

ПОДГОТОВКА РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

Рекомендации для родителей

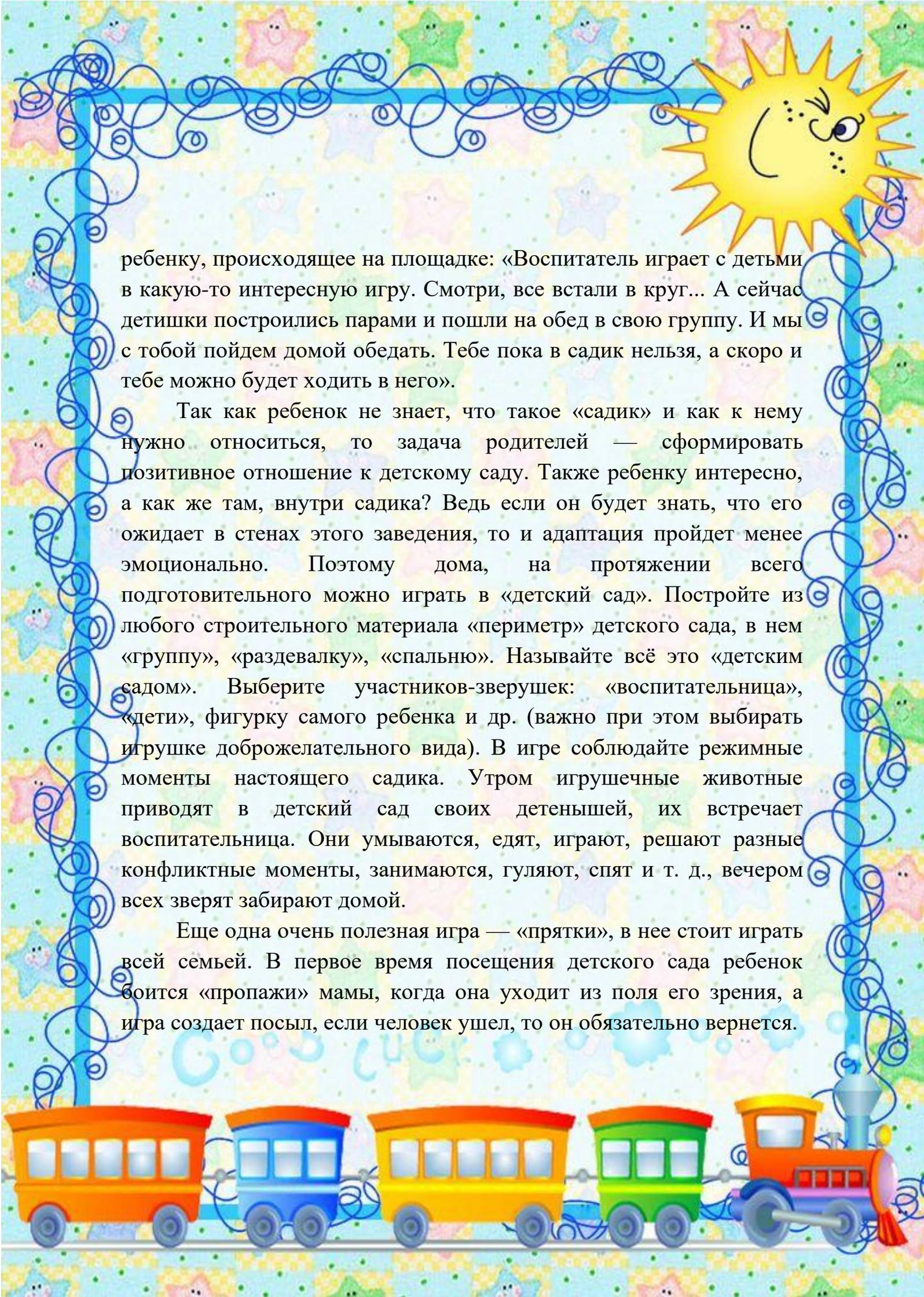
Вашему малышу скоро исполнится 3 года? Вы планируете в ближайшем будущем отдать его в детский сад? Большинство родителей беспокоится, насколько легко он сможет адаптироваться к условиям пребывания в группе, сможет ли он обходиться целый день без мамы, сможет ли построить дружеские отношения со сверстниками.

