



Первый раз в детский сад.

Ваш кроха начал ходить в детский сад или только собирается «нырнуть» во взрослую жизнь?

Научите его справляться с бытовыми мелочами в детском саду, чтобы ему было там комфортно.

Осваиваем горшок.



Жизнь малыша в группе будет намного проще, если он уже способен самостоятельно ходить в туалет. Освоение горшка рекомендуется начинать в полтора года, когда у малыша появляется возможность контролировать свои «интимные» процессы. Высаживайте ребёнка по определённому режиму: утром, после пробуждения, после каждого приёма пищи, перед прогулкой и после, перед сном. Только не требуйте от крохи результата любой ценой, не заставляйте сидеть «до победного».

ценой, не заставляйте сидеть «до победного».

Учим ребёнка есть самостоятельно.



Многие малыши прекрасно умеют пользоваться ложкой и вилок уже к трём годам, однако делают это так медленно и неряшливо, что мамы предпочитают сами накормить любимое чадо - так и быстрее получается, и уборки потом меньше.

Но если карапуз готовится к детскому саду, такие действия мамы оказывают ему плохую услугу.

Ведь в детском саду ребёнку придется, есть и пить

самостоятельно.

Чтобы ребёнок научился, есть самостоятельно, он должен тренироваться. Пусть ваш кроха за столом всё делает сам, даже если перепачкает одежду, стол, пол и стены. Не ругайте его, а хвалите за старания.

Режим дня для детского сада.

Даже если в семье вы придерживаетесь вольного распорядка дня, за пару месяцев до детского сада лучше отказаться от этой традиции и установить как можно более чёткий режим.

Необходимо приблизить домашние условия к особенностям детского сада: внести элементы режима, питания, прививать навыки самообслуживания и личной гигиены (одевать и снимать некоторые элементы одежды, обувь; кушать и пить самостоятельно; мыть руки с мылом и вытирать их полотенцем), выводить на прогулку на оживлённые детские площадки, учить общаться с другими детьми и взрослыми и т.п.



Режим дня

07.00 – 08.00	Прием детей
08.00 – 08.05	Общее приветствие
08.05 – 08.15	Разминка
08.15 – 08.20	Гигиенические процедуры
08.20 – 08.40	Завтрак
08.40 – 09.00	Занятия
10.30 – 10.45	Подготовка к прогулке
10.45 – 12.00	Прогулка
12.00 – 12.15	Подготовка к обеду
12.15 – 12.35	Обед
12.45 – 15.00	Сон
15.00 – 15.30	Гигиенические процедуры
15.30 – 16.10	Игры, беседы, факультативы
16.10 – 17.00	Свободная игровая деятельность
17.00 – 17.30	Чтение художественной литературы
17.30 – 17.50	Ужин
17.50 – 18.30	Прогулка
18.30 – 19.00	Уход домой

Возможно, сначала вам будет трудно это делать, и действия по часам могут показаться малышу бессмысленными.

Однако помните: это необходимо вашему ребёнку, чтобы в будущем сложности адаптации к детскому саду свелись к минимуму. Ведь невозможно организовать нормальную жизнь группы, если каждый будет делать всё что хочет и когда хочет. Это может привести к хаосу и, как следствие, к конфликтам и нервным срывам.

Совершите неформальную прогулку по территории детского сада, расскажите малышу о садике красочно и позитивно.



Старайтесь в своём рассказе показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду, расскажите, чем они занимаются: играют, рисуют, лепят, читают, поют песни, танцуют, совершают экскурсии, смотрят спектакли, празднуют Дни рождения, Новый Год и др. Скажите малышу, что он тоже вырос и может ходить в детский сад.

Воздержитесь от высказываний типа: «Не представляю, как он пойдёт в детский сад, он такой маленький (не самостоятельный, не общительный, капризный)»; «Я в ужасе, скоро в детский сад! Столько всего надо сделать, успеть...»; «Как он будет весь день без меня?»; «Теперь придётся так рано вставать...»; «Он так плохо ест, что он будет делать в детском саду?» и др.

