ІДЕМО В ДИТЯЧИЙ САДОК

Щоб адаптація до дитячого садка пройшла легко, перестаньте хвилюватися і вже зараз займіться підготовкою дитини до дитячого садка.



1. Для початку розкажіть дитині, що таке дитячий садок і для чого туди ходять діти. Наприклад: «Це великий і красивий будинок, куди матусі й татусі приводять своїх малят. Тобі сподобається. Там багато інших діток, які разом граються. У тебе з'явиться багато нових друзів». Поясніть дитині, що віддаючи її чужій тьоті, ви не кидаєте її. У присутності малюка розповідайте рідним, друзям, що Марійці (Сашкові) дуже пощастило — восени вона (він) теж піде до садочка.
2. Конкретно розкажіть дитині про режим дитячого садка: коли вона буде туди приходити, коли їстиме, спатиме, гулятиме, Малюк, якийзнатиме про своє майбутнє життя, почуватиме себе на новій території впевненіше.

3. За літо привчіть малюка вчасно прокидатися — приблизно за годину до виходу з дому,щоденно влаштовуйте репетиції «тихого часу».
4. Обговоріть із дитиною різні труднощі, які можуть виникнути в дитячому садку. Підкажіть: якщо в неї виникнуть проблеми (заболить живіт, голівка, захочеться пити чи в туалет), треба сказати про це вихователькі. Привчайте дитину ходити в туалет раніше — перед прогулянкою, сном, заняттям.
5. Намагайтеся режим харчування малюка максимально наблизити до режиму дитсадка. Якщо в дитини немає апетиту, спробуйте знизити калорійність харчування. Скоріше за все, організм швидко зголоднієє, і дитина попросить їсти. Розкажіть про ці проблеми вихователькі, попросіть її бути терплячою і не заставляти їсти, якщо малюк не хоче. Адже саме через проблеми з їжею діти з істериками виходять із дому і змушують батьків запізнюватися на роботу.
6. Загартовуйте малюка. Нехай якомога більше ходить босоніж по траві, піску, підлозі, спить із відчиненою кватиркою, купається в відкритих водоймах. Постійно привчайте дитину до холодних напоїв — соку, молока, кефіру.
7. Систематично змушуйте малюка самостійно одягатися, застеляти ліжко, зав'язувати шнурки, користуватися столовими приборами, прибирати іграшки. Все це повинно приносити йому задоволення.

8. Простежте, як ваш малюк спілкується з іншими дітьми. Навчіть його правильно вітатися з ними, просити дозволу гратися разом, пропонувати іграшки іншим дітям, прощатися і т. д. Запитуйте малюка про його нових друзів, називайте їх імена. Що легше він навчиться будувати взаємини з дітьми, то менше проблем виникне в дитячому садку.
9. У присутності дитини не допускайте критичних зауважень на адресу дитячого садка, вихователів, правил і порядків, які там установлені. Ніколи не лякайте дитину дитячим садком!
10. Будьте готові до того, що перші тижні дитина, збираючись у садочок, плакатиме. Не хвилюйтеся, така поведінка дітей вважається абсолютно нормальною. Через деякий час дитина звикне. І якщо ви грамотно вибрали дитячий садок, увечері вам доведеться докласти немало зусиль, щоб забрати малюка додому. І можливо, дитина й заплаче, але це вже будуть зовсім інші сльози.
11. Початок життя в дитячому садку — це справжня криза для малюка. Емоційно підтримуйте дитину, частіше обіймайте, цілуйте її, говоріть, що дуже любите.