

Адаптационный период в детском саду

Начальный период посещения детского сада очень сложен для детей. Чтобы облегчить процесс адаптации, важно уделять ребенку в этот период особое внимание и готовить его к посещению детского сада заранее.

Рекомендации родителям

☀ Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте с ним детские площадки, праздники, дни рождения, приучайте к играм со сверстниками.

☀ Желательно обучить ребенка до начала посещения детского сада элементарным навыкам самообслуживания: пользоваться горшком, самостоятельно есть и т.п.

☀ Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. Заранее приведите его в группу, чтобы он познакомился с воспитателями, погулял вместе с детьми. В первое время оставляйте ребенка в саду лишь на несколько часов, забирайте во время прогулки, до обеда. Постепенно увеличивайте этот интервал, приходя за ним после обеда, тихого часа, полдника.

☀ Никогда не пугайте ребенка детским садом или воспитательницей. Важно создавать положительный образ детского сада. Вместе с тем, отправляя ребенка в садик, не сулите ему райской жизни, будьте честны с малышом, однако делайте акцент на всем, что может способствовать позитивному настрою: расскажите о том, что ему может быть там интересно, чему он сможет научиться.

☀ Позаботьтесь о том, чтобы собрать ребенку все, что ему может понадобиться в группе (запасную одежду, сменную обувь, спортивную форму и т.п.)

☀ Дайте ребенку с собой в садик его любимую игрушку, вызывающую у него теплые чувства и ассоциирующуюся с домом. Пусть игрушка «ходит в садик» вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно.



Как научить ребенка рисовать

Первое и самое любимое занятие ребенка – рисование. Много радости у ребенка вызывает цветной карандаш. Вначале следы карандаша лишь случайны, но как только ребенок научится держать его в руках, на бумаге появляется все то, что задумал маленький художник.

Рассматривая первые детские рисунки, взрослые часто их не понимают. Однако вскоре рисунок становится понятнее и красивее, особенно тогда, когда папа и мама помогают советом и примером. Еще большее удовольствие доставляет ребенку кисточка и краски. Следы кисточки разнообразнее, ярче. Широкая, извилистая синяя линия – река. Пять мазков кисточкой по кругу означают цветок. Вначале родители сами должны приобрести элементарные технические навыки в рисовании гуашью, а затем передать свои знания детям.



9. Белье из синтетических тканей препятствует испарению пота с поверхности тела.

10. В жаркую погоду для мальчиков удобны ситцевые, льняные, джинсовые костюмы, для девочек - легкие, свободного покроя платья с короткими рукавами, а так же спортивная одежда из хлопчатобумажного трикотажа.

11. Брюки и куртки не должны жать в поясе.

12. Для зимы лучше приобрести стеганую куртку или комбинезон из водоотталкивающей материи на теплой подкладке, с капюшоном. варежки желательно купить тоже из непромокаемой ткани и прикрепить к резинке.

13. Толстые свитера дети не любят. В холодную погоду лучше поддеть еще одну кофточку.



КАК ОДЕВАТЬ РЕБЁНКА ДОМА И НА УЛИЦЕ



1. Одежда должна защищать кожу и согревать ребенка.
2. Одежда не должна ограничивать движения ребенка.
3. Исключите все, что не поддается стирке.
4. Не покупайте одежду на вырост.
5. Не покупайте дорогую одежду
6. Следите за чистотой и опрятностью одежды ребенка, привлекайте его самого исправлять беспорядок.
7. Одежду лучше покупать из хлопчатобумажных, шерстяных и трикотажных тканей и того цвета, который нравится ребенку.
8. Не забывайте, что хлопчатобумажная одежда при первой стирке садится.

КАК СНЯТЬ НАПРЯЖЕНИЕ ПОСЛЕ ДЕТСКОГО САДА

Дети устают в детском саду по разным причинам, поэтому и приемы расслабления могут быть тоже различны.

Наиболее распространенный источник напряжения – это публичность, присутствие большого количества чужих людей вокруг. Поэтому хорошо, если после дня в детском саду ребенок имеет возможность уединиться, побыть в отдельной комнате, за ширмой, в кукольном уголке и т.д. Не надо слишком назойливо расспрашивать его о том, что происходило – он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет.

Ребенок может соскучиться и по родителям – поэтому не следует, приведя его домой, сразу же бросаться к выполнению домашних дел. Пусть он посидит на коленях у взрослого, пусть расслабится от прикосновений. Не пожалейте немного времени для того, чтобы побыть с ним вдвоем, почитать или поиграть.

Постарайтесь не слишком спешить, забирая ребенка домой – небольшой круг, совершенный по окрестным дворам, позволит ему перейти на вечерний режим, перестроиться с детского сада на домашнюю обстановку. Будет лучше при этом, если вы не будете сопровождать это беседой с кем-либо из приятельниц или родителей других детей – как правило, дети очень ценят прогулки вдвоем.

Если ребенку предстоят дополнительные занятия, то следует иметь в виду, что спортивные скорее способствуют перевозбуждению, а расслабляют занятия в спокойном ритме типа рукоделия, моделирования и другого ручного труда. Музыкальная школа – это тоже большая нагрузка для ребенка, склонного к перевозбуждению.

А лучше всего понаблюдать за собственным ребенком – к чему он инстинктивно стремится, возвращаясь домой (будь то музыка, домашние животные, аквариум, брат или сестра, книги) – то и является для него источником стихийной психотерапии.



Техника расставания:

*Вы оставляете в детском саду встревоженное,
а то и ревущее чадо? Как лучше обставить этот
момент: растянуть прощание или ускользнуть украдкой,
пока малыш не видит?*

**Вот еще несколько несложных
способов смягчить расставание:**

- Найдите "прощальное" окошко. Если есть место, откуда ребенок может выглянуть на улицу, пусть он смотрит, как вы машете ему рукой или шлете воздушный поцелуй;
- Обеспечьте посредника. Если такое возможно, сдавайте ребенка каждый раз одной и той же воспитательнице;
- Разработайте ритуал прощания. Воздушные поцелуи, особые словечки, объятия – то, что действительно понравится малышу, привнесут позитивные моменты в вашем расставании;
- Выберите удобные точки отсчета. Поскольку маленькие дети по-своему воспринимают время, лучше сказать малышу, что вы вернетесь не в пять часов, а после "тихого часа" или перед обедом.



10 заповедей для родителей

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты хочешь. Помоги ему стать собой.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.
4. Не относись к его проблемам свысока.
5. Не унижай!
6. Не забывай, что самые важные встречи человека - это его встречи с детьми.
7. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
8. Ребенок - это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.
10. Люби своего ребенка любым - неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним - радуйся, потому что ребенок - это праздник, который пока с тобой.

