

Детский сад: как правильно подготовить ребенка



Если непосредственно сам детский сад вы уже выбрали, то стоит обязательно обдумать, с какого возраста вы бы хотели отдать своего ребенка в подобное учреждение. Как правило, ясельная группа (от 1,5 до 3 лет) – это первая ступенька воспитательного процесса в детском саду. Но все же многие родители переступают через нее и решают, что их чаду лучше идти сразу же в младшую группу (с 3 до 4 лет). Но даже если вы хотите, чтобы ваш ребенок посещал ясельную группу, ходить в нее можно в разном возрасте – как в 1,5 годика, так и в 2,5. Согласитесь, по развитию и мышлению дети эти две возрастные категории детей слишком отличаются.

- ✓ *Во-первых, постарайтесь приучить ребенка к графику, по которому проводится воспитательный процесс в саду.* Завтракайте, обедайте и ужинайте примерно в то же время, когда детей кормят в садике. Спать укладывайте ребенка в то же время, когда у детей тихий час. В таком случае, вашему малышу будет значительно легче адаптироваться к новому режиму. На самом деле он для него будет привычным, просто перенесенным в новые условия.
- ✓ *Во-вторых, давайте больше шансов ребенку быть самостоятельным.* Пусть он учится одеваться, обувать тапочки, мыть руки. Дело в том, что какими бы не были хорошими воспитатели, стоит помнить о том, что у них в группе порой не один десяток детей, и они физически не успевают каждому уделять максимум внимания. Будет очень хорошо, если ваш ребенок сможет сам переобуться после прогулки или же даже просто снять с себя шапку.
- ✓ *В-третьих, старайтесь развивать речь ребенка, чтобы он мог выразить свои желания.* Таким образом, ему будет намного проще говорить воспитателю или няне о том, что он, например, захотел в туалет или попить воды.
- ✓ *Ну и еще один фактор – проводите как можно больше времени со своим чадом среди его сверстников.* Это могут быть различные игровые комнаты, детские площадки и т.п. Пусть малыш привыкает к тому, что его окружают такие же дети, и он находится в обществе, а не один.

Кроме того, родителям, которые определяют ребенка в сад, чтобы выйти с декрета на работу, стоит помнить о том, что и вам, и малышу необходим период – приблизительно месяц-два – для привыкания. В редких случаях получается так: утром привели ребенка в сад, а вечером забрали.

Как правило, привыкание ребенка к коллективу и к воспитателям начинается сначала с прогулки или с пребывания в группе в течение минут 20-30, затем время постепенно увеличивают. Вы должны быть готовы к тому, что будете на подхвате у воспитателей в случае незапланированных истерик.

Дело в том, что для того чтобы найти подход к вашему малышу сотрудникам сада необходимо время. Через месяц-два они уже будут знать особенности его характера, темперамента, предпочтения в игрушках и т.п., поэтому смогут самостоятельно справиться со слезами ребенка.

Оптимальный возраст для начала посещения детского сада

Психологи рекомендуют родителям начинать водить детей в детский сад приблизительно в 2,5 – 3 года. Малыши в данном возрасте уже владеют речевыми навыками (а некоторые уже вообще отлично говорят), осознают разницу между взрослыми и детьми, принимают авторитет старших. Именно поэтому у таких детей легче всего проходит адаптационный период.

Как подготовить ребенка к детскому саду в 2.5 года.

Если вы испытываете боязнь или страх перед тем, как отвести ребенка в детский сад, постарайтесь в первую очередь от них избавиться. Ребенку передаются ваши чувства, как бы тщательно вы их не скрывали. Если малыш будет понимать, что его мама и папа спокойны, когда он находится в детском саду, то это гарантировано поможет ему быстрой адаптации в новом коллективе.

Запомните, что ситуации в детском саду бывают разные, порой возникают конфликты у родителей и с воспитателями, и с родителями других деток в группе по поводу различных организационных моментов.

Если вы столкнулись с чем-то подобным в жизни, старайтесь при ребенке не выяснять отношения с воспитателем и никогда не обсуждать его дома с негативной стороны. Иначе у вашего чада выработается на подсознательном уровне плохое отношение к воспитателю, и он просто не захочет оставаться с ним наедине в группе. Наоборот уважительно говорите обо всем персонале садика, называйте всех по имени и отчеству, тогда и у ребенка будет уважительное отношение ко всем, да и чувствовать себя в их компании он будет уютно и безопасно.

