

Для комфортного пребывания ребенка в детском саду необходима определенная подготовка

Оптимальный возраст для знакомства ребенка с детским садом – от 2 до 4 лет. К этому возрасту дети приобретают необходимые навыки самообслуживания, чтобы находиться в коллективе и быть в состоянии позаботиться о себе: они уже умеют пользоваться горшком, пить из чашки, самостоятельно есть ложкой и хотя бы частично умеют одеваться и раздеваться. Конечно, ребенок может научиться этому и в детском саду, но он будет чувствовать себя не комфортно от того, что другие дети в саду уже умеют это делать.

Говоря о возрасте, следует упомянуть, что приблизительно в три года у детей наступает период кризиса 3-х лет. Важно об этом помнить и возможно стоит его к этому подготовить, наблюдать за своим ребенком. В этом возрасте дети осознают свое «я» и пытаются проявить самостоятельность, независимость, не умея оценивать свои навыки и умения. Отдавать ребенка в детский садик лучше до начала кризиса или после него.



Также крайне нежелательно отдавать старшего малыша в садик сразу после рождения младшего. Конечно, это освободит маме кучу времени, однако старший ребенок на всю жизнь запомнит, как его сослали в детский сад, чтобы он не путался под ногами и не мешал родителям заботиться о братике или сестренке. Психология ребенка такова, что самооценку после такого предательства крайне сложно поднять. Поэтому если вы ожидаете пополнения в семье, отправляйте старшего в садик заранее, чтобы он успел подготовиться и не связывал для себя эти два события.

При подготовке к детскому садик, следует заранее установить правильный режим дня

Понятно, что дошкольнику нужно рано вставать, рано ложиться и спать днем даже по выходным, чтобы не отвыкнуть от детсадовского режима. Если эти перемены в режиме совпадут с началом посещения детского сада, то ничего кроме негатива и дополнительного стресса для ребенка не принесут. Поэтому родителям стоит позаботиться об установлении правильного режима дня заранее.

Поэтому стоит подготовиться: не поленитесь узнать о режиме дня в детском саду, например, когда будете относить заведующей путевку в детский сад. Выясните, во сколько нужно приводить ребенка в детский сад и когда детей укладывают на дневной сон, и, опираясь на эту информацию, заранее подкорректируйте режим дня ребенка. Приучите ребенка чистить зубы и причесываться сразу после пробуждения. Если прежде у вас было заведено по-другому, то даже такое, казалось бы, незначительное изменение, введенное в первые дни пребывания в детском саду, может расстроить малыша.

Уделите внимание эмоциональному настрою ребенка перед детским садиком

Чтобы для ребенка не было шоком неожиданно очутиться в детском саду следует подготовить его: показывайте картинки из книг и журналов, на которых изображены дети в детском саду,



фильмы и мультфильмы, рассказывайте о детском садике разные интересные истории, чтобы он ждал этого момента, когда он отправится туда. «Вот, когда пойдешь в садик, там будут другие детки...». Старайтесь дать положительную установку ребенку на восприятие детского сада. Рассказывайте ему о жизни в детском садике: про игрушки, прогулки, попугайчиков и рыбок, а также про режим, питание и сон. Пусть малыш видит, что другие детки его возраста тоже ходят в садик, общаются и замечательно проводят там время вместе. Чаще говорите ребенку, что вы гордитесь им: он стал таким большим, взрослым, ему скоро в садик! Подчеркивайте это в разговорах с родственниками и друзьями, чтобы малыш это слышал.

Социальная подготовка важна для комфортного существования ребенка в коллективе



В садике ребенок не только развивается физически и интеллектуально, он также учится нормам поведения в обществе. Поэтому важно, чтобы малыш уже имел представление о нормах поведения – он должен понимать запреты, слушаться взрослых, соблюдать дисциплину и четкий распорядок дня, установленный в детском саду. Подготовить к этому ребенка совсем не сложно, достаточно составить для малыша определенный режим дня и неотступно его придерживаться. Постепенно подстраивайте свой домашний режим под режим детского сада.

Умение ребенка общаться с другими детьми, уметь делиться или меняться игрушками, не отнимать игрушки у других детей и не драться с ними. Малыш должен понимать, что нельзя обижать других детей и давать в обиду себя. Даже если малыш довольно общительный, нужно понимать, что подготовка ребенка к детскому саду требует времени, и это не месяц и не два, а, как минимум, полгода. Проводите больше времени на детских площадках, ходите в гости к знакомым с

маленькими детьми. Хорошо, если в круг общения ребенка войдут дети, которые уже ходят в детский сад.

Умение общаться с воспитателями. Неподготовленный малыш, привыкший все время находиться рядом с мамой, испытает огромный стресс от необходимости находиться в непривычном месте (детском саду) с незнакомыми людьми (воспитателями) и слушаться их. Чтобы ребенку было проще привыкнуть к пребыванию в детском саду, нужно расширить его круг общения, чаще ходить с ним в гости, звать гостей к себе. Важно, чтобы ребенок узнал, что кроме мамы и папы есть и другие взрослые, и научился с ними общаться. Старайтесь хотя бы иногда оставлять ребенка с малознакомыми людьми (это может быть бабушка, которая нечасто к Вам приезжает, или Ваша близкая подруга) на несколько часов, чтобы он понял, что близкие люди не всегда могут быть рядом, и ничего страшного в этом нет.

Также важна психологическая готовность ребенка к отсутствию родителей

Одним из важнейших аспектов подготовки к детскому саду ребенка, является умение расставаться с мамой. Задача родителей – заблаговременно приучить ребенка к вашему отсутствию. Отправляясь в детский сад, ребенок должен знать, что идет туда не по прихоти мамы или бабушки, которые больше не



хотят сидеть с ним дома, а по очень веской причине. Если у малыша перед глазами имеется пример работающего папы, то можно заранее объяснить ребенку, что мама тоже теперь идет на работу, чтобы заработать денежку и купить то-то и то-то, что иначе приобрести не получится. Главное, чтобы ребенок был убежден, что, посещая детский сад, он тем самым выполняет наиважнейшую миссию и оказывает родителям неоценимую помощь, что, в общем-то, недалеко от истины. Осознание всей важности нахождения в садике значительно упростит процесс адаптации ребенка в детском саду и снизит накал эмоций во время прощания. Теперь ребенок знает, зачем он ходит в детский сад. Но ему важно обязательно знать, что мама непременно за ним вернется, не забывайте говорить ему об этом. Малыш должен понимать, что после недолгого отсутствия Вы обязательно придете за ним, а пока он может заниматься своими делами, ничуть не менее важными.

Итак, чтобы свести все переживания и стрессы к минимуму, нужно правильно подготовить малыша к детскому саду, о чем, к сожалению, многие родители даже не задумываются и отдают детей в садик, невзирая на их готовность, когда приходит время выходить на работу или удастся раздобыть путевку в детский сад. Помните: чем больше времени вы уделите подготовке ребенка к детскому саду, тем проще ему будет влиться в новый ритм жизни. От правильности ваших действий и слов будет зависеть, как пройдет адаптация ребенка к детскому саду.