

Мой ребенок пошел в детский сад

Консультация для родителей

Ваш ребенок скоро пойдёт в детский сад? Это новая глава в жизни малыша и всей семьи. Хотите, чтобы всё прошло успешно – читайте дальше.



Разные дети – разная адаптация

Тревога, страх, беспомощность – типичные реакции ребёнка, оказавшегося в новой ситуации. Давайте не будем вдаваться в пространные объяснения причин, это тема отдельной статьи, а дадим практические советы, как помочь ребёнку принять незнакомые среду, место, окружение.

Важно! Возможно, вашему сыну, дочке нужно гораздо больше времени, чем другим дошкольникам, чтобы чувствовать себя в безопасности в чужой обстановке. Не форсируйте, позвольте детям самостоятельно и постепенно принять изменения.

Что можно сделать за несколько месяцев до поступления

Поощряйте ребёнка к самообслуживанию. К навыкам, которые может освоить трёхлетний ребёнок, относятся: самостоятельное раздевание и одевание, мытьё рук, чистка зубов, пользование горшком или туалетом, питание. Это будет полезно в детском саду, укрепит уверенность в себе.

Вовлекайте ребёнка в повседневные домашние дела. Уборка игрушек, поддержание порядка должны войти у него в привычку. Вы также можете попросить его о помощи – например, помыть овощи на ужин.

Если есть такая возможность – оставляйте малыша с бабушкой, дедушкой, чтобы он привык к ситуации, когда вас нет рядом.

Узнайте ежедневный график детсада (приём пищи, сон) и организуйте аналогичный домашний распорядок.

Покажите малышу детский сад во время прогулок. Расскажите, как выглядит жизнь дошкольника. Поиграйте в детсад с ребёнком и мягкими игрушками или другими детьми. Расскажите свои или другие позитивные истории, связанные с этим местом, познакомьте с интересными способами проведения времени (совместное пение, прогулки).

Поощряйте ребёнка общаться со сверстниками и взрослыми на детской площадке, в магазине.

Позаботьтесь о том, чтобы отучить его от соски или подгузника.

Сходите вместе за покупками для детского сада. Узнайте, что требуется (часто это могут быть тапочки, смена белья, подушка), и позвольте ребёнку самому сделать выбор в магазине.

Не вводите других существенных изменений во время периода адаптации.

Даже если всё не так, как планировалось, не сдавайтесь. Позитивный настрой передастся ребёнку.

6 правил успешной адаптации

Первые дни – самые трудные и решающие. Простые правила, которые помогут в интеграции:

1. Сохраняйте спокойствие. Помните: дети «читают» родителя.
2. Не меняйте правила, всегда следуйте своим обещаниям и соглашениям. Если ребёнок плачет при расставании, не поддавайтесь слезам. Это значит, что вы плохой родитель? Нет, иногда это единственный способ справиться с ситуацией. Некоторые дети перестают плакать, как только мама выходит из детского сада.
3. Придерживайтесь режима. Утром всегда делайте одни и те же действия в одном и том же порядке (пробуждение, поцелуй, завтрак, одевание, выход из дома...). Всегда старайтесь одинаково прощаться. Вы можете заранее выбрать, что это будет – поцелуй, взмах рукой, слова.
4. Проводите как можно больше времени с ребёнком после детского сада. Отодвиньте на второй план телефон, уборку (если только вы не делаете это вместе), поговорите, поделитесь эмоциями. Относитесь серьёзно к проблемам, словам, жалобам своего малыша.
5. Общайтесь с воспитателями. Делитесь страхами, позитивом, рассказывайте о ребёнке. Такое сотрудничество значительно облегчит процесс адаптации.
6. Не забывайте главную цель. Детский сад – первая ступень дальнейшего социального, эмоционального, интеллектуального развития малыша. Это весёлое и безопасное место, где его окружают дети его возраста и подготовленные взрослые. Убедив в этом себя, вы сможете убедить в этом и ребёнка.
7. Не награждайте сына или дочь за пребывание в садике. Это будет воспринято как компенсация за «причинённый вред».

Легкой адаптации - Вам и малышу!