

*Старший воспитатель МБДОУ № 207
Липовец Ирина Григорьевна*
**СОВЕТЫ МОЛОДЫМ РОДИТЕЛЯМ:
ГОТОВИМСЯ В ДЕТСКИЙ САД.**

Сначала о том, что не надо делать.

Не надо заранее АКТИВНО приучать ребенка к самостоятельности! Ребенок лучше всего развивается в атмосфере любви и тепла. Поэтому ежедневно напитывайте ребенка своей любовью, везите на море, в деревню, если это запланировано. Играйте с ним, гуляйте, рисуйте, лепите, проводите с ним как можно больше времени. Пусть малыш к моменту прихода в садик будет довольным жизнью, беспечным и уверенным в вашей любви и в стабильности жизни!

А теперь о том, что делать нужно:

Неплохо просто гулять с ребенком мимо детского сада. Чтобы ребенку захотелось туда – на те детские площадки, играть с теми детьми. Этот прием хорошо срабатывает с активными малышами, которые активны и коммуникабельны.

Познакомьтесь с воспитателями. Можно договориться с педагогами группы, чтобы они вручили малышу в первый день, небольшой подарок как бы от себя, заранее приготовленный вами. Пусть ребенок расположится к ней!

Если ваш ребенок смотрит мультфильмы, можно невзначай включать ему мультики, где ребята и зверята ходят в садик – про пингвиненка Лоло, про свинку Пеппу.

Читайте книжки, где герои ходят в сад, чтобы ребенок воспринял детсад как норму детской жизни, это ему поможет (даже если вы сами не считаете его нормой и выход в садик вынужденный). Например, в садик ходит Карлхен. Есть книга, которая полностью посвящена отношениям ребенка и сада – «Жил-был Сережа» Оксаны Стази, часть 2. Всего в книге полсотни рассказов, из них 6 – то, что нужно: «Детский сад», «Сережа не хочет в детский сад», «Почему мама опоздала», «Что делать, чтобы не ссориться», «О

чем переживает каждая мама», «Хочу, чтобы была суббота». Первый рассказ хорошо прочесть до выхода в сад. Остальные – по мере возникновения проблем.

Объясните разницу между мальчиками и девочками, если еще не объяснили, чтобы у ребенка не было шока в совместном туалете.

Подготовка навыков:

Обязательно учите малыша одеваться самому. Не заставляйте, чтобы не вызвать отторжение, а радуйтесь каждой застегнутой самостоятельно пуговице и каждому самостоятельно надетому башмачку. Положительное подкрепление – самое эффективное.

Обязательно учитывайте при покупке одежды что уже умеет ваш малыш делать сам: выбирайте ту, что ребенок может надеть ! Штанишки на резинке лучше, чем джинсы. Футболки лучше, чем рубашки с мелкими пуговицами. Пуговицы застегивать полезно, конечно, но никто в саду не будет ждать, пока малыш справится с ними, его начнут торопить, а малыш будет нервничать. Платья для девочек берите без пуговиц и кнопок на спине. Обувь лучше на липучках, а не на застежках, зимняя — без шнурков. Примеряя обувь в магазине, дайте малышу обуться и разуться самостоятельно. Получается?

Важно, чтобы малыш сам мог сходить в туалет, ему конечно же помогут, но желательно, чтобы он мог снять и надеть все в правильном порядке — сначала трусики, потом штаны.

К чему готовиться родителям:

К тому, что поначалу придется уделять ребенку повышенное внимание дома. По возможности освободите для этого время. Самое лучшее для успешной адаптации к саду – это родительские любовь и внимание перед уходом и сразу после садика.

Истерики в адаптационный период – это нормально! Не надо их обрывать и запрещать. Ребенку надо выпустить стресс. А маме с

папой достаточно быть ласковыми и теплыми – да, именно ласкать и утешать ребенка во время истерики. Если не знаете, что ребенку сказать, просто обнимайте его молча. И терпения вам!

К сожалению, дети в первый год детского сада могут много болеть. Готовьтесь к этому морально. И заранее продумайте, кто будет сидеть с ребенком и как вы будете договариваться с работодателем.

Адаптационный период у малышей длится от двух недель до трех месяцев. Предугадать как и сколько продлится адаптация невозможно.

Важно понимать, что у ребенка в первые месяцы пребывания в детском саду повышается уровень гормонов стресса, это влияет на иммунную систему, на общее состояние и поведение ребенка.

Это значит, что на родителей временно ложится дополнительная нагрузка контейнирования детских переживаний, лечения частых детских болезней и обеспечения благоприятных условий дома, даже в случае если малыш будет вести себя из рук вон плохо. Важно, чтобы все члены семьи поддерживали ребенка и друг друга. Зачастую в период адаптации к саду не только дети, но и родители сталкиваются со сложными переживаниями – тревогой, чувством вины, беспокойством за благополучие ребенка. На этом этапе важно получать помощь.

Необходимо помнить что воспитатели группы -ваши единомышленники, поэтому все свои сомнения надо с ними обсуждать. Помимо них с вашими детками в детском саду работают различные специалисты, вы всегда можете обратиться со своими вопросами и сомнениями к заведующей,старшему воспитателю(образование- психолог), учителю-логопеду. Мы всегда открыты для общения.

И не забудьте о себе!

Главное для мамы – заранее найти кого-то, с кем вы сможете делиться своими переживаниями после того, как ребенок не будет вас отпускать утром, после жесткого разговора с воспитательницей, после детских плачей и обид.

Главное для папы – помнить, что ребенку нужна не только мамина любовь, но и ваша. И что все советы, которые даются в статьях по адаптации к садику мамам, относятся и к вам.