

Консультация для родителей «Как подготовить малыша к детскому саду».

Родители полуторагодовалого малыша все чаще задумываются о том, стоит ли отдавать его в дошкольное учреждение или продолжать воспитывать дома. Они понимают, что ребенку необходимо общество сверстников, что в детском саду работают специально подготовленные педагоги, но уж очень страшат постоянные разговоры о том, что дети в детском саду много плачут, часто болеют, что лучше не торопиться, а подождать, пока малыш подрастет, окрепнет, наберется сил. Конечно, в чем-то взрослые правы, в чем-то нет.

Действительно, возможно и такое, что малыш с первых дней посещения детского сада будет плакать, тяжело переживать разлуку с близкими родными и через несколько дней заболит. Не торопитесь обвинять во всем воспитателей, потому что привыкание малыша к новым для него условиям дошкольного учреждения, т. е. период адаптации, в основном зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить малыша к этому ответственному периоду в его жизни. Взрослые в семье понимают, что адаптационный период – один из самых сложных в жизни ребенка, поэтому все волнуются за него. В один из дней без всякой предварительной подготовки ребенка приводят в детский сад и оставляют одного среди незнакомых взрослых в новой для него обстановке.

Давайте попробуем посмотреть на все случившееся глазами самого малыша. В его жизни никогда ничего похожего не было. Его пугает неизвестность, окружают чужие люди, незнакомая обстановка, в которой трудно ориентироваться. Срабатывает инстинкт самосохранения, и ребенок начинает активно обороняться доступными для него способами. Он горько плачет, бунтует, отказываясь от помощи незнакомых людей, требует, чтобы рядом была мама. Родители удивляются изменениям в поведении своего милого ребенка.

Отрицательный эмоциональный настрой, отчаяние и обида на протяжении нескольких часов в день настолько действуют на малыша, что он забывает о еде, сне. Его пугают попытки воспитателей хоть как-то успокоить его. Ребенок настолько возбужден, что даже дома не может успокоиться, не отпускает от себя мать, плохо ест, во время сна вздрагивает, плачет, часто просыпается. Примерно так же проходит второй, третий день. Хрупкий детский организм не выдерживает огромных нервных перегрузок: у ребенка может подняться температура, может появиться сыпь, он может заболеть. Страдает малыш, а вместе с ним и все домашние, нелегко в этой ситуации и воспитателям группы.

Как снять эту стрессовую ситуацию и помочь ребенку? Для этого потребуются усилия всех взрослых, окружающих малыша. Дошкольное учреждение всегда готово прийти на помощь: воспитатели, медицинские работники проводят консультации для родителей о режиме дня в детском саду, о санитарно-гигиенических требованиях, закаливании ребенка, о навыках, которые необходимо формировать у детей, знакомят с примерным меню детского учреждения. Родителям необходимо прислушаться к советам дошкольных работников.

Адаптационный период условно можно разделить на несколько этапов. Подготовительный этап следует начинать за 1 – 2 месяца до приема ребенка в детский сад. В этот период необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения. Времени для этого достаточно. Постепенно можно подвести ребенка к четкому его выполнению. Когда малыш придет в группу, он так же, как все дети, охотно сядет за стол в определенные режимом часы кормления, будет испытывать потребность в отдыхе в часы сна всей группы. Его не нужно будет переучивать, ломать неправильные привычки.

В процессе подготовительного этапа нужно будет уделить внимание рациону питания, схожему с дошкольным учреждением, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки и т. д. В детском саду он не будет отказываться от знакомой пищи, не останется голодным.

Для подготовки малыша к детскому саду значимы такие моменты, как способ кормления. Укладывания спать. В групповой комнате дети едят сами, сидя за столами. Воспитатели следят, чтобы дети доели до конца, по необходимости докармливают кого-то из детей. Педагоги не смогут уделить должное внимание каждому из новеньких, которые привыкли есть через соску, сидя на руках у взрослого. То же и при укладывании спать. Все дети с помощью взрослого раздеваются и ложатся в кроватки. Воспитатель следит за тем, чтобы ребята спокойно заснули. Одного погладит, другому улыбнется, а третьему тихонько споет колыбельную. Отличные от общепринятых привычки при засыпании (укачивание на руках взрослого и т. д.) отвлекают воспитателя от выполнения его прямых обязанностей и мешают другим детям. Поэтому все коррекции следует провести в домашних условиях, делать это постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему малыша от переутомления.

В это же время необходимо обратить серьезное внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, раздеваться и одеваться в детском саду, не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на его самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на какое-то время сгладить остроту отрицательных эмоций. Самостоятельность ребенка создаст предпосылки для более быстрого установления контактов со взрослым и сверстниками.