Чтобы адаптационный период прошел наиболее безболезненно, необходимо начинать готовить ребенка к условиям ДОО примерно за полгода до непосредственного посещения. Задача родителей в этот период максимально приблизить условия жизни детей к особенностям пребывания ребенка в детском саду.

Начните с соблюдения детсадовского режима дня, даже в выходные, постепенно включите в рацион питания те блюда, которые употребляют в садике; приучите ребенка одеваться и раздеваться самостоятельно, с небольшой вашей помощью, просить о помощи, если что-то не получается, кушать ложкой за столом, не играть с едой. Откажитесь от подгузников, обязательно отучите ребенка от пустышки, (бутылки, груди) при засыпании, иначе малышу очень трудно будет оставаться в детском саду на тихий час.

При прогулке на детской площадке, объясняйте малышу основы общения, приглашайте друзей ребенка в гости и ходите в гости сами. Можно подходить на прогулке к близлежащему детскому саду, наблюдать за детьми и воспитателями, комментируя

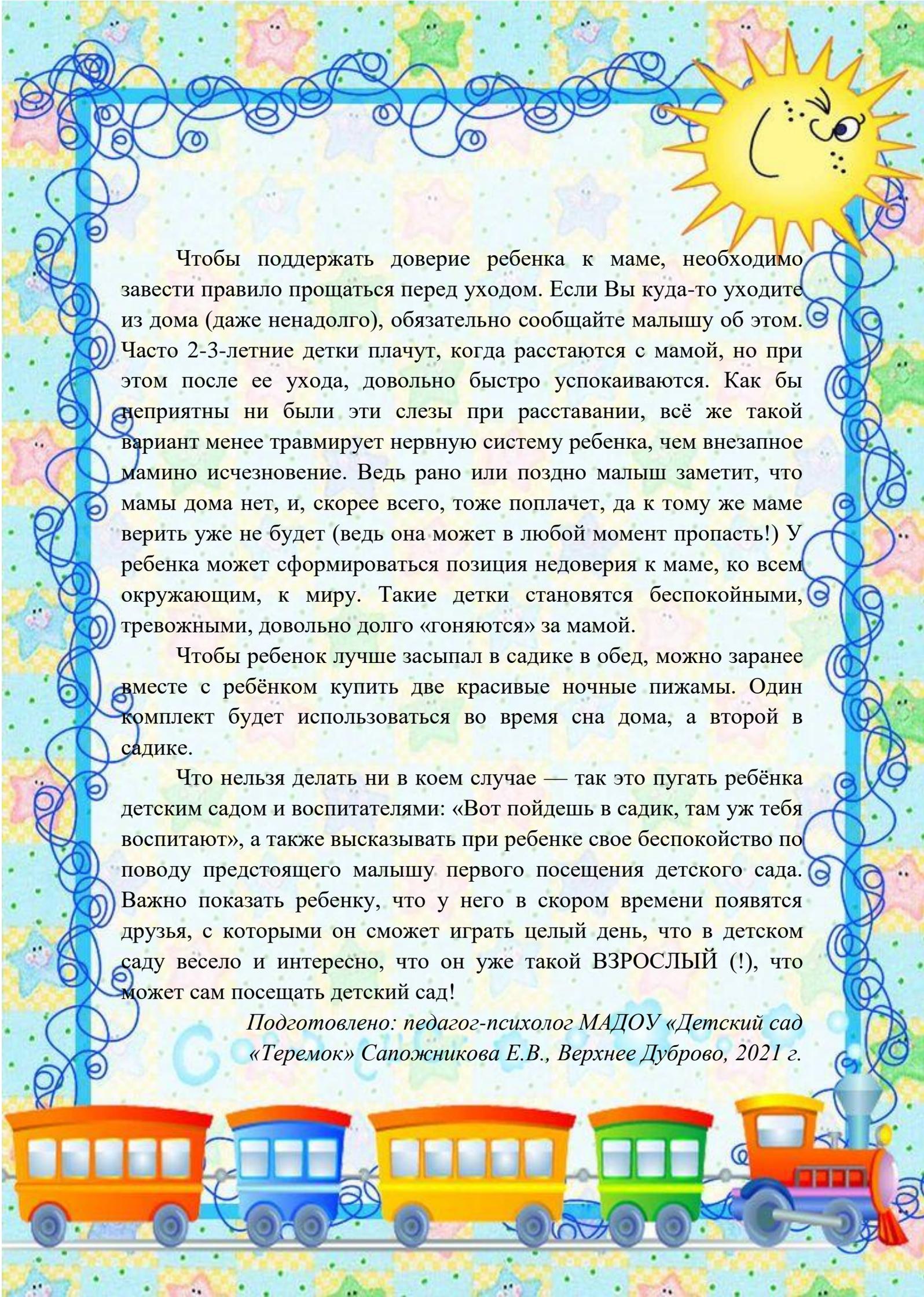




ребенку, происходящее на площадке: «Воспитатель играет с детьми в какую-то интересную игру. Смотри, все встали в круг... А сейчас детишки построились парами и пошли на обед в свою группу. И мы с тобой пойдем домой обедать. Тебе пока в садик нельзя, а скоро и тебе можно будет ходить в него».

Так как ребенок не знает, что такое «садик» и как к нему нужно относиться, то задача родителей — сформировать позитивное отношение к детскому саду. Также ребенку интересно, а как же там, внутри садика? Ведь если он будет знать, что его ожидает в стенах этого заведения, то и адаптация пройдет менее эмоционально. Поэтому дома, на протяжении всего подготовительного можно играть в «детский сад». Постройте из любого строительного материала «периметр» детского сада, в нем «группу», «раздевалку», «спальню». Называйте всё это «детским садом». Выберите участников-зверушек: «воспитательница», «дети», фигурку самого ребенка и др. (важно при этом выбирать игрушке доброжелательного вида). В игре соблюдайте режимные моменты настоящего садика. Утром игрушечные животные приводят в детский сад своих детенышей, их встречает воспитательница. Они умываются, едят, играют, решают разные конфликтные моменты, занимаются, гуляют, спят и т. д., вечером всех зверят забирают домой.

