

## **Консультация для родителей «Ребёнок впервые идет в детский сад»**

Подготовка малыша к поступлению в детский сад – обеспечение правильного воспитания и своевременного развития малыша, а так же укрепления его здоровья. Именно это является залогом хорошего состояния малыша как в период адаптации к дошкольному учреждению, так и в течение всего периода пребывания в детском коллективе.

Подготовка ребёнка к поступлению в дошкольное учреждение начинается задолго до фактического его оформления в ясли.

Прежде всего необходимо обратить внимание на правильную организацию режима дня – сна, кормления и бодрствования. Если имеются какие – либо отклонения от нормального режима дня, то их обязательно надо исправить. Не позднее чем за месяц до поступления ребёнка в ясли, его режим дня должен быть максимально приближен к ясельному. Очень важным моментом при этом является применение родителями правильных методов организации режима дня и воспитания. Наблюдения показывают, что в семье часто неумело организуют питание детей – долго используют бутылочку с соской (значит, плохо сформированы самостоятельные навыки в еде, не прививают элементарных гигиенических навыков, укладывают на дневной сон с укачиванием, приучают малыша к постоянному присутствию взрослого у его кроватки, организуют сон в абсолютной тишине и даже затемняют комнату. Не удивительно, что в яслях такой малыш, плохо спит, ест, капризничает. А если малыша не приучили к общению со сверстниками, к доброжелательному отношению к детям и взрослым, то он наверняка будет много плакать и скучать в яслях.

Чтобы предупредить эти нежелательные явления, надо четко следовать рекомендациям врачей, тщательно следить за состоянием здоровья ребёнка, соблюдать установленный режим дня.

До поступления в ясли отучите ребёнка от вредных привычек (засыпание с укачиванием, кормление с отвлечением книжкой, игрушками и т. п.). И, напротив приучите засыпать самостоятельно, есть ложкой, пить из чашки, играть с игрушками. Старайтесь как можно меньше брать его на руки.

Если ваш ребёнок часто болеет простудными заболеваниями, то поступления в дошкольное детское учреждение его необходимо показать врачу – отоларингологу и строго выполнять все медицинские назначения.

Кроме того, таким детям очень полезно полоскать рот и горло после еды, заниматься постоянно дыхательной гимнастикой. Родители должны следить, чтобы нос ребёнка был сухим и чистым, и регулярно проводить закаливающие процедуры, не отменяя их даже во время болезни (следует только ослабить воздействие путём уменьшения нагрузки). При повышенной нервной возбудимости ребёнка надо создать ему спокойную обстановку, обеспечить ровное отношение без окриков, и наказания со стороны окружающих. Удлините дневной сон ребёнка хотя бы на 15-30 минут. Поводите утреннюю зарядку, закаливающие процедуры (обтирание, контрастное обливание ног, душ; летом ходьба босиком). Можно делать общие ванны (хвойные или с настоями трав).

Помимо этого в период подготовки целесообразно психологически настраивать самого малыша: заинтересовать его посещением яслей, знакомство с детьми и игрушками, ни в коем случае не «пугать» яслями.

С персоналом группы, куда поступит ваш малыш, необходимо познакомиться заранее, сообщить воспитательнице и няне ласкательное имя ребёнка, к которому он привык дома, рассказать им о привычках малыша, особенностях его поведения и другие подробности домашней жизни ребёнка.

Только выполняя все медико - педагогические рекомендации, вы сможете подготовить своего ребёнка к вступлению в новую для него жизнь - жизнь в детском коллективе – без особых трудностей. Напомним ещё раз: правильно организованный в домашних условиях режим дня, хороший уход за ребёнком, своевременное развитие у него двигательных умений и гигиенических навыков – всё это облегчит процесс адаптации ребёнка к новым микросоциальным условиям.

Как организовать жизнь ребёнка в период адаптации к яслям? Прежде всего не забудьте забрать малыша из яслей пораньше. Первое время пребывания в группе – трудное, надо привыкать ко всему новому. Вначале надо приводить ребёнка на 2-3 часа, постепенно увеличивая время пребывания с учетом его поведения. Часто дети в первые 1-2 дня не плачут, так как у них в это время преобладает интерес – ориентировочная реакция на все новое. Но спустя 2 дня, они начинают капризничать, плакать и очень страдают. Если за ними долго не идут родители.

Обстановка в семье должна быть спокойная, обращение взрослых с малышом ласковое, участливое. Появление отрицательных эмоций необходимо предупреждать, переключая внимание ребёнка на что-то интересное, новое

для него. В выходные дни также следуйте ясельному режиму, не нарушайте его и в другие дни недели, когда малыш остается дома.

Если у ребёнка к моменту поступления в ясли все - же сохранились привычка к укачиванию, сосанию пустышки во время игры т. д., то отучать от нее надо постепенно, сначала дома, а потом уже в детском саду, договорившись с персоналом.

Малыш может принести в группу любимые игрушки, книжки или предметы, с которыми он не расставался дома. Это поможет ребёнку легче и безболезненно привыкнуть к дошкольному учреждению, и скоро малыш с удовольствием будет посещать ясли, ждать встречи с новыми друзьями, игрушками.

Надо помнить, что плач малыша, «пересаженного из домашнего гнезда» в детский коллектив, не просто каприз ребёнка («поплачет и перестанет»). Это проявление психического стресса, вызванного ломкой сложившихся привычек. Поэтому и рекомендуют в первое время пораньше забирать малыша домой, относиться к нему максимально бережно.