Как только родители решат, что все эти задачи успешно выполнены и малыш подготовлен к приходу в дошкольное учреждение, наступает следующий этап – в работу включается воспитатель, который непосредственно будет рядом с ребенком в детском саду. Родители должны будут подробно и откровенно рассказать о своем малыше: что он любит есть и как ест, как засыпает, кто и как одевает его, как закалывают, как его ласково в доме называют, воспитывают строго или балуют, с чем он играет и может ли играть сам. Все этой информацией воспитатель сможет потом воспользоваться, учитывая индивидуальные особенности новенького. Да и самому ребенку это пойдет на пользу. Если он вдруг вспомнит о маме, воспитатель тут же сможет предложить ему любимую игрушку, знает, чем его легче отвлечь, успокоить.

Основной этап адаптационного периода начинается с прихода мамы с ребенком в группу детского сада. Педагог доброжелательно их встречает, обращается к малышу: «Как я рада, что ты пришел!»

Сначала воспитатель предлагает матери с малышом присесть в уголок, откуда видно все в группе. Основная задача мамы в данной ситуации – помочь ребенку в создании положительного образа воспитателя. Сидя рядом, она может сказать : «Какая добрая Татьяна Сергеевна! Видишь, как ее любят дети! » Но малышу еще нужно осмотреться в новых условиях, привыкнуть к незнакомой обстановке. Вначале он держится настороженно, старается подсесть ближе к маме. Не следует торопить его, тормошить. Пусть привыкает. Эта встреча с воспитателем и детьми не последняя.

Все зависит от поведения самого малыша. В следующий раз по предложению мамы они вместе могут подойти к игровому уголку, чтобы лучше рассмотреть все игрушки. Каждый приход в детский сад длится не более часа. Освоившись, ребенок делает первые попытки пройтись по группе. Его тянет посмотреть, что же интересного делает воспитатель. Мама одобряет такие действия малыша, подбадривает его улыбкой. Воспитатель со своей стороны тоже одобрительно улыбается, и ребенок начинает как бы играть: то приблизится к воспитателю, то прибежит назад к маме. Интересно отметить, что в это время малыш не замечает сверстников. Ему сейчас трудно расплыть свое внимание. К тому же в силу своего возраста сверстники не могут так ярко продемонстрировать свое положительное отношение к нему. Уровень их игровых умений не настолько высок, чтобы привлечь его внимание. Поэтому малыш проявляет интерес только к воспитателю. А воспитатель знает, какой игровой материал может увлечь ребенка. Он то назовет малыша ласковым именем, как зовут его дома родные, то ласково обнимет, пригласит участвовать в игре.

На фоне положительного эмоционального общения легко складывается сотрудничество взрослого и малыша. Ребенок увлечен совместными действиями, все реже его взгляд обращается к маме. Теперь она на некоторое время может выйти из группы. Если малыш заметит ее отсутствие, он тут же успокаивается, услышав заверения о том, что мама сейчас вернется. И действительно, ожидание ребенка непродолжительно, поводов для волнения нет. Так малыш начинает верить взрослому, испытывая при этом чувство физической и психической защищенности.

Наступает заключительный этап адаптационного периода. Ребенок начинает посещать группу по 2 – 3 часа в день. Дома родители, в детском саду воспитатель внимательно следят за его самочувствием, отмечают характер сна, аппетита.

При первых признаках негативных изменений можно подержать ребенка дома 2 – 3 дня, а потом опять привести ненадолго в детский сад. Следует знать, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуется настроение, самочувствие малыша, затем восстанавливается его аппетит, в последнюю очередь – сон. Поэтому ребенка в спокойной домашней обстановке кормят завтраком, после чего приводят в группу, где он вместе со всеми играет, гуляет в течение 2 – 3 часов, а на обед и сон возвращается домой.

Проявления детей чисто индивидуальны, поэтому кому раньше, кому позже можно предлагать пообедать в группе, а домой возвращаться к дневному сну, чтобы не нарушать длительность и характер сна каждого из адаптирующихся детей. Позже, если самочувствие ребенка хорошее, можно попытаться предложить ему остаться в детском саду после обеда. Воспитатель обращается к малышу: «У нас вечером будет праздник. Не уходи домой, а то ничего не увидишь. Полежи в постели, пока дети спят. Ты глаза не закрывай, так полежи, а я посижу с тобой рядом!»

Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками. Длительность адаптации зависит и от уровня развития ребенка. Если с ним систематически занимались дома и рос он человеком общительным и самостоятельным, то в группе он быстро устанавливает контакт с воспитателем, может себя занять игрой, не чувствует себя брошенным и беспомощным. Ребенок с таким уровнем развития привыкает в течение 10 – 12 дней. Если у малыша слабо развита речь, низкий уровень самостоятельности, он не может обходиться без помощи взрослых ни в игре, ни при кормлении, ни при укладывании спать. В новых для него условиях ребенок не отходит от мамы, тут же начинает плакать, если не видит ее. Период адаптации такого ребенка может растянуться до месяца.

Если родителям удалось сформировать у ребенка навыки самообслуживания. Умение играть, общаться со сверстниками, если домашний режим дня малыша совпадает с детсадовским и наметился эмоциональный контакт ребенка с воспитателем, то адаптационный период должен быть коротким и пройти безболезненно.