В первые несколько недель, когда ребенок уже начинает оставаться в детском саду на целый день, по приходу домой он может вести себя излишне активно. Не пугайтесь, это вовсе не упущение в воспитании. Просто малышу приходится сдерживать свою энергию на протяжении дня, так как в новом коллективе он ее не может растратить привычным для него образом, чувствует себя скованно, вот и приходится выпускать пар только по приходу домой.

Мамочка, останься!

Не отчаивайтесь, если в первое время посещения садика ребенок будет заходить в группу со слезами на глазах. Это абсолютно нормальная реакция в этом возрасте. Просто старайтесь подбодрить малыша. Расскажите, что в детском саду его ждут новые друзья, много интересных игрушек и занятий.

Если и это не помогает, и ребенок не успокаивается, попробуйте использовать следующий метод. Например, есть у вашего чада любимый сок или хлопья, или еще что-то, что вы с ним покупаете в супермаркете. Приведите его в сад и скажите, что сейчас сходите в магазин, купите его любимый сок и вернетесь.



Дети еще не ориентируются во времени, поэтому не смогут понять, что до магазина идти 10 минут, а вас нет 3 часа. Просто им необходимо быть уверенными, что родители обязательно вернуться за ними, а как приятный бонус – они получают любимые сок, конфетку и т.д.

Только не стоит так делать ежедневно, иначе вы рискуете разбаловать ребенка своими покупками, и в дальнейшем он начнет вас этим еще и шантажировать. Используйте этот метод раз в неделю – этого вполне достаточно.

Во все остальные дни просто говорите, что придете за малышом, когда он покушает/поспит/поиграет. В целом для моральной адаптации ребенка в возрасте 1,5-2,5 года понадобится 2-3 месяца. За этот период времени малыш уже узнает и запомнит весь рабочий персонал садика и своих одноклассников, будет уверенно чувствовать себя в коллективе.

Обязательно проконсультируйтесь с врачом по поводу готовности ребенка к посещению сада. В период адаптации все дети часто болеют, так как в группе происходит постоянный обмен инфекциями между малышами, поэтому если ребенок и дома не отличается особым здоровьем, то, возможно, стоит все же предпринять меры и отложить посещение детского сада на год. За этот период специалисты рекомендуют осуществлять закаливание организма, тем самым повышая его опорные функции к острым вирусно-респираторным заболеваниям.

Закаливание ребенка перед садиком: основные принципы

Понятие «закаливание» для деток в возрасте 1-3 лет вовсе не обозначает ежедневное обтирание холодной водой. Для таких малышей существует целый ряд других эффективных процедур, которые действительно благоприятно влияют на состояние здоровья в целом.

Например, можно просто укладывать малыша спать днем дома с открытой форточкой при температуре от -15 до 0 градусов. Кроме того, разрешается снижать температуру воды во время утреннего умывания. Только процесс должен быть постепенным. Если ребенок привык к воде температурой 25 градусов, то следующим утром умойте его водой температурой 24 градуса, затем 23 и т.д. Специалисты утверждают, что оптимальное ежедневное снижение температуры воды составляет 1-3 градуса.

Точно также можно проводить закаливание ребенка и во время купания перед сном. Только это совсем не обозначает, что малыш должен все 15 минут плескаться в прохладной воде. Купать его нужно в теплой воде, а вот заканчивать процесс стоит обливанием прохладной водой.

Сначала эта вода должна быть холоднее привычной на 3 градуса, затем на 5. И так стоит довести снижение до 16-17 градусов. Т.е. купаете ребенка, как обычно, затем обливаете его ковшом прохладной воды и обтираете сухим полотенцем. Если после этого у вас получится заставить ребенка еще и голышом пробежаться по дому к своей комнате, то это будет вообще замечательно.

Выполнение всех этих рекомендаций значительно повысит опорные свойства организма, и риск заболеть ОРВИ снизится на 50 %, соответственно готовность к посещению детского сада повысится. Поэтому обязательно уделите внимание не только эмоциональной подготовке к садикам, но и физической. В таком случае адаптация пройдет быстро и незаметно.