

«Как подготовить ребенка к детскому саду»

Уважаемые родители!

Скоро вам и вашему ребенку предстоит начать новую жизнь. Чтобы малыш вступил в неё увереннее, был радостным и общительным, мы хотим предложить несколько рекомендаций.

Создание положительного образа детского сада. Расскажите ребенку, что такое детский сад и почему вы хотите, чтобы он, как и другие дети, тоже его посещал. Рассказывайте родным и знакомым, в присутствии малыша, с гордостью, что и ваш ребенок теперь подрос и может посещать детский сад. Никогда не высказывайте свои опасения в присутствии ребенка. Проходя мимо детского сада, с радостной интонацией напоминайте ребенку, что и он скоро будет сюда приходить.

Наладим режим. Домашний режим ребенка надо заранее приблизить к режиму детского сада, а именно:

7.00-8.00 Подъем

8.00-8.30 Завтрак

9.20-9.30 Второй завтрак

9.30-11.00 Прогулка

11.20-11.30 Обед

12.00-15.00 Дневной сон

15.10-15.20 Полдник

Если вы планируете начать ходить в сад с осени, то уже летом распорядок жизни ребенка должен быть построен так, чтобы он легко просыпался за 1-1.5 до того времени, когда вы планируете выходить из дома.

Навыки самообслуживания и личной гигиены у ребенка. И конечно, малыш должен обладать хотя бы минимальными навыками самообслуживания: самостоятельно одеваться и раздеваться, пользоваться ложкой и вилкой, уметь без помощи взрослого вымыть руки. Но пожалуй, важнее всего прочего это умение ребенка ходить на горшок.

Правильное питание - едим с удовольствием! Ещё один важный момент-питание. Многие дети очень консервативны и ко всему новому могут относиться негативно. Перепишите себе недельное меню детского сада, узнайте у воспитателя какие блюда подают чаще других и, по возможности, старайтесь время от времени готовить их дома.

Коммуникативные навыки. Обратите внимание на то, как ваш ребенок общается со сверстниками. Научите малыша знакомиться с другими детьми. Рассказывайте, что необходимо помогать другим ребятам, что драка – не способ решения конфликта. Учите малыша решать споры мирным путем, договариваться, уметь объяснить свои чувства и эмоции. Кроха должен знать, что если он кого-то обидел, необходимо извиниться, попросить прощения. Объясняйте малышу, что нельзя брать без спроса чужие вещи... Все эти правила могут показаться вам простыми и понятными, но для маленького человечка многие привычные эталоны поведения – настоящее открытие! Поговорите с ребенком о возможных трудностях, объясните, к кому он может обратиться за помощью.

И напоследок хочется напомнить о том, что в период подготовки к саду – особенно в первые дни и недели в детском коллективе – очень важно окружить малыша повышенной любовью и заботой. Конечно, вы и так очень любите и поддерживаете его. Но сейчас поддержка должна быть особенно ощутимой. Поменьше ругайте, побольше хвалите, относитесь к малышу с терпением и пониманием, чутко реагируйте на возможные страхи и неуверенность.

И помните, чем увереннее и спокойнее будут относиться родители к этому важному событию, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации у ребенка.

И обязательно настройтесь на хорошее!