

Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад.

Время пролетело незаметно, малыш подрос, и наступила пора познакомить его с детским садом.

Даже, если у вас есть возможность самой полностью воспитывать малыша, не спешите отказываться от места в детском саду. Общение с новыми людьми, со своими сверстниками предоставляет возможности для развития. Ребенку, не посещавшему детский сад, тяжело будет в школе. В детском саду он учится общаться в коллективе, привыкает к дисциплине.

Потребуется некоторое время, чтобы ребенок привык и приспособился к новой обстановке. Этот период называется адаптацией. Не спешите винить во всем воспитателей, если ребенок каждый день заливается слезами.

Продолжительность периода адаптации зависит не только от темперамента ребенка и психологического климата в детском саду. Очень важно, насколько ребенок готов к переменам. Чтобы период адаптации прошел безболезненно, необходимо заранее подготовить своего малыша.

Почему ребенок не хочет идти в детский сад?

Изменение распорядка дня.

Если у многих мам возникает внутренний протест при упоминании о режиме дня, что уж говорить о детях. Маме хочется выспаться. Или заняться своими делами, пока малыш сладко посапывает. И вдруг – резкие перемены

Режим дня не должен меняться резко. Постарайтесь придерживаться такого распорядка:

7-8 часов подъем;

8 30 завтрак;

10 - 11 30 прогулка;

12 30 – обед;

13-15 – сон;

15 30 полдник;

Далее – совместные игры, желательно еще одна прогулка, ужин в 18-19 часов. И, не позднее 21 часа – в кроватку.

Непривычная еда.

Вы должны знать, чем кормят детей в детском саду.

Макароны, которые большинство детей едят с удовольствием, бывают раз в 10 дней.

Поэтому постарайтесь, чтобы любимой едой у малыша были не макароны, а каши. Каша

манная, гречневая, геркулесовая, пшенная, пшеничная, ячневая – все это должно быть знакомо.

На обед – суп. Это суп на курином бульоне с макаронными изделиями, рыбный суп, рассольник, гороховый суп, щи, борщ, молочный суп.

Гарниры – тушеные овощи (капуста, лук, морковь, картошка). Пюре – чисто картофельное или с добавлением моркови.

Биточки, колеты – рыбные, куриные, говяжьи.

Запеканки – творожная, картофельная, печеночная.

Напитки – компот, чай, какао, молоко, кофейный напиток, кисель, сок.

В основном, все любят чай и сок. К киселю и компоту мало, кто приучен.

Непривычное окружение.

Постарайтесь для начала приводить малыша на прогулки в его будущую группу. Дайте ему время привыкнуть к детям и воспитателям. Пусть ребенок вместе со всеми поиграет на площадке, и поймет, как это интересно.

Самостоятельность.

Приучайте ребенка пользоваться горшком, самостоятельно одеваться и кушать. В три года малыш уже в состоянии сам надеть штанишки, обуться, держать ложку. Конечно же, ему помогут одеться и докормят. Но, желание и умение делать это самому, очень важно.

Привычные вещи.

Пусть ребенок возьмет с собой игрушку, с которой он любит играть дома. Не наряжайте во все новое – одежда тоже должна быть привычной. Когда малыш уже познакомится с детьми и привыкнет к садика – тогда можно будет похвастаться новыми нарядами.

Расставание с мамой.

Не у всех есть возможность оставить ребенка с бабушкой, тетей. Малыш привык, что рядом – только мама. Постарайтесь объяснить, что мама оставляет его ненадолго, и скоро заберет. Говорите об этом с улыбкой, уверенно.

Огромное значение имеет ваш душевный настрой. Очень часто приходится видеть, как мама, утирая слезы, пытается «вручить» упирающегося ребенка воспитателю. Если малыш плачет – вы все равно должны улыбаться. При виде маминых слез, у ребенка возникает чувство тревоги. Плачущая мама никогда не сможет убедить в том, что в садике малышу будет хорошо. Если мама плачет – значит, все плохо. Ваш позитивный настрой – тоже залог успеха.

Вы должны быть уверены в том, что ребенку будет хорошо в детском саду.

Доброжелательно общайтесь с воспитателями и помощником. Будьте уверены – они все делают для того, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно в непривычной обстановке.