

Консультация для родителей «ЧЕМУ НЕОБХОДИМО НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ДО ПОСТУПЛЕНИЯ В ДЕТСКИЙ САД»

Очень важный этап в жизни ребенка и родителей **Подготовка ребенка к детскому саду.**

Самое главное – это ваше доверие и вера, что все будет хорошо!

Поступление ребенка в детский сад - важное событие в жизни любой семьи. Сопровождающие этот шаг изменения условий в жизни малыша требуют

приспособления к ним, адаптации. Чтобы адаптация прошла легче и быстрее, **подготовку** необходимо начать заранее, не менее чем за 2-3 месяца до **поступления в ДООУ**. Основная работа по **подготовке ребенка к детскому саду** производится дома, и главную роль в этом играют **родители**.

Отдавайте малышу всю себя! Отложите телефон, компьютер- ребенку нужна ваша поддержка. Играйте с ним, говорите и задавайте ему много вопросов.

Не отдавайте ребенка в сад, если в семье меньше месяца назад появился младенец это приведет к двойному стрессу.

Познакомившись с воспитателями, установите с ними контакт. Так вы будете в курсе, как относятся к вашему ребенку в **детском саду**, а если возникнут трудности, будьте узнавать о них сразу.

Терпеливо относитесь к критике в ваш адрес и в адрес ребенка. Помните, что поучать — личностная особенность педагогов и воспитателей, это сама суть их профессии. Простите им их маленькую *«слабость»*, в конце концов, без этой черты — желания учить — человеку нечего делать на педагогической стезе. Подскажите воспитателю, как в какой-нибудь особой ситуации можно договориться с вашим ребенком (например, в случае, если он отказывается принимать определенную еду или спать во время тихого часа).

Старайтесь не перегружать воспитателей информацией утром, когда приводите ребенка в сад, и вечером, когда забираете его: интенсивные потоки приходящих и уходящих людей могут не только снизить градус внимания к вашим словам, но и помешать педагогам уделять время остальным детям (вы бы не захотели, чтобы одним из них когда-нибудь оказался ваш ребенок). Узнайте, когда воспитателю удобно вас выслушать: возможно, он предложит обсудить все волнующие вас вопросы во время тихого часа или вечерней прогулки. Это в ваших интересах, чтобы педагог смог уделить вам все свое внимание.

Подготовка к детскому саду - это еще время врачебных обходов. Нужно пройти всех врачей, сдать анализы. Нужно так же хорошо **подготовить ребенка**.

Рекомендации:

Прежде всего **родителям необходимо подготовиться самим**. Оценить все свои возможности, настрой, обстановку в доме. Затем **подготавливать малыша**.

Факторы, влияющие на адаптацию это:

- возраст ребенка;
- состояние здоровья;
- уровень развития;
- характеристика нервной системы;
- умение общаться с взрослыми и сверстниками;
- сформированность предметной и игровой деятельности;
- приближенность домашнего режима к режиму **детского сада**.

Что можно сделать, чтобы облегчить этот сложный период?

Главное - ваше эмоциональное состояние! Принимаете ли вы для себя то, что ваш ребенок будет посещать **детский сад**? Если вы негативно относитесь к садику, испытываете чувство вины за то, что приводите туда ребенка, и не **ждете** от садика ничего хорошего - ваш ребенок обязательно будет чувствовать то же самое. Если для вас садик - это новый этап в жизни вашего ребенка, вы уверены в необходимости его посещения, в том, что ребенку в нем будет хорошо - эти же чувства будут передаваться и ему.

Если малыш пошел в **детский сад** в связи с вашим возвращением на работу, первое время окажется непростым и для вас. Вам даже может показаться, что никакие другие занятия на свете не могут сравниться по важности и наполненности с воспитанием ребенка, в чем вы не так уж и неправы. Но вам надо работать, а маленькому человеку необходимо социализироваться, поэтому давайте узнаем, как облегчить расставание с малышом для вас.

Имейте на рабочем месте самую любимую фотографию вашего ребенка. Если вы трудитесь не в офисе, держите фото малыша в кошельке, загрузите на рабочий стол мобильного телефона, вложите закладкой в книгу для чтения в дороге.

Позвоните в удобное время (*тихий час, например*) воспитателю в **детский сад**, если вам была предоставлена такая возможность. Поговорите с ним несколько минут, забирая вечером ребенка, узнайте, чем он занимается на протяжении дня. Скорее всего, вы услышите, что он прекрасно ладит с другими детьми, хорошо ест, помогает следить за порядком в группе и вообще большой молодец.

Поговорите с друзьями, коллегами по работе, у кого есть опыт отлучения от ребенка в связи с **детским садом**. Поспрашивайте, как они справлялись в первое время, что им особенно помогло. Вам нужна эмоциональная поддержка, чтобы пережить разлуку не хуже вашего малыша!

