



Я хочу в детский садик

(консультация для родителей)





Правило первое: режим дня

Как ребенок будет адаптироваться к детскому саду, зависит от организации режима дня дома. Чем больше условия жизни дома будут приближены к детскому учреждению, тем быстрее привыкнет ребенок к жизни в детском саду.

Режим - это рациональное и четкое чередование сна, еды, прогулки, различных видов деятельности в течение суток. Надо приучить ребенка с самого рождения ложиться спать в одно и то же время, перед сном обязательно проветрить комнату, прочесть добрую сказку.

Чтобы ребенок был здоровым и веселым, нужно правильно сбалансировать питание. Питание для малыша - это строительный материал для его растущего организма. Пища должна быть разнообразной. Малыш не должен разговаривать во время еды и заниматься посторонними делами.

Прогулка - это неотъемлемая часть режима каждого дня.

Знакомясь с природой - животными и растениями, - ребенок развивается лучше, учится быть наблюдательным. Он получает элементарное представление об окружающем мире.

Чтобы для ребенка не был стрессом режим дня дошкольного учреждения, дома должны быть созданы условия, приближенные к режиму учреждения, - уточните заранее режим дня в детском саду и постепенно выстраивайте свой. Несовпадение этих режимов плохо сказывается на состоянии ребенка, он становится капризным, безразличным к происходящему. Для самочувствия ребенка в адаптационный период большое значение имеет то, в какой мере сформированы у него навыки самостоятельности. К приходу в детский сад малыш должен уметь: самостоятельно кушать, ходить на горшок, одеваться, положительно относиться ко всем культурно-гигиеническим навыкам.





Правило второе: все сам.

Чтобы ребенок с удовольствием ходил в детский сад, чувствовал себя уверенно, необходимые гигиенические навыки должны прививаться в семье. Родители должны приучать малыша к гигиеническим процедурам утром и вечером, одеваться и раздеваться в определенной последовательности, дать возможность обслуживать себя за столом. Очень важно приучить ребенка проситься на горшок, мыть руки с мылом после туалета, пользоваться салфеткой после приема пищи.

Правило третье: дружба – это наука.

Особенно тяжело ребенку, у которого общение ограничено рамками семьи: мама, папа, бабушка. Очень тяжело такому малышу знакомиться с новыми детьми, ему хочется уединиться, спрятаться от всех. Чтобы этого не происходило, приучайте его к играм с другими сверстниками до поступления в детский сад.

Правило четвертое: а я все знаю!

Более благоприятным периодом для поступления в детский сад считается весна и лето – не откладывайте выход в сад на слякотную осень. Определившись с детским садом, надо его обязательно посетить.





Правило пятое: первый день...

Вот все позади: и семейные советы с бурным обсуждением, когда идти ребенку в сад, выбор детского сада, сбор документов. Многим родителям кажется, что все трудности позади. Если бы это было так! Случается так, что для родителей наступает пора разочарования: детские слезы, капризы, отказы идти в детский сад, бесконечные болезни, претензии и обиды в адрес воспитателей. Требуется время, чтобы семья приспособилась к новым обстоятельствам. Родителям приходится менять привычный образ жизни, подстраиваться под режим детского сада. Период адаптации индивидуален, может быть разной продолжительности. Легкая длится около месяца, при адаптации средней тяжести семья приспосабливается в течение двух месяцев, тяжелая тянется 3 месяца, и очень тяжелая адаптация занимает около полугода и больше. Иногда даже встает вопрос, стоит ли ребенку оставаться в детском саду. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом. Сейчас вы проводите меньше времени с ним – чаще обнимайте его, хвалите, общайтесь. Если ребенок готовится к детскому саду, если семья и воспитатели настроены на сотрудничество, то сложности адаптации будут сведены к минимуму.

В ваших силах сделать так, чтобы детский сад стал для ребенка вторым домом, где ему уютно, комфортно, весело, где его ждут заботливые воспитатели и хорошие друзья. Выполняйте простые правила, и вам не придется переживать за своего малыша, отдавая его в детский сад.

Успехов Вам!

