

Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад

Уважаемые родители вновь поступающих детей раннего возраста!

Поступление малыша в детский сад - это новый период в жизни ребёнка, который не всем детям даётся легко. Именно поэтому необходимо крайне ответственно подойти к этому событию. В большинстве случаев поступление ребёнка в ДОО сопровождается проблемой его адаптации к новым нормам и правилам жизни. Важно плавно подготовить малыша к этим переменам психологически и позаботиться о том, чтобы процесс адаптации к ДОО прошёл менее болезненно.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека (ребёнка) в новую для него среду и приспособление к её условиям. Мы, воспитатели, стремимся к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде и всячески предупреждаем проявления тяжёлой адаптации. Ведь нам, воспитателям, важно, чтобы ребёнок был радостным и активным. Каждый родитель должен понимать, что длительность адаптационного периода будет зависеть от индивидуальных особенностей ребёнка. И поэтому необходимо спланировать отпуск, чтобы на первый месяц посещения ребёнком детского сада у вас была возможность не оставлять его на целый день. Вначале этот период будет не более 2 часов.

Постарайтесь быть спокойными и уверенными сами, не нервничайте и не показывайте тревогу накануне поступления в детский сад, чтобы ребёнок не чувствовал вашего беспокойства.

Необходимо объяснить ребёнку, что он уже большой и будет ходить в детский сад. И что для вас он, как и прежде дорог и любим.

Необходимо посетить группу, куда будет ходить ваш ребёнок, познакомиться с воспитателями, узнать режим дня группы. Дома стараться придерживаться режима детского сада.

Предлагаю **примерный режим дня для ребёнка дома:**

Режим дня ребёнка 2-3 лет.

8:00 подъем, умывание,

подготовка к завтраку

8:20-9:00 завтрак 40 мин

9:00 – 9:30 самостоятельная игра 30 мин

9:30 – 9:45 занятие 15 мин (рисование, лепка, конструирование, по желанию ребёнка)

9:45 – 11:45 прогулка 2 часа

11:50 – 12:30 обед 40 мин

12:30 – 13:00 спокойная игра, чтение книги, прослушивание музыки

13:00 – 15:00 дневной сон 2 часа

15:00 – 15:30 самостоятельная деятельность 30 мин

15:30 – 15:50 полдник 20 мин

15:55 – 16:10 Занятие 15 мин

16:10 – 19:10 прогулка 3 часа

19:30 ужин

20:00 чтение книги

20:30 сон

Так же необходимо, чтобы на момент поступления в детский сад ребёнок был здоров. Как можно раньше провести оздоровительные и коррекционные мероприятия, которые назначил врач.

Необходимо учить ребёнка навыкам самообслуживания. Хорошими помощниками в развитии навыков самообслуживания являются потешки.

При одевании.

Вот они, сапожки:

Этот- с левой ножки,

Этот с правой ножки.

Если дождичек пойдёт,

Наденем сапожки.

Этот- с правой ножки,

Этот – с левой ножки,

Вот так хорошо.

При кормлении.

Это-ложка, это чашка.

В чашке гречневая кашка.

Ложка в чашке побывала.

Кашки гречневой не стало.

Умница Катенька.

Ешь кашку сладеньку.

Вкусную, пушистую,

Мягкую, душистую.

При умывании.

Ай, лады, лады, лады,
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Маме улыбаемся.

Чистая водичка,
Умой моё личико.
Мамочке- ладошки,
А пальчики- Серёжке.

Необходимо включить в рацион ребёнка продукты, входящие в меню детского сада. Включите в меню каши, овощи, фрукты, запеканки, кисломолочные продукты: кефир, ряженку.

Продумайте гардероб ребёнка. Детская одежда должна быть из натуральных тканей, хлопчатобумажных или в комбинации с вискозой, из лёгкой натуральной шерсти. Желательно, чтобы у ребёнка на одежде был хотя бы один карман. Подбирая одежду для ребёнка, нужно избегать на ней мелких пуговиц и кнопок, крючков и шнурков. В группу лучше надеть сандалии с липучками.

Многие дети приходят в детский сад в памперсах, что крайне нежелательно. Ребёнок 2х лет уже вполне может контролировать деятельность своего организма. Если ребёнок не пользуется туалетом (горшком) и у него исключены урологические заболевания, следует выяснить причину.

Может быть, ребёнок плохо ориентируется и ему трудно найти свой горшок в комнате (горшок должен быть всегда в определённом месте, известном ребёнку.)

Причинами могут быть неумение малыша раздеваться (расстёгивать и снимать штанишки).

Неуютный горшок (острые края), ребёнок чувствует себя на нём неуютно.

В любом из подобных случаев вы должны по возможности устранить причину (поменять горшок, поупражняться в одевании, раздевании.)

Понаблюдайте за поведением ребёнка, наверняка что-то вам подскажет, как правильно поступить.

Приучайте ребёнка к горшку постепенно, не ругайте его за мокрые штанишки.

Учите ребёнка словам, обозначающим телесные функции: «писать», «какать».

Продемонстрируйте ребёнку необходимые действия, играя с куклой (есть специальные куклы, которые пьют воду, а затем имитируют

мочеиспускание). Похвалите куклу за правильное пользование горшком.

Ваши наблюдения за ребёнком, терпение и последовательность помогут вам освоить навык пользования горшком.

Забавный стишок.

Горшок-дружок.

Как тебя зовут, дружок?

А зовут меня «Горшок»

Я спасаю всех детей

От разных неприятностей.

Если будем мы дружить

Будешь ты сухим ходить!

Ты гуляй, играй, читай,

Но про меня не забывай!

Посиди, не торопись,

Сделай мамочке сюрприз.

Учите детей общаться со сверстниками, делиться игрушками.

Рассказывайте ребёнку про детский сад, зачем туда ходят дети (в саду много детишек, которые всё делают вместе: кушают, играют, гуляют), что в саду будут воспитатели, которые будут заботиться о нём и любить его).

Скорее всего, если вы постараетесь выполнять все рекомендации, ваш малыш прекрасно справится с изменениями в его жизни.

УСПЕХОВ ВАМ! ТЕРПЕНИЯ И ЛЮБВИ!