Встречайте ребенка вечером приветливо, уверенно и спокойно. Не допускайте, чтобы ваши переживания передались малышу. Обнимитесь, расцелуйте друг друга и приготовьтесь слушать рассказ о событиях прошедшего дня. Про себя скажите, что у вас было много работы, но это не мешает вам продолжать крепко его любить, а его фотография на столе поддерживает невидимую связь между вами.

Максимально фокусируйте внимание на позитивных сторонах дела. Ребенок проходит важный этап социализации, все, что он сейчас переживает, чрезвычайно важно для его психического развития. Пусть эта мысль поддерживает вас.

Забота и любовь **родителей** (особенно *матери*) делают малыша более защищенным. Но ведь в жизни ему **придется** преодолеть множество психологических преград, а для этого нужно развивать у него инициативность и самостоятельность.

Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим **постепенный** переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение. Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим **постепенный** переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение.

С чего же начать?

-Расскажите ребёнку о **детском** саде – это красивый дом, куда мамы и папы приводят своих **детей**. Ты познакомишься и подружишься с другими детьми и взрослыми. В **детском** саду маленькие столы и стулья, маленькие кроватки, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Играйте с ребенком в "**детский сад**", рассказывайте ему о **детском садике**. О том, что если мама и папа работают, то они отводят своих деток в **детский сад**, туда, где много других ребят, где есть интересные игрушки, веселые занятия. Расскажите, что в садике дети едят и спят, там у каждого есть кроватка, шкафчик, полотенце. Пусть ваши игрушки станут "**детками**", которых привели в садик, а ваш малыш как заботливая воспитательница будет кормить их обедом и укладывать спать. Если вы **будете** регулярно говорить о садике и играть в него - больше вероятность того, что кроха начнет ходить туда с радостью, и конечно он уже будет знать, что это за место и чем там занимаются. Настраивать ребенка на хороший лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим. Сходите на прогулку в **детский сад**. Попросите у заведующей садиком, в который вы записались, разрешения прийти поиграть на площадку во время прогулки (лучше во второй половине дня, когда за детьми начинают

приходить **родители**). Пусть малыш посмотрит, как дети гуляют, как с ними занимается воспитатель.

Приблизьте домашний режим к распорядку жизни **детского сада**. Это поможет формированию положительного отношения к режимным процессам, создание у ребёнка положительной установки на кормление, одевание, укладывание. Привлекайте малыша к посильному участию в этих процессах. Этот режим примерно одинаков для всех **детских** садов и может отличаться где-то на полчаса. Обычно в садиках дети завтракают, с 9 до 10 утра с ними проводятся занятия, затем примерно до 12 часов дети гуляют, около 12 часов обед, в сон до 13.00. После пробуждения **детей ждёт полдник**, затем они опять выходят на прогулку (*в теплое время года*) или играют в группе. Ужин начинается около 5 часов. Неработающей маме, конечно, дома довольно сложно организовать точно такой же режим, но приученному к нему ребенку будет действительно гораздо легче привыкать к саду. Особенно тяжело приходится крохам во время сна, если дома их днем не укладывали спать. Поэтому очень важно, чтобы с 13.00 до 15.00 малыш привыкал находиться в кровати. Если он не может заснуть - приучайте его просто спокойно лежать. Если ваш кроха отказывается лежать в кроватке, то время, в течение которого вам **придется** забирать своего малыша до сна, может сильно затянуться.

- Приучайте ребенка к самостоятельности в сфере гигиены и самообслуживания. Формируйте у ребёнка потребности следить за чистотой рук; мыть лицо и руки по мере загрязнения, перед едой. Поощряйте первые попытки ребёнка сигнализировать – о необходимости физиологической потребности. Высаживайте на горшок в определённом месте. Воспитывайте потребность находиться в сухой одежде. Если на момент **поступления в детский сад** ваш малыш будет уметь сам надевать сандалии, садиться на горшок, он будет чувствовать себя в группе более уверенно. Если вы знаете, что в скором времени ребенок начнет посещать **детский сад**, снимите с него памперс (пусть даже на первых порах вам **придется** носить с собой запасную одежду и **постоянно вытирать лужи**). Приучайте малыша к горшку (*унитазу*) - обычно в ясельках есть и то, и другое. Нужно, чтобы он, по крайней мере, спокойно относился к высаживанию.

- Дайте малышу в руки ложку, покажите, как нужно ей правильно пользоваться. Объясните, что нельзя играть за столом, есть во время просмотра телевизора. Что уж греха таить - многим мамам гораздо проще включить ребенку мультики и, пока он, открыв рот, их смотрит, вливать туда суп. Но если ребенок привыкнет, так есть, то в садике он будет ходить **постоянно голодным**. Конечно, на первых порах воспитатели будут его докармливать, но **детей много**, а время завтрака, обеда и ужина ограничено режимом.

