

Как подготовить ребенка к детскому саду (советы психолога родителям)



Вы планируете отдать ребенка в детский сад. Конечно, каждому родителю хочется, чтобы его ребенок пошел в детский сад с радостью, нашел там новых друзей, был успешным и многому научился.

Но, надо помнить, что когда ребенок впервые идет в детский сад, в его жизни происходят огромные перемены: меняется его режим дня, меняются требования к нему, он уже должен без мамы и папы справляться с множеством трудностей, быть равным среди сверстников и многое другое.

Как помочь своему ребенку быстро и безболезненно адаптироваться в детском саду?

Оказывается, это возможно, именно любящие родители могут подготовить своего ребенка к детскому саду.

Начнем мы с самого понятного и очень важного момента: навыков самообслуживания.

- **Самообслуживание** (сон, еда, одевание, горшок). Чем больше ребенок умеет делать сам, тем более защищенным и уверенным он себя чувствует. Обычно таких детей воспитатели ставят в пример другим детям, тем самым,

повышая их статус в группе и самооценку, что очень важно для дальнейших успехов Вашего малыша, его психического благополучия.

- **Опыт находиться без мамы.** Это крайне желательное условие. Важно помочь своему ребенку накопить положительный опыт общения с взрослыми и сверстниками. Организуйте совместную игру детей, ходите в гости, приглашайте гостей к себе, но не забывайте при этом, что Ваша цель – обогащение Вашего ребенка новыми контактами, новыми навыками. Время своего отсутствия увеличивайте постепенно, ориентируясь на реакцию ребенка.

- **Опыт общения с детьми** крайне важен, но не надо забывать, что дети раннего возраста не способны играть вместе, им требуется организующая и направляющая помощь взрослого. Для детей до трех лет характерна игра рядом, а дети до двух лет воспринимают сверстников как интересный, но не совсем живой предмет, т.е. они могут с интересом наблюдать друг за другом, подражать друг другу, но не могут встать на место другого, понять, что ему больно и зачастую обходятся друг с другом весьма бесцеремонно. Необходимо вводить правила поведения по отношению к другим детям, но при этом помнить, что общению, нормам поведения человек учится долго, не один год, это надо учитывать и быть терпеливыми, не требуя от ребенка слишком многого. Для начала достаточно ввести строгий запрет бить детей, кусать и т.д. и поощрять интерес своего ребенка к другим детям.



- **Игровые навыки, умение самостоятельно играть.** В раннем возрасте характерна манипулятивная игра, воспроизведение знакомых элементов сюжетной игры по подражанию. Задачей родителей является накопление ребенком игровых навыков, т.е. с ребенком обязательно надо играть. Только имея опыт совместной игры с взрослым, ребенок может научиться играть сам. Важно помнить, что игра для маленьких детей это мощнейший двигатель развития. Через игру можно привить все необходимые навыки, знания. Помимо совместной игры с взрослым у ребенка обязательно должно быть время для самостоятельной деятельности, протекающей в присутствии взрослого и в одиночестве, ребенку необходимо учиться самостоятельно себя занимать.

- **Речь.** Конечно, если ребенок освоил речь, может попросить помощи, сказать о своих желаниях, трудностях и т.д., это существенно упрощает ему общение и помогает в адаптации к детскому саду.

- **Саморегуляция, выполнение требований взрослого.**

Приходя в детский садик, ребенок сталкивается с массой новых требований и если у него нет опыта подчинения домашним требованиям,

если дома ему все позволено, или если требований и запретов дома так много, что выполнить их просто невозможно, поэтому они теряют свой смысл и по этой причине не выполняются, т.е. ребенок приходит в детский сад не готовым слышать и слушать взрослого, ему придется учиться этому в детском саду, а это гораздо сложнее для ребенка, чем рядом с любящей и терпеливой мамой.

- **Режим дня.** Желательно заранее приблизить режим ребенка к детсадовскому.

Т.о. мы рассмотрели с вами, чему **вы** можете научить детей и тем самым помочь в адаптации к детскому саду. Перечислим еще раз эти полезные навыки: самообслуживание, опыт общения с взрослыми и детьми, опыт быть без мамы, игровые навыки, опыт подчинения требованиям взрослого и режим дня.

Что еще может помочь Вашему ребенку успешно пойти в детский сад?

- В первую очередь **понимание: «Почему меня отдают в детский сад?»**

Объяснение объективных причин, одно из самых важных условий хорошей адаптации ребенка к саду – это полная его уверенность в Вашей любви к нему, что это не наказание за его плохое поведение, не признак того, что мама меня больше меня не любит, а объективная необходимость. Очень важно никогда не пугать ребенка садиком: «Вот сам не ешь, как же ты будешь в садике кушать?», «Не спишь опять, ничего, в садике тебя быстро научат», «Вот пойдешь в садик, а одеваться не умеешь, все там будут над тобой смеяться» и т.д. Наоборот, имеет смысл –

- **Создание положительной установки на детский сад:** рассказать, что в садике есть, что там делают, без преувеличений, чтобы не обманывать ребенка. Рассказать ребенку, что другие знакомые дети тоже идут в детский сад.

Хорошо, если ребенок будет в группе со знакомыми детьми.

- Так как ребенка с приходом в детский сад ждет много нового, и это может быть слишком тяжелым испытанием для некоторых детей, можно **заранее познакомить ребенка с группой, с воспитателями,** если воспитатели не возражают.

Очень полезно поддерживать тесные отношения с воспитателями, принимать активное участие в жизни группы, видя Вашу вовлеченность, и ребенку будет проще почувствовать себя причастным к саду.

- Хорошо, если **Вы** **заранее** **познакомитесь с воспитателями,** расскажите об особенностях Вашего ребенка, о своих просьбах и пожеланиях воспитателям.

- **Важную роль играет отношение родителей к детскому саду и готовность отдать ребенка.** Детям нужна ваша уверенность и настойчивость. Если у Вас негативный собственный опыт посещения в

детстве детского сада, возможно, он будет Вам мешать спокойно отдать своего ребенка в садик. Если Вас не покидает тревога за своего ребенка и она мешает Вам и ему, лучше обратиться за квалифицированной помощью к психологу.

Если кратко, что мы еще можем сделать для более успешной адаптации ребенка к детскому саду, кроме привития ему полезных навыков, о которых мы говорили в самом начале? Это: формирование у ребенка положительного настроения на детский сад, убеждение ребенка словами и своим поведением, в том, что он по-прежнему любим, а посещение садика – это объективная необходимость, которую надо принять.



Материал подготовил: педагог- психолог

Гнатюк И.Г.