

Ребенок поступает в детский сад: маленькие секреты для любящих мам.

Начинаем готовиться к поступлению в детский сад

Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас, так как колебания родителей передаются детям. Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму детского сада. Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить эту привычку (лучше это сделать в домашних условиях задолго до поступления в детский сад). Приучайте детей есть разнообразные блюда, ежедневно употреблять супы и каши. Желательно научить малыша к моменту поступления в детский сад самостоятельно есть, раздеваться и одеваться, мыть руки и т.д. Ребенок будет чувствовать себя более уверенным. Готовьте малыша к общению с другими детьми, посещайте детские площадки, парки, ходите в гости. Учите общаться с окружающими (как спросить что-либо, познакомиться, попросить и т.д.) Готовьте ребенка к временной разлуке с родными, внушайте, что в детском саду весело, интересно. Желательно заранее познакомиться с территорией садика и воспитателями.

Правила поведения взрослых

в период привыкания ребенка к изменившимся условиям

Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка. Постоянно обращайте внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье. Одевайте ребенка в сад опрятно, в соответствии с температурой воздуха в группе. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами. Будьте терпимее к капризам. Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте вовремя. Никогда не угрожайте ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание. Готовьте вашего ребенка к временной разлуке с

вами и дайте понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

Помните, отправлять ребенка в детский сад необходимо только при условии, что он здоров!

Как лучше прощаться?

Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания. Для этого вспомним, что мы знаем о желаниях малыша, и решим, чего хочет взрослый. Итак, ребенок хочет:

- знать, куда уходит мама;
- знать, когда она придет;
- быть уверенным, что с ней ничего не случится;
- быть уверенным, что с ним ничего не случится;

В то же время взрослый хочет:

- обеспечить безопасность ребенка;
- не опоздать туда, куда идет;
- оставить ребенка в достаточно хорошем настроении;
- вернувшись, увидеть радость встречи в глазах своего малыша.

Постараемся совместить эти пожелания в одной стратегии.

Стратегия успешного начала

Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня). Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: «Я иду в парикмахерскую стричь волосы», или «Я иду на работу печатать на компьютере» и т.п.

Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идёт мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать - полезное и приятное. Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем понятно). Можно сказать: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь». Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время. Не сулите ребенку «призов» за то, что он вас

отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом: «Ну, нет, живого цыпленка я не смогу тебе принести...» Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещь (печенье, яблоко), чтобы он чувствовал, что вы о нем помните и готовитесь к встрече.

Стараемся избежать ошибок

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка. Чего нельзя делать ни в коем случае?

– Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держаться слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.

– Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

– Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад — это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

– Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

Полезная информация

Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что кроха плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым дорогим человеком с вами! Он пока не знает, что вы обязательно придете, еще не установлен режим. Но вы-то знаете, что происходит, и уверены, что заберете малыша из сада. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, что не

может плакать. Плач — это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за «нытье». Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но вы тоже обязательно справитесь!

В заключение

Думайте о том, как много хорошего вы делаете для него. Даже если вы не хотели отдавать ребёнка в сад, но жизнь изменила ваши планы. Ищите хорошие моменты. Детский сад позволяет детям стать более самостоятельными и независимыми.

Дорогие мамы и папы, бабушки и дедушки! Мы с нетерпением ждем Ваших крох в нашем замечательном детском саду! Добро пожаловать!