

Памятка для родителей «Подготовке детей к детскому саду»

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. Помочь детям адаптироваться к новым условиям можете Вы.

Что нужно делать родителям еще до поступления ребенка в детский сад?

-убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности "Садовского» воспитания. Любые ваши колебания он использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду

ПОМНИТЕ! Тревога и беспокойство родителей передается детям.

- расскажите ребёнку о детском садике. что его там ожидает. Обсудите в семье с ребенком, что положительного есть в детском саду (новые товарищи, много игрушек, там учат песенки и поют и т.д.). Важно, чтобы малыш не боялся детского сада, - тогда ему будет легче привыкать. Ни в коем случае не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за его непослушание.

-готовьте ребенка к общению с другими детьми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях (особенно если у вас единственный ребенок – у него только опыт общения с взрослыми!). Ходите с ним на праздники, на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован. -узнайте, быть может в этот сад, ходят дети ваших соседей или знакомых. Адаптация пройдет легче, если в группе у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе

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

- в период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения.
- учите обращаться с просьбой к взрослому
- 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.
- не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется подождать своей очереди.
- сразу называйте воспитателей и всех, кто работает в детском саду по имени отчеству, даже если Ваш ребенок еще не говорит. «Тетей» в детском саду нет.
- узнайте распорядок дня в группе и приблизьте режим ребенка дома к распорядку дня в группе.
- учите ребенка дома всем навыкам самообслуживания. самостоятельно кушать (держат ложку и пить из кружки), одеваться (трусы, штаны и т. п.), мыть руки, пользоваться носовым платком и горшком (памперсы очень нежелательная вещь в детском саду. Ребенок к 2 годам должен знать, что такое горшок и для чего он нужен).
- отучите ребенка от соски и от груди.
- повысьте роль закаливающих мероприятий
- чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.
- будьте снисходительны и терпимы к другим. Совершенных людей нет. Прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо, но делайте это в мягкой форме.
- не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
- на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

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