

О ЧЕМ НУЖНО ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ, ГОТОВЯ ЕГО К ДЕТСКОМУ САДУ?

1. Каждый день оставляйте время на беседы с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети играют и гуляют, маме надо заняться делами семьи).
2. Заранее спланируйте прогулки на территории выбранного учреждения. Обращайте внимание малыша на красоту территории детского сада. Акцентируйте внимание малыша на том, что скоро он сможет здесь гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем.
3. С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подросток и готовится ходить в детский сад.
4. Еще до первого посещения расскажите малышу о режиме дня в детском саду, что там делают дети и кто такие воспитатели. Это поможет малышу легче принять новизну в свою жизнь.
5. Расскажите ему, что в детском саду он сможет приобрести новых друзей. Научите его примерным фразам, словам, какими он сможет обращаться к новым своим друзьям. Почитайте стихи или детские истории о детском саде, покажите картинки.
6. Обязательно поговорите с ним о роли воспитателя. Многие дети ошибочно считают, что мама их бросила и отдала чужой тете. Научите ребенка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях.
7. Предупреждайте малыша, что могут быть и трудности из-за того, что там деток много, а воспитатель один. Обучайте его терпению. Но всегда заверяйте, что мама или папа обязательно придут за ним.
8. Поиграйте с ребенком дома в игру «Детский сад». Создайте пару типичных ситуаций, которые могут возникнуть в группе. Подскажите несколько вариантов для малыша, которые помогут ему на них реагировать. Этим вы будете закладывать основы общения и вхождения малыша в новый коллектив – в начале детский, потом школьный, а затем уже и взрослый.
9. Важное средство общения в дошкольном учреждении – это детские игрушки. Чтобы часть семейной атмосферы была с малышом, позвольте ему брать с собой любимые игрушки. Научите его делиться ими с другими детьми. Материал подготовлен для клуба Родители и дети в интернете - присоединяйтесь.

10. Обговорите с малышом, как вы будете прощаться и как встречаться в детском саду. Несколько раз проделайте несложные, но очень важные действия для малыша при прощании и встрече. Попробуйте их в будущем придерживаться.

11. Будьте уверены, что малыш готов к детскому саду, владеет всеми необходимыми навыками самообслуживания, речью, умеет заявлять о своих потребностях.

12. Поддерживайте общение с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу сына или дочери. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству. Это хороший фундамент детско-родительских взаимоотношений.

13. Конфликтные ситуации, недоразумения с воспитателем решайте без агрессии и не в присутствии ребенка. Не критикуйте детский сад, не возмущайтесь недостатками работы дошкольного учреждения при ребенке.

14. Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять больше внимания ребенку дома.

КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

Деловое сотрудничество

Если общение ребенка с мамой основано только на ласках и поцелуях, оторвать его от себя крайне сложно. Малыш должен привыкать к деловому сотрудничеству со взрослыми, то есть учиться делать что-то вместе с мамой, с бабушкой. Например, если вы собираете шариковку, то одно колечко называете взрослой, а другое – ребенком, если загружаете машинку кубиками, то отвести груз в другую комнату поручите малышу.

Понимание сверстников

Вашему сыну или дочке необходимо усвоить, что маленькие дети, которые играют во дворе не куклы, а живые существа, потому их нельзя толкать, хватать за волосы, царапать. Это с ними можно бегать, перепрыгивать, интересно играть, меняться игрушками. Старайтесь, чтобы вокруг вашего ребенка были другие маленькие дети, приглашайте их в дом, во время прогулки заговаривайте с ними увлекательные игры. Учите ребенка делиться своими игрушками, получать радость не только беречь, но и делить. Перед приходом в асли полезно познакомиться со с кем-нибудь из его будущей игровой группы.

Умение играть

Малыш, который умеет только бросать и переключать игрушки с места на место, наверняка будет скучать в детском саду. Игрушки должны быть наполнены для него смыслом. Куклу можно кормить, укладывать спать, одевать. В игрушечную машинку можно погрузить солдатиков и доставить их в другое место. Взрослый должен несколько раз проделать все это вместе с ребенком, причем с полной серьезностью, показывая всю важность этого занятия. Малыш быстро усвоит навыки обращения с игрушками, и тогда в аслах он всегда найдет себе интересное дело.