Даже когда вы обсуждаете это по телефону, и вам кажется, что ребёнок вас не слышит, потому что занят игрой, ваши страхи, и ваша тревога передаются ему.

Самое главное положительный настрой родителей! Если Вы уверены, что садик это самое лучшее место для ребенка, что там ему будет хорошо, поверьте, ему это тоже передастся.

Не следует также страшить ребёнка грядущими изменениями: «Вот пойдёшь в детский сад, там всё по-другому будет», «Мне необходимо выходить на работу, а тебе придётся идти в детский сад», «Там с тобой церемониться не будут!», «Чужие тётки тебя научат», «В садике тебе придётся слушаться (одеваться быстро, всё есть и др.)», «Если кто-то из детей тебя будет обижать, сразу говори воспитателю», «Если тебе что-то не понравится в садике, обязательно скажи мне» и др.

Таким образом, у ребёнка изначально создаётся впечатление, что в детском саду плохо, обязательно кто-нибудь обидит, что-то будут заставлять делать, и психологически ребёнок настраивается на «войну». **Необходимо чтобы ребёнок воспринимал поступление в детский сад, как новый радостный момент своей жизни**, а не как вынужденную меру, и, тем более, не как наказание. Разговоры о детском саду должны проводиться только тогда, когда у ребёнка хорошее настроение, он готов на общение с вами, не занят интересной игрушкой, не хочет спать или есть. Не следует упоминать о предстоящем походе в детский сад, если ребёнок капризничает, плачет, устал или хочет поговорить о чём-то другом. Эти разговоры должны быть ненавязчивыми, а происходить невзначай, так, к слову, между прочим. Расскажите как там много новых игрушек, сколько новых друзей и подружек у него появится! Там добрые воспитатели и нянечки, интересные занятия. Расскажите о том, что в садике его научат рисовать, лепить, петь и танцевать!

В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3 часов. Через несколько дней малыша можно оставить до обеда, а по истечении 1-2 недель – на весь день.

Безусловно, слезы в первые дни, а может и недели неизбежны. Но поверьте, в большинстве случаев ребенок плачет только при Вас, а, зайдя в группу, быстро успокаивается.

Первое время утром можно не говорить малышу, что мы идем в садик. Идем гулять! И «догуливаем» до садика. И только когда он перестанет подниматься и отпускать Вас со слезами, по дороге можно рассказывать о садике, о том, что там сегодня будет: какие занятия, игры...

Даже если Ваш малыш еще не очень хорошо говорит, всегда спрашивайте его, что они сегодня делали в саду, во что играли, чем занимались...

Этим вы будете стимулировать развитие речи ребенка, и узнаете о том времени, которое ваш малыш проводит без Вас.

Полное привыкание к детскому саду происходит только через три месяца, а у некоторых детей и дольше. Наберитесь терпения!

Пусть ребёнок принесёт в садик любимую игрушку или вещь, которая ему будет напоминать о доме, фотографии родственников, которые войдут в групповой альбом «Моя семья».

Не пропускайте посещение детского сада без уважительной причины, это увеличит период адаптации. Если ребёнок заболел в этот период, будьте готовы начать всё сначала.

В адаптационный период воздержитесь от посещения с ребёнком мест большого скопления людей (крупные магазины, театры), не совершайте длительных поездок по городу (на экскурсию, в гости), не приглашайте домой шумных компаний. Всё это добавляет ребёнку впечатлений, которых у него итак достаточно после посещения детского сада, и может привести к перевозбуждению и переутомлению малыша и, как следствие, к нервным срывам, капризам, нарушениям сна, аппетита и стула

***БУДЬТЕ ТЕРПЕЛИВЫ!!!
РАДУЙТЕСЬ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ!!!
У ВАС ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ!!!***