

Как подготовить ребёнка к детскому саду

В связи с тем, что поступает много вопросов об адаптации к детскому саду, предлагаю ряд рекомендаций.

Узнайте как можно больше про детский сад.

Во многих детских садах проводятся дни открытых дверей, когда можно походить по группам, посмотреть занятия, поговорить с воспитателями, заведующей. Можно, не дожидаясь такого дня, наведаться в садик (без ребенка). Важно обратить внимание на:

1. Расположение учреждения, удаленность от дома.
2. Наличие высокого, крепкого ограждения вокруг.
3. Наличие охраны.
4. Наличие детской площадки с верандой и инвентарем.
5. Оборудование групп (удобные кровати, достаточное пространство для игр и занятий, отдельная спальня и столовая зона и т.д.).
6. Как ведут себя воспитатели на прогулке, чем с детьми занимаются, во что играют.
7. Насколько чисто в группах, в коридорах и на территории.

Заранее начинайте говорить с ребенком о детском саде, обращая особое внимание на положительные стороны.

Нужно говорить о предстоящем посещении детского сада как о радостном событии, ни в коем случае не как о наказании ("вот пойдешь в сад, там не будут смотреть, что ты кашу не ешь - заставят...") Описывайте, как красочно будет на утренниках, какие интересные занятия (рисование красками, лепка, физкультура и т.д.), что в группе у каждого ребенка есть своя кровать, стульчик, что дети вместе кушают, спят, играют, гуляют на улице. Если у Вас есть теплые воспоминания о своем детсадовском детстве, поделитесь ими с ребенком. Не пугайте малыша воспитателем - настраивайте ребенка (и себя) на добро, внимание, понимание.

Ребенок должен быть готов к разлуке с Вами.

Выясните, насколько трудно ребенку оставаться без Вас. Чтобы ребенок безболезненно переносил разлуку с родителями, он должен расти в дружелюбной, гостеприимной семье, в доме - гости, родственники, малыш "выходит в свет" - общается с другими детьми в присутствии мамы. Семья, ведущая замкнутый образ жизни, не учит ребенка контактировать с незнакомыми людьми - малыш будет сильно переживать из-за разлуки с родителями. Хорошо, когда у мамы есть возможность ненадолго оставлять малыша на кого-то из семьи (папа, бабушка). Если малыш остро реагирует на расставание с родителями, до садика он не дорос. Признаки готовности к недолговременной разлуке: малыш может оставаться без родителей со

знакомыми взрослыми, легко завязывает знакомства, проявляет интерес к детям, которых видит впервые.

Необходимо, чтобы малыш был открыт для общения со сверстниками.

Чтобы в обществе своих ровесников ребенок чувствовал себя хорошо, нужно еще до начала посещения детского сада способствовать его общению с другими детьми. Если в ближайшем окружении нет сверстников, водите ребенка туда, где есть много детей. Важно объяснять ребенку поведение и чувства других детей (например, ребенок говорит, что его новый знакомый - жадина, взрослый может объяснить, что этот ребенок еще не научился играть с другими детьми, ему сложно отдать свою игрушку незнакомому ребенку, ему, наверное, грустно, может быть, у него плохое настроение, а мы можем помочь, развеселить).

Важно знать и учитывать - экстраверт или интроверт Ваш ребенок.

Важно знать об особенностях характера ребенка и учитывать их. Например, ребенок-экстраверт и ребенок-интроверт по-разному себя ведут, реагируют на замечания, адаптируются к садику. Информация об экстравертах и интровертах есть в цикле статей про типы личности В дополнение к уже написанному отмечу, что экстраверты быстрее попадают под влияние других, поэтому нужно интересоваться, с кем он дружит. Экстраверты могут быть драчливыми и сами бывают битыми, они доверчивы. При подготовке к садику нужно наладить режим дня, учить планировать свои действия и доводить их до конца. Интроверты обычно тихие, сложно определить, что у такого малыша творится в душе, такой ребенок не заводит много друзей и это - нормально, если ребенку комфортно и спокойно. Такому ребенку нужно помочь найти друзей и стараться больше ему доверять.

