

Консультация для родителей

«Как собрать ребенка в детский сад?»

Вот мы и подросли... Пора в детский сад. Это важное событие в жизни малыша. Прежде чем готовить ребенка к детскому саду, подготовьтесь сами, дорогие мамы и папы: познакомьтесь с жизнью детей в детском саду (чем занимаются, какой режим, каковы требования и т.п.). Желательно предварительно познакомиться с воспитателем и младшим воспитателем группы, в которую будет ходить ваш ребенок, рассказать о его особенностях, привычках, интересах и т.д.

Когда малыш приходит в детский сад, он попадет в новые условия. Меняется режим, характер питания, температура помещения, воспитательные приемы, характер общения и т.п. Все это, как правило, приводит к изменению поведения ребенка, нарушается его аппетит, сон, эмоциональное состояние. Иногда может повышаться его температура без видимых причин.

У некоторых ребят происходит потеря уже имеющихся навыков. Например, дома просился на горшок, а в детском саду отказывается. Не волнуйтесь и ни в коем случае не стыдите, не ругайте малыша. Пройдет неделя, другая, и все навыки у него восстановятся.

Попробуем разобраться, что же именно, будет необходимо для детского сада, ведь малыш там будет проводить большую часть своего времени.

Одежда

Важно помнить, что в саду ребенок будет учиться одеваться сам, а значит, все вещи должны быть с минимальным количеством сложных застежек и замков. Идеальное решение для первого времени – это кофточки и рубашки на липучке, а брючки, шортики и юбочки на резинке. Активные игры с друзьями, выполнение физических упражнений, прогулка в дождливый день могут закончиться порванными и испачканными штанишками, или другими предметами одежды. Поэтому, каким бы аккуратным не был ребенок, очень важно, чтобы в саду он всегда имел сменный комплект одежды, нижнего белья, носочков и колгот (желательно чтобы эти вещи были изготовлены из натуральных и гипоаллергенных тканей).

Итак, список одежды, необходимой ребенку в сад, выглядит следующим образом:

- Носки, гольфики, колготы нужно купить минимум по три пары;
- Трусики, маечки у ребенка (особенно у самых маленьких) их должно быть не менее трех – четырех штук;
- Сменная одежда для прогулки;
- Пижама для сна (в холодное время года);
- Несколько носовых платков;
- Салфетки, нагрудники для еды

Обувь

Маленький ребенок много двигается не только на улице, но и в помещении. Очень важно, чтобы обувь для малыша была удобной и прочно сидела на ножке. Лучше, чтобы это были лёгкие сандалии с закрытой пяткой на липучке. На улице желательна удобная обувь без шнурков, на липучке.

Предметы личной гигиены

Очень хорошо, если у малыша всегда будет с собой расческа, у девочек несколько резинок в папке с кнопкой. Можно положить пакетик для грязных вещей, чтобы, забирая ребёнка из садика, вы не несли их в руках, а в пакете. Так же было бы неплохо подписать вещи ребёнка, потому что они очень часто теряются, а малыши не всегда знают свои вещи.

Родителям необходимо знать, что состояние эмоционального дискомфорта, переживаемое ребенком, может привести к снижению сопротивляемости организма. Вот почему некоторые дети в период адаптации могут болеть.

Отчего зависят длительность и характер адаптации?

Исследования педагогов, медиков показывают, что характер адаптации зависит от возраста. Наиболее трудно приспосабливаются к новым условиям дети в возрасте от 9-10 месяцев до 1 года 8 месяцев- 2 лет. В этом возрасте начинают формироваться довольно устойчивые привычки, а возможности к их перестройке еще нет.

После двух лет приспособление к новым условиям происходит несколько быстрее, так как изменяется подвижность нервных процессов. Дети становятся более любознательными, их можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями. Они хорошо понимают речь взрослого, их легче успокоить, у них уже есть опыт общения с разными людьми.

Однако не следует забывать, что дети одного и того же возраста по-разному привыкают к новым условиям. Это зависит от индивидуальных особенностей их нервной системы.

Одни дети в первые дни пребывания в детском саду громко плачут, отказываются от пищи, не хотят играть, заниматься, сопровождая все бурным протестом. Но вот проходит два-три дня, и ребенок успокаивается, у него восстанавливается аппетит, сон, он охотно общается с воспитателем и детьми.

Есть дети, которые в первые дни в детском учреждении внешне ведут себя спокойно. Они послушно садятся есть, но едят без аппетита, лежат с закрытыми глазами, но долго не засыпают, берут предложенную им игрушку, но не играют с ней. Когда приходят родители за таким ребенком - он с плачем бросается к ним. Подобные дети нуждаются в особой помощи воспитателя и родителей. Такое внешне спокойное, но подавленное эмоциональное состояние может длиться очень долго и привести к заболеванию. На характер адаптации оказывает влияние и то, из каких условий ребенок приходит в детский сад, что меняется в условиях его жизни. Малыш значительно легче приспособится к условиям детского учреждения, если в семье он жил по режиму, который соответствовал возрасту, ему давали разнообразную пищу, у него сформировались необходимые навыки самообслуживания и общения.

Готовя ребенка к детскому саду, следует оценить его навыки и умения в самообслуживании. Научите его одеваться, умываться, пользоваться туалетом, самостоятельно есть. Отсутствие навыков самообслуживания у ребенка - действительно фактор риска для его здоровья. Дело здесь не только в том, что у воспитателя и у няни «на руках» много детей, и они не успевают вовремя всех умыть, одеть. Отсутствие умений в самообслуживании может привести к дискомфортному состоянию, так как привычная потребность ребенка в своевременной помощи со стороны взрослого не будет удовлетворяться.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок был спокоен, при расставании с ним старайтесь не показывать своего волнения, беспокойства. Говорите ему, что его ждут дети, воспитательница (называйте ее по имени, отчеству), игрушки в группе. Постарайтесь не оставлять воспитателю плачущего ребенка. Зная особенности характера своего малыша, посоветуйте педагогу подойти с ним к

окну и помахать вам рукой, взять его на руки, предложить игрушку. Иногда ребенок легче расстается с папой, чем с мамой. В этом случае целесообразно первое время отводить малыша в детский сад папе.

Родителям важно знать, что в период адаптации ребенок может быть капризным, раздражительным. Проявите к своему малышу максимум внимания, чуткости. Компенсируйте в семье возможное недосыпание, недоедание в детском саду. Постарайтесь в этот период оградить ребенка от дополнительных стрессов, нагрузки на нервную систему (посещение гостей, магазинов, прием у себя гостей и т.п.). *Если вы последуете все советам, которые мы предложили, вашему малышу будет легче привыкнуть к детскому саду.*

Консультацию подготовил:

Педагог-психолог – Черникова Е.А.

Рекомендованная литература:

1. В детский сад идти пора / Дошкольное воспитание № 6 / Под ред. Т. Кривцовой. – М., 2007.
2. Дошкольное учреждение и семья / Под ред. М. Емельянова. – М.: Линка-пресс, 2001.
3. Социальная адаптация детей в дошкольных учреждениях / Под ред. Р.В. Тонковой-Ямпольской. – М., 1980.