



КОНСУЛЬТАЦИЯ

для родителей

Подготовка ребенка к детскому саду



Вы привели ребенка в детский сад. Это очень важный и ответственный шаг в жизни Вашего малыша, ведь в детском саду он начнет активно развиваться и взрослеть, войдет в коллектив сверстников и научится строить социальные отношения.

Процесс перехода из домашней обстановки в детский сад очень болезненно переживается ребенком, поэтому ему необходимо помочь еще на этапе подготовки к детскому саду. Начните выполнять наши рекомендации до начала посещения детского сада, и тогда Ваш ребенок легче пройдет процесс адаптации.

1. Для начала познакомьте ребенка с детским садом. Расскажите, что скоро он придет сюда и найдет много друзей. Чаще гуляйте около сада, если представится возможность – на площадках. Оставшись без мамы в детском саду, ребенку важно оказаться в знакомой обстановке.

2. Обычно родители очень переживают и тревожатся за свое чадо. Как он будет в детском саду без маминого присмотра? Не будут ли его обижать? Полюбит ли его воспитатель? Вкусно ли будут кормить? Много разнообразных вопросов интересуют и тревожат родителей. Это совершенно нормальное состояние мамы и папы. Но постарайтесь, чтобы ребенок не присутствовал при ваших обсуждениях

подобных вопросов, так как дети очень чуткие и легко ловят настроение взрослых, а значит, и сами начинают испытывать тревогу.

3. Узнайте распорядок дня в детском саду и начните его придерживаться дома. Приучайте ребенка есть, спать, гулять примерно в то же время, что и в детском саду. Детям необходима стабильность в жизни. Резкая смена уклада жизни и распорядка дня не очень благоприятно сказывается на психическом состоянии малыша. Помогите ему. Пусть режим детского сада станет для него привычным, а тем самым знакомым и естественным.

4. Приучайте ребенка к самостоятельности. Замечено, что лучше адаптируются те дети, которые меньше нуждаются в помощи взрослого. Приучите ребенка есть ложкой, пить из кружки, одеваться и обуваться. Может малыш еще не сможет застегнуть сложную застежку на обуви, но обувь - ему вполне по силам. Приучите проситься и самостоятельно ходить на горшок.

5. Отучайте ребенка от вредных привычек! Одноразовые подгузники, соски и бутылки должны остаться в прошлом. Пользование этими предметами дома сильно тормозит развитие самостоятельности ребенка.

6. Укрепляйте иммунитет ребенка. Придя в детский сад, ребенок начинает часто болеть. Основные причины две: снижение иммунитета на фоне стресса, который испытывает каждый ребенок на первых этапах посещения детского сада, а также разнообразие микрофлоры, с которой сталкивается ребенок в детском саду.

7. Помните, что на привыкание ребёнка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

**Материал подготовила: педагог-психолог
Платова Ирина Валерьевна**