Постарайтесь расширить круг общения ребенка – чаще ходите с ним в гости, обсуждайте, что делают и как ведут себя дети на **детской площадке**, поощряйте и поддерживайте его инициативу в общении с окружающими. Учите ребенка общаться! Если вы пришли на **детскую площадку**, покажите малышу, как можно попросить игрушку, предложить поменяться, пригласить

другого ребенка в игру или спросить разрешения поиграть вместе. Учите ребенка знакомиться с другими детьми, обращаясь к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои – сначала вы **будете спрашивать детей**, как их зовут, и представлять им своего стеснительного кроху, но рано или поздно он начнет брать с вас пример. Попробуйте на прогулках организовать игры для детишек – пусть это будет даже самая обычная игра в мяч – главное, чтобы малыш увидел, что играть вместе с другими детьми может быть очень весело.

Рекомендации **родителям**

· Когда вы уходите, расставайтесь с ребенком легко и быстро. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет ему в **детском саду**, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, вызовут у малыша тревогу, что с ним здесь может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать.

- Если ребенок очень тяжело переживает разлуку с матерью, то желательно, чтобы первые несколько недель ребенка отводил отец, бабушка или дедушка.

Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

Одежда ребенка, должна соответствовать температуре в группе.

Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в **детском учреждении**.

При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к **детскому врачу**.

При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома.

Дома нужно создать такие условия, которые были бы максимально приближены к среде дошкольного учреждения. Малыш должен привыкать к режиму, т. е. спать, есть, гулять в те часы, которые приняты в соответствующей возрастной группе **детского сада**.

Впервые дни посещения садика происходит сильная нагрузка на нервную систему. Ребенку необходимо быстро приспособиться к **постоянному** взаимодействию с малознакомыми людьми и к длительному отсутствию мамы. Так что не нагружайте малыша новыми впечатлениями. Выходные проводите спокойно, в кругу семьи.

Ребенок может дома разбрасывать игрушки, громко кричать, бегать и многие другие варианты проявлений эмоций. Прикладываться, лежать быть очень нежным или наоборот. Очень важно не кричать на малыша, а набраться терпения, ведь так дети проявляют свои чувства, эмоции, они знакомятся с чем-то новым, неизведанным для **детей**.

Когда вы забрали ребенка из садика, играйте и общайтесь с ним. Пусть он забудет о группе и отдыхает. Не спрашивайте, нравится ли ребенку в саду и пойдет ли он туда завтра. Это наведет его на мысли, что возможно ему там будет плохо и в садик можно не ходить. Если вы хотите поговорить о садике, лучше спросить ребенка что он ел, и какие игрушки ему понравились.

Во время адаптации ослабляется иммунная система. Чтобы ребенок реже болел, **постарайтесь**, чтобы он получал максимум положительных эмоций, хорошо питался и много спал. Во время адаптационного периода, не наказывайте малыша за капризы и выходки, чаще обнимайте и говорите, что вы его любите.

Ни в коем случае не пугайте ребенка походом в сад. Он должен уяснить, что пребывание в садике - это не наказание, а удовольствие.

Адаптационный период.

Ваш ребенок начал ходить в **детский сад**.

Первые дни и даже недели проходят у всех по-разному. Кто -то буквально с первых дней с радостью идет в группу, но все-таки чаще расставание с мамой сопровождается слезами. Правда, в группе одни дети быстро отвлекаются и успокаиваются, другие плачут все время до прихода **родителей**. Некоторые при этом все время ищут контакта с воспитателем, некоторые, наоборот, замыкаются в себе, отказываясь от общения и с детьми, и со взрослыми. И это нормально - ведь привычная домашняя обстановка меняется на шумную группу, где помимо большого количества **детей** на ребенка сразу обрушивается много новых правил и ограничений, и малыш не может понять, зачем же мама привела его сюда и ушла. Меняется и поведение **детей** после садика - часто **родители жалуются**, что их кроха стал неуправляемым, плохо засыпает, часто плачет, стал агрессивным. Это естественно в период адаптации, ребенок еще не может осознать, что с ним происходит, и таким образом реагирует на переживания и нервное напряжение. Некоторые дети могут даже "регрессировать" - они начинают хуже разговаривать, мочатся в штанишки, требуют, чтобы их снова кормили и одевали, даже если они уже прекрасно умеют делать это самостоятельно.

Необходимо **постараться** ограничить нагрузку на нервную систему ребенка - свести к минимуму просмотр телевизора, избегать шумных мероприятий, и, наоборот, как можно больше времени проводить с ним в спокойных играх, за чтением книг. Старайтесь чаще обнимать и целовать кроху - телесный контакт с **родителями** поможет снять психоэмоциональное напряжение и успокоиться. Ни в коем случае не ругайте его за то, что он снова "впал в **детство**", стал хуже себя вести - отнеситесь к этому с пониманием.

Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизиологического развития. Процесс привыкания

ребенка к дошкольному учреждению довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем **детского организма.**