

Консультация для родителей: «Ваш ребенок поступает в детский сад»

Составила: педагог-психолог Андреева Н. Р.

Проблема – отдавать или не отдавать ребенка в детский сад – рано или поздно возникает в каждой семье. Многие родители волнуются, тревожатся, будет ли хорошо малышу в детском саду.

Детский сад – это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Ребенок, переходящий в новые условия жизни в детском учреждении переживает стрессовые состояния.

Как же помочь ребенку пережить разлуку с близкими, преодолеть тревогу и адаптироваться в детском саду? Что делать родителям?

Прежде всего, родителям необходимо ознакомиться с условиями, в которые они поведут ребенка, и приблизить к ним условия воспитания. Подготовку следует начинать за 1-2 месяца до прихода ребенка в детский сад. Все малыши ведут себя по-разному в первые дни. Это зависит от следующих факторов:

- от соблюдения в семье режима;
- от наличия или отсутствия вредных привычек;
- от уровня сформированности необходимых навыков и умений;
- от умения занимать себя и общаться с окружающими.

Итак, чтобы помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада, необходима предварительная работа с ним.

Помогут в этом следующие советы:

1. Готовьте ребенка к общению с другими взрослыми и детьми, посещайте парки, детские площадки, приучайте к игре в песочницах, учите малыша просить игрушку, делиться своей игрушкой, подождать, пока другой ребенок поиграет и т.д. Умение самостоятельно заняться игрушкой поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.
2. Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении (упорядочить часы сна, бодрствования, кормления и т.д.)
3. Особое внимание следует уделять рациону питания малыша, приучайте его есть разнообразные каши, овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д.
4. Большое значение имеют такие моменты, как способ кормления, укладывания спать. Ломка устойчивых стереотипов при кормлении и укладывании в детском саду приводит к негативным реакциям. Поэтому дома, постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребенка отучайте его от вредных привычек: пить из бутылочки с соской, кормить ребенка на руках, укачивать при

укладывании и пр. Также приучайте малыша пользоваться горшком, поощряйте его при этом.

5. Помогайте малышу сформировать необходимые культурно-гигиенические навыки самообслуживания. К концу первого года жизни у ребенка следует сформировать умение садиться на стул, самостоятельно брать чашку со стола и пить из нее. С 1 г. 2 м. необходимо учить ребенка пользоваться ложкой, есть суп с хлебом, разнообразные блюда, хорошо пережевывать пищу. Ребенок должен также активно участвовать в одевании и раздевании (подставлять руки, просовывать их в рукава, ноги в штаны и т.д.). С 1 г. 6 м. ребенка надо приучать самостоятельно мыть руки, есть, держать ложку в кулаке, снимать расстегнутую и развязанную взрослым одежду, сообщать о своих физиологических потребностях. К 2 годам он должен самостоятельно кушать густую и жидкую пищу, при умывании тереть ладони, почти самостоятельно одеваться.

Если Вы решили отдать ребенка в детский сад, нужно взвесить все последствия этого шага, представить, как изменится жизнь и для Вас, и для Вашего ребенка. Не обольщайтесь радужными надеждами, что он легко и с радостью будет ходить в детский сад каждый день, а вечерами будет весело Вас встречать. Не стоит планировать, что Вы сразу сможете работать в полную силу по плотному графику. Так бывает только в кино, а в жизни, к сожалению, будут и слезы, и частые болезни, и «сидение на больничном». Иллюзии на этот счет могут привести только к дополнительным стрессам.

1. По дороге в детский сад обсудите с малышом, что его там сегодня ждет. Ваш спокойный голос создаст для него некоторую опору в незнакомом мире. По дороге домой вспоминайте, что делали в детском саду, что видели, как играли. Не забудьте похвалить ребенка за то, что ел сам, руки вымыл, что упал и не заплакал, что строил с Витей башню из кубиков. Важно, чтобы разговоры о детском саде были окрашены положительными эмоциями.

2. Когда придет время оставить ребенка в группе на дневной сон, предупредите его заранее. Лучше всего в течение нескольких дней время от времени говорить: «Вот детки спать пойдут, а мы в другой раз с тобой тоже останемся и поспим. Давай посмотрим, где стоит твоя кровать?»

3. Оставляя ребенка в группе до вечера, помните, что в эти дни он очень устает, бывает перегружен впечатлениями, с пониманием отнеситесь к его «необоснованным», на Ваш взгляд, просьбам и капризам. Он может попроситься на руки, чтобы его поносили как маленького, может отказаться сам есть или побоится засыпать один. Не волнуйтесь, это не результат избалованности, а следствие усталости и тоски по маме. Пойдите ему навстречу, не сердитесь и не раздражайтесь. Помните, малышу намного тяжелее, чем Вам. Ему нужна Ваша помощь.

4. В первые дни и недели посещения яслей, когда малыш испытывает эмоциональную перегрузку, родители должны поддерживать дома спокойную

обстановку, не перегружать малыша новой информацией, не посещать многолюдные места и не принимать дома шумные компании.

Делайте!	Не делайте!
Радуйтесь Вашим детям	Не перебивайте ребенка
Разговаривайте с ребенком спокойным, ободряющим тоном	Не принуждайте ребенка делать то, к чему он не готов
Слушайте ребенка внимательно, не перебивая	Не заставляйте ребенка делать что-то, если он устал или расстроен
В разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними	Не устраивайте для ребенка множество правил: он перестанет обращать на них внимание
Будьте терпеливы	Не оскорбляйте ребенка
Каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное	Не ожидайте от ребенка понимания всех логических правил
Поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы	Не ожидайте от ребенка понимания всех ваших чувств
Чаще хвалите ребенка	Не ожидайте от ребенка понимания абстрактных рассуждений и объяснений
Поощряйте игры с другими детьми	Не сравнивайте ребенка ни с какими другими детьми (братом или сестрой, соседями и пр.)
Приобретайте развивающие игры и игрушки	Не следует постоянно поправлять ребенка, то и дело повторяя «Не так, переделай»
Старайтесь проявлять интерес к тому, что ему нравится делать (коллекционировать, рисовать, лепить, наблюдать и т.д.)	Не требуйте слишком многого – пройдет немало времени, прежде чем ребенок научится самостоятельности
Интересуйтесь жизнью вашего ребенка в детском саду	Не критикуйте ребенка