

Надо ли готовить ребенка к поступлению в детский сад?

Этот вопрос волнует многих родителей, но, к сожалению, его задают большей частью - слишком поздно: когда непосредственно сталкиваются с трудностями адаптации или когда до первого посещения ребенком детского сада, яслей остается совсем мало времени.

Между тем, если малыша не готовить к этому важному в его жизни событию заранее, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятными, а порой и тяжелыми переживаниями. Поскольку ребенок привык проводить все время с близкими, не исключено, что он испугается или почувствует себя одиноко, когда родные уйдут, оставят его с «чужой тетей», среди незнакомых детей. Чувство одиночества может вызвать у него угнетенное или, напротив, возбужденное состояние, что повлечет за собой нежелание есть, играть, ложиться спать. Некоторые дети не принимают предложения воспитателя поиграть с ним или со сверстниками, все время молчат, хотя и владеют речью, другие подолгу безутешно плачут, призывая маму, папу, бабушку, и успокаиваются только тогда, когда кто-либо из родных приходит, чтобы забрать ребенка домой.

Молодым родителям рекомендуется не бояться трудностей адаптационного периода, заранее готовя ребенка к поступлению в детский сад, ясли, можно избежать их. В чем же должна состоять эта подготовка?

Прежде всего, во всестороннем воспитании ребенка: физическом, умственном, нравственном, эстетическом, осуществляемым с учетом его возрастных особенностей и возможностей.

Необходимо с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, разумно одевать в соответствии с сезоном и температурой воздуха. Ни в коем случае не перегревать, не кутать, широко использовать для закаливания организма такие природные факторы, как вода, свежий воздух. С грудного возраста проводить воздушные ванны, обтирания и обливания. Взять за правило в любую погоду (кроме сильных морозов и проливных дождей) по несколько часов гулять с ребенком.

Массаж и гимнастика на первом году жизни, позднее физкультурные упражнения, достаточная двигательная активность ребенка ходьба, с преодолением небольших препятствий, а затем бег, развитие таких движений, как лазанье, метание и других, - все это будет способствовать укреплению здоровья ребенка, предохранит от простудных заболеваний, снизит их вероятность адаптационный период.

Некоторые дети отказываются идти в детский сад из-за того, что там надо спать днем; подобных трудностей не возникнет, если ребенок приучен к

выполнению режима дня, соответствующего его возрасту. То же следует сказать и о рационе. Он должен быть разнообразным. Много недоразумений возникает, когда дома ребенка кормят однообразной пищей, избирательно, предлагают только «любимые» блюда. Маленькие дети нередко бывают приучены только к манной каше, а овощные блюда, которые готовят в детском саду, отказываются есть или едят только измельченную пищу. Некоторые малыши не приучены есть обед из нескольких блюд. Советуем мамам ознакомиться с меню детского сада и готовить ребенку дома подобные блюда, тогда, придя в детский сад, он получит привычную пищу, что также облегчит ему привыкание.

Надо позаботиться и о формировании навыков и привычек, в частности связанных с едой, научить ребенка есть самостоятельно (с полутора) лет, пить из чашки, пользоваться салфеткой.

Если малыш приучен засыпать при укачивании с соской, надо еще до поступления в детский сад отучить его от этого.

Младшие дети должны пользоваться горшком, а постарше – унитазом, при этом с учетом пола ребенка.

Формируя у ребенка познавательную активность, любознательность, игровые умения, родители помогут ему быстрее сориентироваться в группе при поступлении в детский сад - воспитателю же будет нетрудно заинтересовать ребенка игрушками, вовлечь в игру или занятие. Это отвлечет его от мыслей о родных, успокоит в момент расставания, поможет интересно и содержательно провести день.

Немаловажное значение имеет развитие речи. Ребенок, который понимает объяснения воспитателя, и сам может с помощью речи выразить свои желания, вступить в контакт с воспитателями и детьми, чувствует себя лучше, легче адаптируется, чем ребенок, не владеющий речью. Но темп развития речи, особенно в два-три года жизни, различен, если ребенок слабо владеет речью, это не должно стать препятствием для поступления в детский сад. Занимаясь с малышом, развивайте у него умение слушать, отвечать на вопросы и задавать их, выполнять поручения, рассказывать об увиденном. Следует обратить внимание и на произношение: когда речь ребенка невнятна, он нервничает оттого, что его не понимают.

Исследованиями последних лет доказана исключительно важная роль в подготовке ребенка в детский сад (ясли) развития у него потребности в общении со взрослыми и детьми, а также формирования у него навыков общения, необходимых для удовлетворения этой потребности.

Родители нередко сужают круг общения маленького ребенка, ограничивая его членами семьи. Очень важно уже с первого года жизни

приучать ребенка спокойно относиться к новым людям, постепенно расширять круг общения, не ограничивая его только близкими родственниками. Целесообразно привлекать для этого отзывчивых, эмоциональных людей, способных расположить к себе ребенка. Постепенно следует расширять круг лиц, вступающих в контакт с ребенком, увеличивать продолжительность пребывания ребенка без близких. Пусть его покормят, уложат спать. И уж ни при каких обстоятельствах не следует запугивать ребенка чужими дядями и тетями, которые будто бы могут забрать его за непослушание.

В зависимости от опыта общения, имеющегося у ребенка к моменту поступления в дошкольное учреждение, намечается тактика поведения родителей и персонала. Если в группу приходит ребенок, не имеющий опыта общения со взрослыми, кроме членов семьи (чаще всего это касается детей второго-третьего года жизни), целесообразно одному из родителей попросить разрешения побыть некоторое время в группе. Важно при этом иметь в виду, что присутствие матери или отца нужно не для того, чтобы ухаживать за своим ребенком, опекать его, цель в данном случае состоит в том, чтобы помочь малышу установить контакт с воспитателем, вызвать у ребенка доверие и расположение к нему, помочь преодолеть боязнь, робость. Обратите внимание ребенка на то, что воспитатель добрый, любит детей, играет с ними, дает игрушки, кормит. Проявите свое расположение к воспитателю, посоветуйте малышу (или подведите его сами) показать воспитателю собранную пирамидку или принесенную из дома игрушку, сообщить что-то или спросить о чем-либо. Соблюдение перечисленных положений поможет ребенку безболезненно адаптироваться в яслях, в детском саду.