



Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад?

За 1-2 месяца для поступления ребенка необходимо приблизить домашний режим к распорядку дня в детском саду:

- Подъём, водные процедуры, одевание – 7-00 – 7-30.
- Приём детей – 7-30 – 8-00
- Утренняя разминка – 8-00
- Завтрак – 8-20
- Обед – 11-40
- Дневной сон – 12-30 – 15-00
- Полдник – 15-30
- Игры, вечерняя прогулка.
- Прогулка – 2 раза в день

Уделите внимание рациону питания, приучите ребенка есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д.

Обратите внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, раздеваться и одеваться (в рамках возрастных возможностей), пользоваться горшком, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на его самочувствии.

Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний.

Самостоятельность ребенка создает предпосылки для более быстрого установления контактов со взрослыми.

До поступления ребенка в детский сад попробуйте посещать прогулки в детском саду, во время которых, по возможности, приобщайте его к совместным игровым действиям с другими детьми.

На прогулках обратите внимание на «ритуальные» встречи и прощания родителей с детьми.

Если у вашего малыша сохранились к моменту поступления в садик вредные привычки (сосание пустышки, пальца, кормление с книжкой и др.), отучайте от них постепенно: сначала дома, а потом уже в группе, по договоренности с персоналом.



Внушайте малышу, что ему будет хорошо в детском саду, что его ждут воспитатели и друзья.

Первые дни в детском саду

Первый раз желательно привести малыша в детский сад утром, ближе к концу завтрака, накормленного.

Первые 2 – 3 дня приводить малыша в группу на 1 – 3 часа, постепенно увеличивая время его пребывания в коллективе.

Не беспокойтесь больше, чем ребенок. Если вы прощаетесь с ним несколько раз подряд с обеспокоенным выражением лица, у него возникает мысль: «Она ведет себя так, как будто беспокоится, что со мной случится что – нибудь ужасное, если я здесь останусь. Лучше я ее не отпущу от себя». Ведите себя весело, уверенно, показывая малышу, что оснований для страха нет.

Если ребенок с трудом расстается с матерью, возможно, водить его в детский сад следует попробовать отцу.

Разработайте с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.

Малыш может принести в группу любимые игрушки, книжки или предметы с которыми не расставался дома. В выходные дни максимально приблизьте домашний режим к режиму детского сада и не нарушайте его и в другие дни недели, когда малыш бывает дома.

В конце дня обязательно поинтересуйтесь у воспитателя, с какими трудностями столкнулся ваш ребенок сегодня, а что у него уже хорошо получается.



В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте его детским садом.

Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы.



Поступление ребенка в детский сад.

Уважаемые папы и мамы!!

Ваш малыш подрос и уже скоро станет посещать детский сад. Для него очень сложно понять, почему мама отдает его в неизвестное место, почему она уходит, а не остается вместе с ним. И вы тревожитесь о том, будет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании.

Вы должны знать и не пугаться того, что привыкание к новым условиям проходит не у всех детей одинаково. Одни дети хорошо себя чувствуют уже на 3 – 4й день и привыкают к новым условиям жизни без изменений психического состояния и поведения. У других период адаптации длится месяц, а иногда и более.

В адаптационный период возрастает возможность заболевания ребенка, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

И конечно, привыкая к новым условиям, малыши плачут. Плач – эмоциональная разрядка, по-другому они пока не научились снимать нервное напряжение. Но, как подметили практики, самые «плаксивые» поначалу потом становятся наиболее привязанными к детскому саду.



Пусть наши советы и рекомендации помогут вам и вашему
ребенку значительно легче привыкнуть к дошкольному
учреждению.