Еще одна очень полезная игра — «прятки», в нее стоит играть всей семьей. В первое время посещения детского сада ребенок боится «пропажи» мамы, когда она уходит из поля его зрения, а игра создает посыл, если человек ушел, то он обязательно вернется.



Чтобы поддержать доверие ребенка к маме, необходимо завести правило прощаться перед уходом. Если Вы куда-то уходите из дома (даже ненадолго), обязательно сообщайте малышу об этом. Часто 2-3-летние детки плачут, когда расстаются с мамой, но при этом после ее ухода, довольно быстро успокаиваются. Как бы неприятны ни были эти слезы при расставании, всё же такой вариант менее травмирует нервную систему ребенка, чем внезапное мамино исчезновение. Ведь рано или поздно малыш заметит, что мамы дома нет, и, скорее всего, тоже поплачет, да к тому же маме верить уже не будет (ведь она может в любой момент пропасть!) У ребенка может сформироваться позиция недоверия к маме, ко всем окружающим, к миру. Такие детки становятся беспокойными, тревожными, довольно долго «гоняются» за мамой.

Чтобы ребенок лучше засыпал в садике в обед, можно заранее вместе с ребёнком купить две красивые ночные пижамы. Один комплект будет использоваться во время сна дома, а второй в садике.

Что нельзя делать ни в коем случае — так это пугать ребёнка детским садом и воспитателями: «Вот пойдешь в садик, там уж тебя воспитают», а также высказывать при ребенке свое беспокойство по поводу предстоящего малышу первого посещения детского сада. Важно показать ребенку, что у него в скором времени появятся друзья, с которыми он сможет играть целый день, что в детском саду весело и интересно, что он уже такой ВЗРОСЛЫЙ (!), что может сам посещать детский сад!

Подготовлено: педагог-психолог МАДОУ «Детский сад «Теремок» Сапожникова Е.В., Верхнее Дуброво, 2021 г.

