

Консультация для родителей при поступлении ребенка в детский сад.

Ребёнок поступает в детский сад

Подготовила педагог-психолог
Головко Зоя Владимировна

1. Прежде всего, убедитесь в своей уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

2. В доме необходимо создать спокойную обстановку, с пониманием относиться к эмоциональному напряжению, активным движениям и т. д. Следует пораньше укладывать малыша на ночной сон после теплой ванны. Общение с ребенком в этот период должно быть особенно ласковым.

3. Родителям заранее надо рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем дети туда ходят, почему родители хотят, чтобы малыш посещал детский сад. Целесообразно провести с ребенком беседы: «Детский сад – это такой красивый большой дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Мы бы очень хотели, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, кровати, маленькие раковинки для умывания, маленькие шкафчики, много красивых игрушек. В саду тебе будет очень интересно и весело...».

4. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло – скоро он сможет туда ходить. В присутствии малыша расскажите родственникам и знакомым о большой удаче – его приняли в детский садик.

5. Учите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени; просить, а не отнимать игрушки. А так же проявлять внимание и сочувствие к сверстникам (делиться игрушками, уступать); отзываться на просьбу сверстника, помогать ему; называть по имени и отчеству воспитателей группы, знать свое имя, бережно относиться к вещам и игрушкам.

В игре доброжелательно и с симпатией относиться к товарищам, играть вместе с другими детьми, совместно с другими детьми пользоваться игрушками.

6. Приучайте ребенка к режиму. Старайтесь, чтобы ребенок как можно больше времени проводил на свежем воздухе. Постоянно проводите расслабляющие техники, массаж, гимнастику, закаливающие процедуры. Если у малыша плохой аппетит, не кормите его насильно. Постарайтесь приблизить домашний рацион к рациону детского сада. Исключите из питания ребенка протертую пищу.

7. Собираясь в детский сад, с воспитателем группы, куда поступил ребенок, необходимо познакомиться заранее. Сообщить ему, каким ласковым словом (именем) называют дома ребенка, рассказать о его привычках, особенностях поведения и других подробностях домашней жизни.

Необходимо и в выходные дни, когда ребенок дома, придерживаться режима дня, принятого в дет. саду. Резкие изменения режима даже на протяжении нескольких дней выбивают ребенка из привычного ритма и вызывают излишнюю нервозность.

8. Если у ребенка к моменту поступления в детский сад сохранилась привычка к укачиванию или сосание соски, отучать необходимо постепенно дома.

9. Разработайте с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания – ему будет проще отпустить вас.

10. Помните, что на привыкание ребенка в детском саду может потребоваться до полугода. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации малыша.

11. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он построит взаимоотношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по имени. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Толе и т.д. Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.

12. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

13. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени – компенсируйте это качеством общения: чаще обнимайте ребенка, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте любые изменения его настроения.

14. Научите ребенка управляться с одеждой самостоятельно. Позаботьтесь о том, чтобы все вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек или пуговиц, ботинки на липучках.

В общем, главное, чтобы ребенок быстро собирался на прогулку и был аккуратным и опрятным. Чтобы ребенку было легко убирать свои вещи, позаботьтесь о петельках на одежде, удобных для ребенка. Сделайте маркировку одежды. Целесообразно указать не только имя и фамилию, но и условный символ (цветок, бабочка и т.д.), познакомьте с ним малыша, чтобы он легко узнал свою одежду. Дома организуйте вешалку для верхней одежды ребенка так, чтобы она была доступна малышу, и чтобы он сам мог самостоятельно после прогулки вешать туда свою одежду. Не делайте этого за ребенка, но наблюдайте, направляйте его, помогайте ему, напоминайте, хвалите за то, что он сам, без напоминания, убирает свои вещи на место.

Перед сном поставьте рядом с кроваткой стульчик для одежды. Приучайте его снимать одежду самостоятельно и складывать ее на стульчике, а утром надевать чистую одежду, которую вы приготовили. Стремитесь к тому, чтобы ребенок знал название одежды и правильно указывал на нее.

Когда ребенок одевается и раздевается, будьте рядом с ним, поощряйте, используя игровые приемы. При необходимости помогайте ребенку советами, выраженными в спокойном тоне. Не торопите ребенка, сохраняйте спокойствие: навык самообслуживания требует усилий, терпения и многократных повторений. Предоставьте ребенку возможность овладевать необходимыми навыками, в том числе и культурно-гигиеническими.

15. Обучайте ребенка здороваться и прощаться со взрослыми, сверстниками, употребляя слова, выражающие просьбу, благодарность (спасибо, пожалуйста); выполнять элементарные правила культурного поведения на улице и в помещении; не топтать зеленые насаждения, бросать мусор в предназначенных местах, аккуратно пользоваться туалетом, не выходить из-за стола не окончив еды, говорить «спасибо» и т.д. Необходимо помнить, что родители образец для поведения — что делают родители, то делают и дети! Приготовьте «приданное для ребенка».

Чтобы ребенок комфортно чувствовал себя в первое время, он может брать с собой из дома в детский сад игрушку, которой покажет, где его кровать, стол, какие игрушки в группе, познакомить с детьми.

