домашний режим ребенка к режиму детского сада. Это лучше начать делать за месяц до начала посещения детского сада. Уточните заранее расписание дня в саду. Для того чтобы легко встать утром, ложиться нужно не позже 20:30.

7. Поговорите с ребенком о трудностях, которые могут возникнуть у него в детском саду. Обговорите, к кому в этом случае он сможет обратиться за помощью, и как он это сделает. Например, "Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю или няне и скажи: "Я хочу пить", и тебе нальют воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом, не стесняйся". Но 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:

"Воспитатель обязательно поможет тебе одеться, но надо будет немного подождать, потому что у ней много деток".

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

9. Пусть малыш сам выберет себе друга – любимую игрушку, с которой он сможет ходить в детский сад – с ней он будет чувствовать себя спокойнее и веселее!

10. Есть разные мнения о том, стоит ли находиться маме рядом с малышом в период адаптации к детскому саду. Казалось бы, что тут плохого, если мама посещает садик вместе с ребенком? Все довольны, малыш не плачет, мама спокойна. Но тем самым в ребенке поселяется мысль, что так будет всегда, мама всегда будет рядом, неизбежное расставание только затягивается. Да и другие дети, глядя на чужую маму, не могут понять – а где же в таком случае моя? Поэтому будет лучше для всех, если в первый день произойдет знакомство с группой вместе с мамой, а затем ребенок попытается остаться в группе один, без опеки мамы. Опытные воспитатели возьмут заботу о малыше в свои руки.

11. Придумайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания – так ему будет проще отпустить вас. Например, воздушный поцелуй, махание ручкой или что-то другое.

12. Помните, что привыкание к детскому саду может оказаться длительным процессом, поэтому рассчитывайте свое время, силы, возможности и планы. Постарайтесь на этот период всей семьей "подстроиться" под особенности адаптации малыша.

13. При ребенке избегайте недовольства и замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Внимание – никогда не пугайте ребенка детским садом!

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