

Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует Ваши переживания. Принимайте как неизбежность разлуку с ребенком, думая о том, что ему надо жить и среди других людей, среди сверстников.
2. Расскажите малышу о детском саде только хорошее, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы он пошел в детский сад.
3. Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет Ваш рассказ, и чем чаще Вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя Ваш ребенок, когда пойдет в детский сад.
4. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сможет сделать: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и Ольга Евгеньевна нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Не создавайте 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. Вы можете сказать, что Ольга Евгеньевна не может одеть сразу всех детей, тебе придется немного подождать. Попробуйте проиграть эти ситуации с ребенком дома, Вы – воспитатель, а медвежонок, за которого Вам тоже придется говорить, просит пить.
5. Называйте воспитателя по имени и отчеству, чтобы ребенок мог заранее запомнить и привыкнуть к этому имени.
6. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло – скоро он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и близким в присутствии ребенка о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.
7. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников, других детей и их родителей.
8. Не пугайте, не наказывайте детским садом: «Не хочешь есть сам (убирать игрушки и т.д.)? вот пойдешь в детский сад – там тебя быстро научат!» следует говорить: «Учись есть сам – тогда тебя возьмут в детский сад!».
9. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, благодарить за них, предлагать свои. Называйте других детей в присутствии Вашего ребенка по имени. Чем лучше будут ваши отношения с другими родителями и воспитателями, тем комфортнее будет чувствовать себя Ваш ребенок в коллективе детей. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Пытайтесь прояснить тревожащую вас ситуацию через воспитателей и специалистов в мягкой форме.
10. Познакомьтесь с меню в детском саду и введите в рацион питания ребенка новые для него блюда. А также с режимом дня, к которому следует приучать малыша заранее.
11. Учите малыша дома всем необходимым навыкам самообслуживания: приучайте ребенка пользоваться туалетом; самостоятельно кушать, одеваться, умываться; учите следить за своим внешним видом; учите пользоваться носовым платком. Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период (сосание соски, качание), постарайтесь сделать это заранее. Продуманная до мельчайших подробностей одежда и обувь избавит от ненужных переживаний Вашего малыша.
12. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания («чмокнуть» в щечку, помахать рукой), а также ритуал встречи. По возможности приводить малыша в детский сад должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
13. Разрешите ребенку брать в детский сад любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме. Лучше, если это будет не очень дорогая вещица. Ведь с игрушкой веселее идти и проще завязывать отношения с другим ребенком.

14. Как можно раньше проведите оздоровительные или корректирующие мероприятия, которые назначил врач. Отправлять малыша в детский сад следует лишь при условии, что он здоров.

15. Готовьте ребенка к временной разлуке с Вами и дайте понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой. Все время объясняйте малышу, что он для Вас, как и прежде, дорог и любим.

16. На привыкание к детскому саду ребенку может потребоваться до полугода. Лучше, если у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации малыша. Необходимо учитывать, что адаптация проходит индивидуально у каждого ребенка, поэтому необходимо консультироваться с воспитателями и специалистами детского сада об оптимальном времени пребывания Вашего малыша в группе.

Радуйтесь прекрасным минутам общения со своим малышом!