Кроме того необходимо приготовить для детского сада следующее:

— Сменную обувь (тапочки или туфельки на каблук с удобной застежкой);

— 2 носовых платка;

— расческу;

— два комплекта нижнего белья;

— сменную одежду на случай, если ребенок нечаянно испачкается;

— пакет для испачканной одежды;

— запасная одежда находится в мешке на вешалке в шкафчике ребенка и т.п. (проконсультируйтесь с воспитателем). Для устранения сильного эмоционального напряжения у ребёнка в период привыкания к детскому саду мы предлагаем Вам несколько простых игр на расслабление.

ИГРЫ ДЛЯ СНЯТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ, ТРЕВОГИ, БЕСПОКОЙСТВА, ПЕРЕВОЗБУЖДЕНИЯ.

ИГРА «БУТЕРБРОД»

Игра хороша для малышей, чье беспокойство выливается в гиперактивность, для детей, которые стучат ножками при засыпании, для переутомленных детей, когда они обо все спотыкаются и на все натываются. Эта игра позволяет ребёнку почувствовать все своё тело, вернуть чувство самого себя, а также снимает эмоциональное напряжение.

Необходимо из 2-х подушек и ребёнка сделать бутерброд. Не забудьте «помазать маслом», разглаживая ребенка своими руками тщательно и нежно, но при этом, чуть надавливая и стараясь не щекотать.

Комментируйте спокойным нежным голосом все свои действия. Затем немного надавите сверху на ребенка.

! Важно! Если ребенку не нравится, то прекратите это упражнение. Дайте ребенку побыть между подушками, пусть вылезет сам, когда захочет.

ИГРА «ТЕСТО»

Ребёнка нужно «месить» нежно с любовью, как тесто. Раскатывайте тесто (поглаживанием) и вновь месите. Затем поставьте тесто «отдохнуть» в тёплое место — одеяло, а сверху ваши объятия. Как вариант, можно из ребенка испечь вкусную булочку, и тогда после теплых объятий (духовка) поглаживайте ребенка, проговаривая, какой он свежий, душистый, румяный, мягкий. После этого можно предложить ребёнку садиться за стол кушать.

Игра хорошо расслабляет, снимает напряжение и тревогу.

ИГРА «БЕРЕГ МОРЯ»

Предложите ребенку лечь на ковер и закрыть глаза, также можно использовать игру перед сном, когда ребенок лег в кровать. Вы говорите ребенку тихим голосом:

«Представь, что ты лежишь на берегу моря. Никого нет рядом, только птицы поют, волны бьются о берег и шумит ветер. Солнышко постепенно пригревает твои ручки, ножки, глазки — все тело расслаблено, тебе хорошо. Не хочется двигаться, вдали слышен шум моря – шшшшшшшшшшш, шшшшшшш. Волны набегают одна другую, пенятся, если вытянуть носочки, то можно кончиками пальцев дотянуться до воды. Под ладошкой теплый песок, мягкий, он просачивается сквозь пальцы. Удобно поддерживает голову».

Так ребенок расслабится и быстрее уснет. Если играем в эту игру днем, то заканчиваем ее так:

«Ты потихоньку потягиваешь ручки, твои ножки напрягаются. Открываем глазки, лежим, не двигаемся. Отдохнул? Теперь можно вставать». Каждому ребёнку необходимо место, где он мог бы уединиться. Игры, в которых «он прячется», т.е. уединяется, успокаивают его, когда ребенок встревожен, уставший, когда не чувствует себя в безопасности. А ещё возможность побыть в «своем месте» позволяет ребёнку восстановить личные границы.

Позаботьтесь о том, чтобы у вашего ребёнка любого возраста, было такое местечко в доме и даже в своей комнате — это могут быть домики-палатки, картонный домик, а также самодельные пещеры из простыней, или просто домик под столом.

ИГРА «ДОМИК»

В эту игру необходимо играть или позволять ребёнку играть. Иногда дети хотят, чтобы мама взяла их на ручки и покачала, как младенчика, подарите ему эту возможность.

Эта игра позволит вам успокоить ребёнка, который перевозбужден и очень активен, а также даст ребёнку почувствовать себя, свое тело. Многие детки интуитивно хотят в неё играть, залезая к вам под юбку/одеяло, после рождения брата/сестры, а также в период, когда ребёнку не хватает чувства безопасности и защищенности. Максимально прижимайте ребенка к себе, позволяя ему почувствовать ваше тепло, и качайте его как младенца.

ИГРА «МЛАДЕНЕЦ» или ИГРА «СОСИСКА»

!Важно! Как правило дети это обожают, но если ребенку не нравится, то прекратите игру. Заверните ребёнка в одеяло или в плед. Заверните, руками надавите несколько раз, позвольте ребенку ощутить всё свое тело.

Выверните одеяло, чтобы ребенок прямо покатылся, разворачиваясь.

!!!Важно!!! Голова ребёнка не должна быть завернута в одеяло!

!!Прекратите игру, если ребенку не нравится. В конце игры сделайте «потягушечки».