Знакомство с новыми людьми

Старайтесь, чтобы в вашем доме появились новые для малыша люди. Он должен научиться не бояться и стремиться познакомиться с ними и подружиться. В конце концов ребенок поймет, что от посторонних не исходит не какой опасности. Попробуйте иногда оставлять малыша на 2-3 часа с другими родственниками, подругой, пусть привыкает расставаться с мамой без слез и перекладываться на других людей.



КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

Можете ли вы представить, каковы впечатления ребенка, впервые попавшего в детский сад?

Представьте себе, что вы попадаете в незнакомый город с путаницей улиц, наполненный своими жителями, причем они больше вас, а есть просто гиганты. Гиганты проявляют к вам особый интерес, но их намерения пока не ясно – добрые они или не очень.

Их так много, все о чем-то говорят, бегают, иногда плачут, и нет такого места, где можно было бы от всего этого кошмара спрятаться, и нет ни одного знакомого, близкого человека, который бы объяснил, что это за люди и что за город. Помог, поддержал.

Согласитесь, Картина не из приятных. Но ведь это не что иное, как видение ситуации своего прихода в детский сад трехлетним малышом: действительно, его окружают незнакомые взрослые – воспитатели, няня, медсестра, и не просто окружают, а разговаривают с ним, что-то спрашивают, о чем-то просят, что-то требуют. И ходить по детскому саду можно – что там, за поворотом?

Безусловно, со временем малыш освоится в новой обстановке, познакомится с детьми, с воспитателем, будет ориентироваться в саду. Кто-то с первого дня почувствует себя «как дома», а у кого-то умение освоится в новой ситуации приведет к нежеланию ходить в детский сад, к конфликтам с детьми, с воспитателем.

Именно поэтому для воспитателя, впервые встречающего новую группу детей особенно важно разобраться, как дети воспринимают себя и свое окружение в детском саду и каким детям может понадобиться помощь в адаптации к детскому саду. Ну и конечно же, важно знать, как эту помощь можно оказать.



ПРИЗНАКИ ПСИХО- ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

- Трудности засыпания и беспокойный сон;
- Усталость после нагрузки, которая совсем недавно ребенка не утомляла;
- Беспорядочная общительность, плаксивость или, наоборот, повышенная агрессивность;
- Рассеянность, невнимательность;
- Отсутствие неуверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок чаще всего ищет одобрения у взрослых, буквально жмется к ним;
- Проявление упрямства;
- Постоянно сосет палец, жует что-нибудь, слишком жадно, без разбора, ест, заглатывая при этом пищу (иногда наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита);
- Боязнь контактов, стремление к уединению, отказ участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой комнате, не находя себе занятия);
- Игра с половыми органами; подергивание плечами, качание головой, дрожание рук;
- Снижение массы тела или, наоборот, проявление симптомов ожирения;
- Повышенная тревожность;
- Дневное и ночное недержание мочи, которое ранее не наблюдалось.



КАК ПОМОЧЬ ТРЕВОЖНОМУ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

- Не прилежайте тревожных детей к видам деятельности соревновательного характера;
- Не подгоняйте тревожных детей флегматического и меланхолического типов темперамента, давайте им возможность действовать в привычном для них темпе (такого ребенка можно чуть раньше, чем остальных, посадить за стол, одевать его в первую очередь и т. п.);
- Хвалите ребенка даже за не очень значительные достижения;
- Не заставляйте ребенка выступать в незнакомые виды деятельности (пусть он сначала просто посмотрит, как это делают его сверстники);
- Используйте в работе с тревожными детьми игрушки и материалы, уже знакомые им;
- Закрепите за ребенком постоянное место, кроватку;
- Попросите ребенка быть помощником воспитателю, если малыши не отходят от него.



У родителей тревожных детей тоже часто бывает повышенный уровень тревожности

Иногда это состояние взрослого невольно передается детям. Например, как показывает практика, у тревожно-мнительных матерей, чрезмерно озабоченных за здоровье своего ребенка, дети в большей степени подвержены заболеваниям.

ПОКАЗАТЕЛИ ОКОНЧАНИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА

- Бодрое, спокойное, веселое настроение ребенка в момент расставания и встреч с родителями;
- Уравновешенное настроение в течение дня, адекватное отношение к предложениям взрослых, общение с ними по собственной инициативе;
- Умение общаться со сверстниками, не конфликтовать;
- Желание есть самостоятельно, доедать положенную норму до конца;
- Спокойный дневной сон в группе до назначенного по режиму времени;
- Спокойный ночной сон, без просыпания до утра.

