

Несколько советов родителям, как подготовить ребёнка к детскому саду.

Как правильно подготовить ребенка к детскому саду.

Почему одни дети, придя в детский сад впервые ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут?

Почему некоторые дети отказываются играть, и не вступают в контакт с воспитателем, долго не могут освоиться в группе, а другие чувствуют себя «как рыба в воде» ?

Все это происходит от того, что ребенка оторвали от дома, от близких, от привычной обстановки. Ребенок попадает в неизвестную, незнакомую ему среду. В его жизни никогда подобного не было, он ничего не может понять, не может осознать. Ему становится страшно, неизвестность его держит в нервном напряжении, связи с родителями неожиданно прерваны, его окружают чужие люди, в незнакомой обстановке трудно ориентироваться. В этой ситуации, как правило срабатывает инстинкт самосохранения, и ребенок активно обороняется доступными для него способами. Ребенок начинает горько плакать, рыдать, начинает агрессивно себя вести, отказывается от помощи незнакомых людей, требует маму, и даже может пытаться убежать. В этот период ребенок может измениться, из покладистого и ласкового, в плаксивого и агрессивного, может даже заболеть. Родители переживают, ребенок страдает. Но всего этого можно постараться избежать. Прежде чем отдать ребенка в детский сад, необходимо провести соответствующую подготовку.

Адаптация (приспособление) – это процесс активного взаимодействия организма со средой. Период адаптации можно разделить на три этапа: подготовительный, основной, заключительный.

Подготовительный этап следует начинать за 2-3 месяца(можно раньше) до приема ребенка в детский сад.

Задачи этого периода — формировать у ребёнка такие стереотипы. Которые помогут ему безболезненно войти в новые для него условия жизни.

Первое что нужно сделать

это перевести домашний режим дня, как можно ближе, к режиму детского сада. Постепенно подвести ребёнка к чёткому его выполнению. Когда ребёнок придёт в группу, ему будет намного легче, ребёнка не нужно будет переучивать.

В процессе подготовки, так ли нужно уделить внимание меню, приучить ребёнка кушать овощи, запеканки, рыбное суфле. В детском саду он не будет отказываться от еды и не останется голодным.

В детском саду дети кушают сами, поэтому приучайте малыша кушать самостоятельно. То же и при укладывании спать. Учите ребёнка раздеваться и одеваться самостоятельно. Все дети с помощью воспитателя раздеваются и ложатся в кровати. Воспитатель всегда находится в спальне, наблюдает за детьми, читает сказки.

Родителям следует провести соответствующую подготовку в домашних условиях, причём делать это постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребёнка.

Необходимо так же обратить внимание на формирование навыков самообслуживания. Ребёнок, который сам умеет кушать, раздеваться и одеваться в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на его самочувствии.

Умение самостоятельно играть, и занимать себя, поможет ребёнку отвлечься от переживаний. Когда ребёнок самостоятелен, он быстрее находит контакт со взрослыми и сверстниками.

Все задачи успешно решены и ребёнок готов к детскому саду, наступает следующий период основной.

Накануне того дня и чуть раньше, хорошо познакомиться с вашим воспитателем, который непосредственно будет воспитывать вашего ребёнка. Родителям следует рассказать о своём малыше подробно и откровенно. Зная это, воспитателю будет проще найти подход к ребёнку.

Приучать к детскому саду нужно постепенно. В первый день на один час. Воспитатель внимательно следит за ребёнком, играет с ним, читает сказки, поёт песенки, рассматривают игрушки в группе, проводят подвижные игры.

Родители часто задают вопрос, как их ребёнок играет со сверстниками. В этот период малыш не замечает сверстников, уровень их игровых умений не настолько высок, чтобы привлечь внимание другого ребёнка.

С каждым днём прибывания в детском саду увеличивается. Ребёнок начинает привыкать к детскому саду, начинает играть, всё реже вспоминать про маму.

И действительно, ожидание ребёнка непродолжительно, поводов для волнения нет, мама сейчас вернётся. Так ребёнок начинает верить взрослому, испытывая при этом чувство физической и психической защищённости.

Начинается заключительный этап адаптационного периода.

Ребёнок посещает группу каждый день, Дома родители, в детском саду воспитатели следят за самочувствием ребёнка. Ведутся тесты адаптации, в которых отмечают характер поведения, сна, аппетита.

При первых проявлениях негативных изменений можно подержать ребёнка дома (сделать дополнительный выходной). Родителям следует знать, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуется настроение, затем восстанавливается аппетит, а в последнюю очередь сон. Адаптационный период считается законченным, если ребёнок ест с аппетитом, быстро засыпает и во время просыпается, играет один или со сверстниками. Если родителям удалось сформировать у ребёнка навыки самообслуживания, научить играть, общаться со сверстниками, если домашний режим дня ребёнка совпадает с детсадовским и наметился эмоциональный контакт ребёнка с воспитателем, то адаптационный период будет безболезненным и коротким.

Желаю удачи!