

Памятка для родителей

«Ребенок поступает в детский сад. Помогите своему ребенку!»

1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях, на новогодних праздниках, ходите на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

2. Заранее познакомьтесь с режимом дня детского сада, постарайтесь максимально приблизить к нему домашний распорядок (более ранний подъем, время дневного сна и приема пищи и пр.).

3. Заранее прививайте ребенку необходимые бытовые навыки, чтобы у него не было обидных проблем, связанных с неумением что-то делать самостоятельно. Задачу самообслуживания стоит облегчить простой стрижкой, удобной одеждой без маленьких пуговиц и застежек на спине. Обувь лучше выбирать на «липучках». Постарайтесь в период адаптации не надевать ребёнку новую одежду, лучше ту, к которой он уже привык, — ему будет спокойнее. Одежда — это еще не все. Перед детским садом малышу стоит научиться еще многому: пользоваться горшком или унитазом, в том числе смывать воду; обращаться с ложкой и вилкой; вытирать рот салфеткой после еды и даже сморкаться в носовой платок.

4. Чтобы ребенок быстрее привык к мысли, что он должен ходить в детский сад, и для скорейшей адаптации к его режиму он должен с первого дня знать, что выбора у него нет — посещение садика неизбежно. Тогда все свои усилия он будет направлять на поиск положительных моментов происходящего. Либерализм лишь осложнит ситуацию. Если по часу сидеть в раздевалке, слушая душераздирающие вопли своего чада, или чередовать несколько дней пребывания в саду с неделей дома, или сократить время нахождения ребенка в группе до 1,5—2 часов в день, положение станет более тяжелым для вас, малыша и персонала детского сада. Ребенок может почувствовать, что и его родитель не готов к тому, чтобы оставить его в саду, что окончательное решение еще не принято. Это будет создавать у него ложные надежды, которые только усугубят ситуацию.

5. Познакомьтесь с воспитателями группы, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, о том, что ему нравится, а что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения приемлемы для вашего ребенка.

6. Подробнее расскажите малышу о детском садике, о том, чем он там будет заниматься. Обязательно скажите, что он уже большой, и вы гордитесь им, ведь он может теперь ходить в садик, как вы — на работу. Не забывайте оказывать ребенку эмоциональную поддержку и показывать значимость его нового социального статуса.

7. В первый день посещения садика познакомьтесь с группой вместе с ребенком. Дайте понять малышу, что новая окружающая его среда не враждебна.

8. Если ребенок не хочет идти в ясли или детский садик, объясните ему, почему это необходимо. Постарайтесь внушить, что вы отдаете его в садик не для того, чтобы избавиться от него, не потому, что он вам надоел, вы устали или у вас есть более важные дела, а чтобы интереснее и насыщеннее провести время. Постарайтесь положительно настроить малыша («Как много детей, как много игрушек! Дети весело играют, воспитательница — хорошая тетя» и пр.). Ни в коем случае нельзя силой тащить ребенка в садик, кричать на него и пугать тем, что вы его не заберете домой, если он не перестанет плакать. Постарайтесь, чтобы пребывание в детском саду не стало для ребенка психологической травмой, а напротив — радовало его.

9. Играйте с ребенком в детский сад: пусть одна из домашних игрушек исполнит его роль. Понаблюдайте, что «делает» эта игрушка, что «говорит», вместе с ребенком

помогите «найти ей друзей», с ее помощью решайте проблемы вашего малыша, ориентируя на положительные результаты.

10. Ежедневно расспрашивайте о жизни детского сада. Провожайте ребенка в группу и встречайте его с улыбкой. Удивляйтесь, хвалите ребенка. Ваша беседа должна быть эмоционально ярко окрашена. Сохраняйте радостный, приподнятый тон, показывая малышу, как нравятся вам дети в детском саду и то, чем они там занимаются. Малышу очень важно знать, что значимые для него взрослые принимают его всерьез, относятся с уважением к его проблемам, внимательно, с интересом его слушают, а то, что он говорит, оказывается действительно важным.

Итак, чтобы малыш быстрее адаптировался, нужны усилия и терпение. Проявив их, в будущем вы будете вознаграждены за это здоровьем и благополучием своего ребенка.

Подготовила педагог – психолог И.В.Гаммершмидт