

Советы психолога по подготовке ребенка к детскому саду

Итак, вы решили отдать своего ребенка в детский сад — это важный и ответственный этап в жизни вашей семьи.

Период привыкания к детскому саду — не самый легкий в жизни малыша и его мамы. Вы наверняка будете волноваться о том, как он там. Не переживайте, с вашим ребенком все будет хорошо. Помните, что дети обладают потрясающей способностью угадывать настроение родителей, и обычно все страхи и тревоги им передаются.

Облегчить процесс адаптации помогут как воспитатели групп, так и специалисты, но и ваша роль в этом процессе огромна. Ведь именно от вас зависит, насколько быстро ребенок примет режим детского сада: встать так, чтобы без утренней суматохи одеться и прийти к зарядке, чтобы к приему пищи у ребенка просыпался аппетит, чтобы тихий час не был для него кошмаром.

Подробно расскажите ему о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет там делать. Чем детальнее будет ваш рассказ — тем спокойнее будет чувствовать себя малыш, потому что обычно пугает неизвестность. Когда же ребенок видит, что ожидаемое событие происходит так, как было ему заранее «обещано», — он чувствует себя увереннее.

Позаботьтесь о том, чтобы к моменту поступления в детский садик, ваш малыш умел пользоваться горшком и проситься на него.

Очень часто дети бывают медлительными и избирательными в еде. Конечно, воспитатель и помощник первое время будут лояльно и терпеливо относиться к нежеланию вашего ребенка кушать. Но и вы помогите избежать таких ситуаций: ознакомьтесь с меню детского сада, перестаньте давать ребенку перекусывать между основными приемами пищи.

Ребенок привыкнет к детскому саду быстрее, если он сможет построить отношения с детьми и взрослыми. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте детей в присутствии вашего малыша по именам. Спрашивайте его дома о новых друзьях. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем легче будет вашему ребенку. Учите его обращаться по имени, просить, а не отнимать игрушки, и в свою очередь, предлагать игрушки другим детям. Пусть малыш сам выберет себе в компаньоны любимую игрушку, с которой он сможет ходить в детский сад — ведь вместе веселее! Облегчить переживания от расставания с мамой могут альбом с семейными фотографиями или какая-то личная вещь одного из родителей.

Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков — так ему будет проще отпустить вас. Например, поцелуйте его в одну щечку, в другую, помашите рукой.

Иногда дети легче расстаются с папой, чем с мамой. Поэтому некоторое время приводить ребенка в детский сад может отец.

Существуют разные мнения о том, стоит ли находиться маме рядом с ребенком в начальный период адаптации к детскому саду. Казалось бы, что

плохого, если мама посещает сад? Все довольны, малыш не плачет, мама спокойна. Но тем самым неизбежное расставание только затягивается. Да и другие дети, глядя на чужую маму, не могут понять — а где же в таком случае их? Поэтому будет лучше для всех, если с первого же дня ребенок попытается остаться в группе один, без опеки мамы, а опытные воспитатели возьмут заботу о нем в свои руки.

Мы придерживаемся следующей системы приема детей в ДОУ:

— не более трех детей в неделю;