

Первый раз в детский сад. Рекомендации родителям.

Первый раз в детский сад. Рекомендации для родителей.

Совсем скоро настает день, когда ваш ребенок пойдет первый раз в детский сад. Понравится ли ему там? Как сложатся отношения с другими детьми? Внимательный ли будет воспитатель? Все эти вопросы беспокоят родителей.

Большой стресс для малыша, когда мама приводит его в садик, прощается, и он остается совершенно один, в незнакомой обстановке, где все происходит по незнакомым ему правилам. Поэтому, если вы решили отдать малыша в детский сад, стоит заранее подготовиться к этому событию. Хорошо, если у вас в распоряжении будет, хотя бы пара недель.

Как же распланировать первый день, чтобы он положительно запомнился ребенку, а первое ощущение от детского сада было приятным и захотелось вернуться туда еще?

Начнем с предварительной подготовки к детскому саду. Заранее готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские площадки и парки, приучайте к игре в песочницах, на новогодних представлениях, ходите на дни рождения друзей.

Постарайтесь заранее приблизить режим дня ребенка к режиму в детском саду. Учитывайте время приема пищи, прогулок, дневного сна.

Как только узнаете, в какой детский сад вы пойдете — приводите ребенка к его воротам, показывайте, как там гуляют дети. Гуляйте рядом. Рассказывайте ребенку, что туда приходят дети утром, играют там, гуляют, а вечером обязательно их забирают родители. Говорите, что пока мама и папа работают, дети находятся в детском саду. Адаптация к детскому саду будет намного легче и проще, если она будет постепенной. Желательно взять отпуск на момент адаптации к дошкольному учреждению, чтобы была возможность приводить ребенка сначала на короткое время, постепенно увеличивая время пребывания в детском саду.

Для начала лучше приводить ребенка на прогулку. Когда он немного освоится, можете на 5-10 минут уходить, но обязательно предупредив ребенка об этом. Приходите с небольшими сюрпризами (наклейки, раскраски и подобные недорогие вещи). Увеличивайте время вашего отсутствия каждый день на 5-10 минут. Затем можно отвести ребенка в

группу и, если разрешают, покормить самим. Таким образом, вы поможете малышу познакомиться с новым окружением и привыкнуть к нему. Сообщите воспитателю о том, есть ли какие-либо противопоказания к определенным видам пищи, предупредите, чтобы его не кормили насильно, расскажите, что любит, а что не любит ваш ребенок.

Первый раз отвести ребенка в детский сад желательно в четверг. Два дня — четверг, пятница — это как раз то необходимое количество времени, для того чтобы ребенок мог понять, куда его привели, и за последующие субботу-воскресенье — осмыслить новую информацию и новые впечатления. Понедельник-вторник ребенок посещает детский сад в том же режиме, что и четверг-пятницу. Если вы чувствуете, что ребенок не справляется с обрушившимися на него впечатлениями, оставьте малыша в среду дома, отдохнуть.

В первое время, пока вы находитесь с ребенком в группе, старайтесь поощрять его интерес к другим детям, называйте их по именам, говорите о них как о друзьях. По дороге в детский сад обсудите с малышом, что его там сегодня ждет. Важно, чтобы разговоры о детском саде были окрашены положительными эмоциями. Ваш спокойный голос, уверенная интонация создают для него некоторую опору в этом новом незнакомом мире.

Когда придет время оставить ребенка в саду одного, заранее предупредите его об этом. Хотя бы первое время после этого приходите за ребенком пораньше. Дайте ему в садик любимую игрушку. Поиграйте с малышом домашними игрушками в детский сад, пусть одна из игрушек будет самим ребенком. Понаблюдайте. И помогите вместе с малышом найти ей друзей.

Если все в порядке, ребенок не болеет и охотно ходит в детский сад, можно к концу второго-третьего месяца попробовать оставить его на дневной сон. Когда вы это сделаете первый раз, прийти за ребенком в детский сад нужно до того, как он проснется. Сделать это необходимо для того, чтобы проснувшись, одевшись, малыш сразу смог вас увидеть, так как в этом возрасте дети путают дневной и ночной сон. Проснувшись в детском саду, они не помнят, не понимают, когда их сюда привели, и соответственно не знают, когда за ними придут. Приходить за ребенком сразу после сна нужно в течение 1-2 недель.

С пониманием относитесь к просьбам малыша и его капризам. Он может попроситься на руки, чтобы его поносили, как маленького, может отказаться сам есть, одеваться или, побоится засыпать один. Не

волнуйтесь — это не результат избалованности, а следствие усталости и тоски по маме. Пойдите ему на встречу, не сердитесь и не раздражайтесь. Помните, малышу сейчас тяжело, он перегружен впечатлениями и очень устает. Поэтому ему так важна ваша помощь и доброжелательный настрой. Будьте внимательны, если чувствуете испуг ребенка или какие-то другие возникшие у него тревоги, объясните ему происходящее спокойным, уверенным голосом, так, будто он тоже это знает, но просто сейчас забыл. Такое поведение облегчает малышу знакомство с новой обстановкой, не дает возможности возникнуть и развиваться неоправданным страхам.

Если малыш рассказал вам нечто ужасное с вашей точки зрения, постарайтесь не напугать его вашей эмоциональной реакцией. Спокойно, тем же тоном продолжайте задавать уточняющие вопросы. Постарайтесь своим разговором не усугубить психологический дискомфорт, возникший у ребенка. Научите малыша правильному поведению в складывающихся непростых ситуациях в детском саду.

Не желательно после детского сада посадить ребенка перед телевизором или компьютером. В этом случае ребенок лишен всякого общения с родителями. Просмотр телевизора и игра на компьютере являются сильно возбуждающими видами деятельности, несущими новую, не всегда позитивную информацию, что для ребенка, посещающего детский сад, будет явной перегрузкой. Исключением из этого правила может быть короткий любимый мультфильм, который ребенок смотрит сидя у вас на коленях.

Адаптационный период к детскому саду не должен совпасть ни с какими другими кардинальными изменениями в жизни ребенка. Это особенно значимо для детей в возрасте до 3 лет. Рождение младшего брата или сестренки, переезд, отлучение от груди, прощание с соской или бутылочкой, переселение в новую кроватку или другую комнату, развод родителей или появление в семье нового человека лучше разнести по времени с походом в сад.