ГОТОВИМСЯ В ДЕТСКИЙ САД ВМЕСТЕ
Консультация для родителей

Когда ребенок идет в детский сад, он испытывает стресс, но и у родителей волнений не меньше – родного ребенка надо отдать незнакомым людям, а вдруг упадет, а вдруг поссорится, а вдруг простудится! Вот почему так важно еще до детского сада многому научить ребенка: общаться, знакомиться, пользоваться горшком, платком, мыть руки, держать в руках ложку, пить из чашки, обращаться к взрослым на «Вы», знать названия одежды и т.д.

Учимся знакомиться

Научить ребенка знакомиться и общаться можно только собственным примером. И первое, чему надо учить ребенка – здороваться и называть свое имя, и начинать это нужно задолго до садика. Если мы хотим, чтобы ребенок запомнил, как зовут воспитательницу, то мы сами здороваемся с ней, обращаясь по имени-отчеству, четко его произнося. А дома, когда малыш возвращается из детского сада, разговаривайте с ним о том, кого он в саду запомнил, как зовут мальчика или девочку, какие у него были игрушки, что он делал. Так новое окружение гораздо быстрее станет привычным.

Учимся просить игрушку и играть

Дети берут игрушки без спроса, потому что не знают, что надо просить, и потому что не знают, как это делать. Лучше заранее проговорить все трудные моменты: «Если тебе понравилась игрушка у другого ребенка, подойди, скажи «Как тебя зовут? » и спроси «Можно я поиграю? ». «Если тебе разрешили взять чужую игрушку, скажи «Спасибо», а если не разрешили, то брать нельзя». Проиграйте ситуацию с любимой игрушкой сначала дома.

После того, как вы рассказали, как себя вести, показали, и ребенок попробовал сделать что-то по вашему рассказу, его обязательно нужно похвалить. Чем больше будет радостных эмоций, тем уверенней он будет себя чувствовать в детском саду.

Учимся прощаться с родителями

Если ребёнок очень сильно привязан к маме (папе), тогда лучше прощаться еще дома – а в садик в первое время пусть водят папа (мама, бабушка или кто-то из близких). Во время прощания работает тот же подход – сначала рассказываем во всех подробностях, только потом делаем. «Ты придешь в садик, поздороваешься, чуть-чуть поиграешь, а меня совсем недолго не будет с тобой. С кем ты будешь играть? Покажи мне». И когда событие случится в реальности, вы можете напомнить ребенку – «Помнишь, я тебе рассказывала». Уверенность в вашей честности сделает ребенка спокойнее.

Учимся заботиться о здоровье

Смена обстановки и стресс пробивают большие дыры в защитной системе организма, и лучше заранее подготовиться к его укреплению с

помощью специфических и неспецифических профилактических средств.. И хорошо, если, отдав ребенка в детский сад, вы не сразу же выйдете на работу, а хотя бы еще некоторое время посидите дома, чтобы по первому требованию оставлять ребенка дома – на этапе привыкания это очень важно.

Очень хорошо, если вы заранее рассказали малышу о том, что его ожидает – про воспитательницу, игрушки и будущих друзей, показали, где он будет гулять, где стоят его шкафчик и кроватка. Однако рассказов мало, нужны еще и привычки. Поэтому развиваем коммуникативные навыки.

Развитие навыков общения с детьми:

Способствовать его контактам с детьми во дворе и дома. Стараться не вмешиваться в его общение с другими детьми (пока нет открытого конфликта). Создавать ему время от времени своего рода безопасные трудности. Необходимо научить малыша не пасовать перед проблемами, не бежать сразу за помощью, но и не отвечать на обиду упреждающей агрессией.

Развитие навыков общения со взрослыми:

Подробности прогулки или поездки с кем-то из родителей непременно обсуждать дома (попросить ребенка рассказать другому родителю о прогулке).

Вводить запреты и правила, начиная с конца первого года жизни.

Не отгораживать ребенка от реальной жизни. Развивать его устойчивость к стресс-факторам, случающимся в повседневной жизни, способствовать формированию уверенности в себе.

Научить ребенка говорить «нет», особенно тем взрослым, которые предлагают ему неприемлемые для него вещи. Для безопасности ребенка важно научить его не идти за незнакомыми взрослыми и сообщать родителю о любом случае, когда кто-то его просит о чем-то «папе с мамой не говорить» – за этой просьбой может скрываться опасность. И сверстникам, которые могут его подбивать на какой-нибудь неблаговидный поступок, тоже нужно уметь отказать.

Ребенка нужно учить думать и отвечать за свои поступки. В этом случае детский сад станет полноценным тренингом общения, подготовкой к школе и ко взрослой жизни в целом.

Важнейшая задача родителей – мотивация ребенка, формирование у него заинтересованности в посещении дошкольного учреждения. Конечно, некоторые дети, особенно те, у кого есть старшие братья и сестры, охотно пойдут в детский сад. Но другие нуждаются в поддержке. Известно, что нелегко привыкают к детскому саду или яслям единственные в семье дети, чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе. Надо создавать заинтересованность в присоединении к детскому коллективу.

Отправляя ребенка в детский сад, маме необходимо позаботиться об удобной практичной одежде. Прежде всего такой, которая позволяет ребенку в группе и на прогулке чувствовать себя раскованно и свободно. Ребенок должен легко сам одевать и снимать одежду. Понятно, что в саду случаются

всякие казусы: играл на полу, облился супом, упал на улице. Поэтому одежда должна быть легко стираемой и недорогой, чтобы у мамы не возникало желания отчитывать ребенка за то, что он испачкался во время игры. Лучше иметь в запасе несколько комплектов одежды на смену.

Родителям необходимо проявлять живой интерес к успехам малыша, новым друзьями, заданиям, которые он выполняет, и трудностям, которые у него возникают, поощрять малыша в его успехах и помогать в адаптации. Однако не надо слишком назойливо расспрашивать его о том, что происходило, когда мама забирает малыша из детского сада – он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет. Ребенок может соскучиться и по родителям – поэтому маме не следует, приведя его домой, сразу же бросаться к выполнению домашних дел. Надо позволить малышу посидеть на коленях у взрослого, расслабиться от прикосновений. Он может нуждаться в спокойной прогулке со взрослым, расслабляющей музыке.

Наиболее распространенный источник напряжения в период адаптации – 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.

Другой источник напряжения – повышенные требования к поведению и «сдерживанию» себя. В этом плане бывает полезным для разрядки предоставлять ребенку возможность больше играть дома в подвижные эмоциональные игры. Если не разрядить напряжение, которое возникает у ребенка, чувствующего себя в саду скованно, напряженно, то оно может стать причиной невротических расстройств.

Улыбка и веселый смех, пожалуй, – главные “лекарства” адаптационного периода.

Список использованных источников

Божович, Л.Н. Личность и ее формирование в детском возрасте.