

В первый раз в детский сад. Как лучше подготовить малыша к новому образу жизни?



Многие родители замечают, что в первый день ребенок с удовольствием идет в детский сад. Ему нравится, что на новом месте много детей, игрушек. Но вскоре он понимает, что все не так весело, воспитатели – это не аниматоры, а в детском саду вовсе не собираются позволять ему делать только то, что нравится. После такого осознания поход в детский сад превращается в кошмар, а расставание у дверей группы разбивает сердце родителей.

Как быть? Что делать для того, чтобы Ваш ребенок быстрее адаптировался к новой реальности?

Самое главное, не надо сильно переживать, когда отправляете малыша в детский сад. Нервное настроение мамочки сразу передается ребенку. Мы не можем быть со своими детьми везде и всегда, поэтому не бойтесь приучать детей к самостоятельности.

Как надо подготовиться к первому посещению?

- Подготовку к детскому саду надо начинать дома, желательно за месяц-два. И самое первое – обратить внимание на режим дня. Лучше всего приводить ребенка к завтраку, после прихода основного потока детей. -

- Обратите внимание и на дневной сон. Дети засыпают в разное время, а нужно, чтобы он засыпал в 12.00 и вставал в 15.00. То есть график должен быть такой же, как и в садике. Бывает и так, что некоторые дети привыкли ложиться спать с мамой. Лучше постепенно научить его засыпать одного.

- Современные дети очень привередливы в еде. В последнее время стало много малышей, отказывающихся есть мясо. Кто-то не любит картошку, кому-то не нравится гречка, каши и так далее. Вот почему заранее надо вводить в рацион те продукты, которые дети едят в детском саду. В идеале родителям следует приблизить домашнее меню к садиковскому.

Не надо бегать за ребенком и кормить с ложки. Он должен быть приучен принимать пищу за столом, уметь пользоваться ложкой, пить из чашки. Для этого нужно отказаться от поильников, бутылок, непроливаек, которые не способствуют скорому взрослению.

- Кроме того, ребенок должен уметь проситься и ходить на горшок. Когда ребенок попадает в детский сад, он может не захотеть пользоваться горшком или унитазом и случится конфуз, либо будет терпеть до дома. Некоторые дети стесняются посторонних. Нужно проговорить этот момент с воспитателем заранее.

- Как помочь ребенку, если он по природе необщительный?

Легче детям, выросшим в многодетной семье, где есть сестры и братья. Тяжелее единственному ребенку в семье. Чтобы улучшить коммуникативные навыки ребёнка, необходимо почаще вводить его в детский коллектив, регулярно ходить в гости к семьям с детьми, гулять на детских площадках, играть в песочнице.

И самый важный вопрос родителей: « Как долго проходит адаптация?»

Нет однозначного ответа, как и сроков адаптации. Привыкание зависит от многого: от характера ребенка, его темперамента, умения социализироваться, общаться с людьми. Не надо сравнивать с другими детьми, с братьями, сестрами. Каждый индивидуален. Если старший брат или сестра быстро адаптировались, это вовсе не значит, что так же будет с младшим. Не торопите, будьте терпеливы. Удачи Вам и вашему малышу!