Консультация для родителей. Подготовка ребенка к детскому саду



**КАК НАДО**
**готовить родителям ребёнка к поступлению в детский сад:**

* Прежде всего, Вы сами должны быть психологически готовы к расставанию. Успокойтесь и не нервничайте – любое Ваше внутреннее состояние сразу передается ребенку. В Ваших силах сделать так, что бы малыш преодолел адаптационный период без особых нервных затрат.
* Заранее узнать у врача, какой тип адаптации возможен у ребёнка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.
* Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня для ребёнка дома.
* Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и воспитателями группы, куда он в скором времени пойдёт.
* Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
* Учить ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
* Сводите малыша на экскурсию в детский сад, покажите игровую площадку. Обращайте внимание малыша на красоту территории детского сада. Акцентируйте внимание ребенка на том, что скоро он сможет здесь
гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем. Тогда это место уже не будет казаться ребенку чужим.
* Приучать ребёнка к общению с посторонними взрослыми и сверстниками.
* Научить малыша знакомиться с другими детьми, называть их по имени, просить, а не отнимать игрушки; предлагать свои игрушки, свою помощь другим детям.
* Не угрожать ребёнку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание. Фраза типа: «Не балуйся, а то  отправляю в садик!» поселит страх в душе ребенка.
* Не обещать ребенку вознаграждения за посещения сада. Дайте ему сразу понять: впереди обычная жизнь, в ней будут друзья, интересные люди, и надо в эту жизнь включаться.
* Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад. Но не идеализируйте детский сад, иначе он просто не оправдает надежд вашего малыша.
* Каждый день оставляйте время на беседы с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети играют и гуляют, маме надо заняться делами семьи).
* С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подрос и готовится ходить в детский сад.
* Поддерживайте отношения с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу сына или дочери. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству, Это хороший фундамент прочных детско-родительских взаимоотношений.
* Конфликтные ситуации, недоразумения с воспитателями решайте без агрессии и не в присутствии ребенка. Не критикуйте детский сад, не возмущайтесь недостатками работы дошкольного учреждения при ребенке.
* Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.
* Все время подтверждать ребёнку, что он для Вас, как и прежде, дорог и любим.
* Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять больше внимания ребенку дома.

**КАК НЕ НАДО**

**вести себя родителям с ребёнком, когда он начал посещать детский сад:**

* «Наказывать» ребёнка детским садом и поздно забирать домой.
* Мешать его контактам с детьми в группе.
* Все время обсуждать в присутствии ребенка проблемы, связанные с детским садом. Вам кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы, и это еще больше усиливает детскую тревогу.
* Не уменьшать, а увеличивать нагрузку на нервную систему. Водить ребёнка в многолюдные и шумные места.
* Конфликтовать с ним дома. Наказывать за детские капризы.
* В выходные дни резко изменять режим ребёнка
* Пугаться, теряться плаксивости ребенка, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.
* Пребывать в состоянии обеспокоенности, тревожности.
* Обвинять и наказывать ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От взрослых требуются только терпение и помощь.
* Планировать важные дела, выходить на работу, в первое время, когда ребенок только начинает ходить в детский сад. Родители должны знать, что сын или дочь могут привыкать к садику 2–3 месяца.
* Понижать внимание к ребенку. Рекомендуется, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

**К моменту поступления в детский сад ребенку необходимо уметь:**

* самостоятельно садится на стул;
* самостоятельно пить из чашки;
* пользоваться ложкой;

-активно участвовать в одевании и умывании — садиться на горшок.

Требования к ребёнку должны быть последовательны и доступны. Тон, которым сообщается требование, выбирайте дружественно-разъяснительный, а не повелительный.

Планируйте свое время так, чтобы в первые 2-4 недели посещения ребёнком детского сада у вас была возможность не оставлять его на целый день. Желательно **укладывать ребенка спать пораньше**, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в детский сад, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

В период адаптации важно предупреждать возможность утомления или перевозбуждения, необходимо поддерживать уравновешенное поведение детей. Будьте спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми. Радуйтесь при встрече с ребёнком, говорите приветливые фразы: я по тебе соскучилась; мне хорошо с тобой. Обнимайте ребёнка как можно чаще.

**Условия уверенности и спокойствия ребёнка — это систематичность, ритмичность и повторяемость его жизни, т. е. четкое соблюдение режима.**

**ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ…**

**ребёнок плачет при расставании с родителями**

1. Будьте спокойны, не проявляйте перед ребёнком своего беспокойства.
2. Дайте ребёнку с собой любимую игрушку, или какой-то домашний предмет.
3. Придумайте и отрепетируйте несколько способов прощания
4. ( например, воздушный   поцелуй, поглаживание по спинке и др.)
5. Будьте внимательны к ребёнку, когда забираете его из детского сада.
6. После детского сада обязательно погуляйте с ребёнком на улице.
7. Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.
8. Будьте терпеливы.

**ребёнок не хочет идти спать**

1. Замечайте первые признаки переутомления (капризничает, трет глаза, зевает).
2. Переключайте ребёнка на спокойные игры.
3. Во время ночного туалета дайте возможность поиграть с водой.
4. Оставайтесь спокойными, не впадайте в ярость из-за непослушания ребёнка.
5. Погладьте ребёнка перед сном , сделайте ему слабенький массаж.
6. Спойте ребёнку песенку.
7. Пообщайтесь с ребёнком, поговорите с ним, почитайте книгу.

**ребёнок не хочет убирать за собой игрушки**

1. Твердо решите для себя, необходимо ли это.
2. Будьте примером для ребёнка, убирайте за собой свои вещи.
3. Убирайте игрушки вместе.
4. Убирая игрушки, разговаривайте с ним, объясняя ему смысл происходящего.
5. Формулируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте.
6. Сделайте уборку игрушек ритуалом перед укладыванием спать
7. Учитывайте возраст и возможности ребёнка.

**Гораздо труднее и дольше адаптируются дети:**

• являющиеся единственными в семье;
• чрезмерно опекаемые родителями или бабушками;
• привыкшие к тому, что их капризам потакают;
• пользующиеся исключительным вниманием взрослых;
• не имеющие элементарных навыков самообслуживания;
• неуверенные в себе;
• страдающие ночными страхами;
• эмоционально неустойчивые;
• пережившие психологическую травму;
• с ярко выраженными дефектами (в более старшем возрасте);
• чьи родители слишком сильно переживают за ребенка в связи с необходимостью отдать его в детский сад.

Спасибо за сотрудничество!