Если малыш с радостью и много говорит о детском саде, если спешит туда, если у него там друзья и куча неотложных дел, можно считать, что адаптационный период закончился. Вот теперь уже можно подумать о своих делах и о своих интересах, дорогие родители!



Первая обязанность

Очень важно объяснить малышу, почему он должен ходить в сад. Можно сказать, что он теперь большой, и как все большие люди, утром тоже будет уходить по делам. Мама и папа отправятся на работу, старшие дети в школу, а он в садик. Это и будет его первой обязанностью. А можно представить его новую роль как помощника маме, которая теперь сможет ходить на работу, зарабатывать деньги и, кстати, покупать новые игрушки.

Дорога из сада – время для разговоров. Как прошел день, с кем он играл, что ел? Малышу интересно рассказать о том, кто в группе плачет, кто балуется и – обязательно – кто ему нравится. Скорее всего вы и не заметите, как он начнет привносить из сада занимательные истории.

А вот чего делать нельзя: исчезать, пользуясь тем, что ребенок заигрался, пинтажировать садом и устраивать незапланированные выходные среди недели. Привыкнуть все-таки проще к тому, что ты понимаешь и осознаешь. Даже если это звучит так: вы поедите, погуляете, поспите – и я приду за тобой.

Главное – это дружба!

Пожалуй, главное в детском саду – это друзья.

Стоит помочь малышу завести друзей как можно скорее. Например, прежде чем отпустить его в детский сад на целый день, стоит на протяжении недели – другой походить погулять в этот садик в часы, когда гуляет его будущая группа (разумеется, по договоренности с воспитателем). Пусть у ребенка будет время познакомиться с детьми, привыкнуть к ним, подружиться: большинству все это проще сделать, когда где-то рядом мама, которая может и обычную игру предложить, и беседу подстроить так, чтобы малыши незаметно разговорились. Отправляться в



садик к знакомым ребятам будет совсем не страшно. Позже стоит постараться завести знакомство и с родителями и даже скооперироваться с кем-нибудь, чтобы ходить в детский сад вместе, встречаясь где-нибудь по дороге.

Где мама?

Задолго до детского сада малыш может поверить: мама может уходить, но всегда возвращается. Для «тренировки» попробуйте на короткое время оставить ребенка в компании хороших знакомых, детей и родителей. Только не забудьте предупредить малыша о своей отлучке! Очень пригодятся ребенку и навыки общения с детьми и чужими взрослыми. Поэтому стоит использовать любую возможность завести новые знакомства и расширить круг друзей малыша.



Легкое привыкание

Часто дети сами хотят пойти в детский сад. А как быть с теми, кто отходить не горит желанием туда отправиться? Что ж, сделать привыкание к детскому саду относительно легким можно и в этом случае.

Разговор о детском садике лучше начинать задолго до первого похода туда, и говорить о нем стоит, как о чем-то очень-очень привлекательном (только без вранья и фантазий, чтобы избежать разочарований).

В вашем дворе или у подруг наверняка найдутся дети, которые уже ходят в детский сад. Познакомьте их с вашим малышом, пусть «опытные» детки поделятся своими садиковскими впечатлениями. Можно сыграть и на желании большинства детей «вырасти»: «когда ты подрастешь, ты тоже будешь ходить в детский сад». Этот этап взросления можно отметить каким-нибудь дополнительным плюсом: например, разрешить новоиспеченному детсадовцу ложиться на 15 минут позже или самому выбирать, в чем идти в детский сад.

Мама может помочь и привыканию к более или менее казенной обстановке. Сегодня многие воспитатели охотно позволяют родителям провести с ребенком в группе около часа. Хорошо, если вы сами сможете показать малышу его место за столом, кроватку, туалет. И, конечно, игрушки со словами воспитания: как много, какие интересные. В садик можно взять и свою игрушку или куклу, и это будет частичкой дома в пока еще чужом месте.

КАК ПОМОЧЬ АГРЕССИВНОМУ РЕБЁНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ



Если вы замечаете у своего ребенка проявления агрессивности, необходимо вместе с психологом тщательно проанализировать ее причины, выявить трудности, испытываемые ребенком, по возможности устранить их, а затем формировать у ребенка недостающие у ребенка умения, навыки, а также установки в отношении других людей.

- ◆ Позвните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лично поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.
- ◆ Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.
- ◆ Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или вездесущие высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы «мести».
- ◆ Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь ласкать раз его приласкать или пожалеть его. Ему необходимо знать, что нужен и важен для нас.
- ◆ Позвните, что внимательность и огромное терпение со стороны взрослых – обязательное условие успеха.