Определите индивидуальную готовность ребенка.

Каждый ребенок развивается индивидуально. При правильной организации дня, соблюдении режима, хорошем здоровье в 3 года малыша можно отдать в детский сад. Но взрослым часто не хватает педагогической культуры, психологических, этических, практических знаний. И ребенок приходит в сад не готовым психологически, физически, эмоционально.

Малыш должен знать значение слов "можно", "нужно", "нельзя", "опасно". При воспитании в семье необходимо соблюдать последовательность, единые требования и правила. Необходимо учитывать индивидуальные особенности нервной системы ребенка (см. статьи про темпераменты, типы личности, акцентуации т.д.).

Уравновешенные, подвижные дети. Живые, эмоциональные, преобладает хорошее, бодрое настроение. Улыбчивые, чувства легко меняются: плачет, но может легко отвлечься, успокоиться, не заикливается

на одном настроении. Разговаривают живо, с выразительной интонацией. Движения точные, быстрые. Засыпают такие дети быстро, сон глубокий. Просыпаются веселыми, бодрыми. Навыки формируются (и забываются) быстро. Также быстро меняются желания и интересы. Если такими детьми не заниматься, это может привести к отсутствию усидчивости и настойчивости. Таким детям свойственно высокое мнение о себе, стремление к лидерству. Необходимо развивать терпеливость, умение доводить начатое дело до конца.

Возбудимые, неуравновешенные дети. Эмоциональные, вспыльчивые, легко раздражаются. Сон беспокойный, но просыпаются быстро. Если с утра портится настроение, то общее состояние подавленности сохраняется надолго. Разговаривают быстро, отрывисто, выразительно, движения резкие, иногда порывистые. В преодолении препятствий настойчивы, но раздражительны, нетерпеливы. С таким ребенком нужно быть требовательным и терпеливым. Нужно объяснять то или иное требование, поручения просить проговаривать вслух ("скажи, что ты сейчас будешь делать, что сделаешь после?"). Нужно играть вместе в игры, развивающие внимание и произвольность.

Медлительные дети. Внешне малоэмоциональны. Они спокойны, уравновешенны, сдержанны. Чувства таких детей глубокие, они могут испытывать сильные привязанности. При кажущейся необщительности такие дети имеют близких друзей, при расставании с которыми долго переживают. Перед сном такой ребенок ведет себя спокойно, может долго лежать с открытыми глазами, просыпается веселым, разговаривает неторопливо. Часто не может правильно выразить мысль, хотя словарный запас богатый. К новой обстановке привыкает медленно, в общении с незнакомыми людьми скован. К любому делу готовится заранее, основательно. При воспитании такого ребенка важно обращать внимание на развитие инициативности, любознательности, важно быть терпеливым, помогать ребенку ориентироваться во времени. Надо учить ребенка выражать свои эмоции: пожалеть, порадоваться за другого, предложить свою помощь.

Чувствительные, ранимые дети. В воспитании таких детей особенно важно соблюдать режим дня, не преувеличивать их возможности, т.е. давать посильные задания и вовремя помогать. При посторонних нельзя акцентировать внимание на проявлениях застенчивости. Такие дети часто боятся спать в темной комнате, склонны и к другим страхам. У него быстро меняется настроение, причем его эмоциональное состояние зависит от настроения, поведения взрослого - Ваша раздражительность вызовет у такого малыша состояние тревожности, истерику. Важно относиться к ранимому ребенку по-доброму, с пониманием, без критики и высмеивания, тогда его страхи, застенчивость постепенно пройдут, малыш станет доверчивым и общительным. В новой обстановке чувствительный ребенок неуверен, испытывает страх, к детскому саду привыкает долго. Зато этот ребенок добрый, отзывчивый.