

Консультация для родителей

«Ура! Мы идем в детский сад!»

Как подготовить ребенка»



Уважаемые родители!

Совсем скоро произойдет ваш ребенок выйдет в первое свое самостоятельное «большое плавание» – пойдет в детский садик. Это волнительное событие для всей семьи. Чтобы процесс привыкания к новым условиям прошел легко и быстро у вас есть время подготовиться к «плаванию». Что вы можете сделать:

1. (самое главное!) взвесить все «за» и «против», твердо решить, что вам нужен именно этот детский сад и настроить себя на то, что вашему ребенку там будет хорошо. Ваша уверенность успокоит ребенка и придаст ему сил.

2. узнать по какому режиму живет детский сад и постараться приблизить к нему свой домашний режим. Поначалу это может быть сложно, особенно если вы или ваш ребенок любите долго понежиться в кровати утром и поздно ложитесь спать днем и по вечерам, но все ваши усилия в конечном итоге дадут положительный результат.

3. учить ребенка самостоятельности. Чем больше действий по самообслуживанию ребенок будет уметь совершать сам, тем увереннее он будет себя чувствовать. Ведь мамы и папы, готовых сразу прийти на помощь, рядом не будет и ему придется просить помощи у пока еще чужой тети. А просить помощи у посторонних даже взрослым не всегда хочется!

4. включить, по возможности, в рацион ребенка продукты, которые будут в детском саду. Если ребенок никогда не ел кашу, суп и овощи, или, к примеру, он еще пьет из бутылочки и ест мягкое детское питание, он, скорее всего, не сразу привыкнет к меню детского сада и это добавит ему дополнительный дискомфорт.

5. укреплять иммунитет ребенка. Попадая в новую среду, организм, естественно, начинает сопротивляться, поэтому многие дети начинают болеть. Чтобы снизить частоту заболеваний организму нужно помочь укрепить защитные механизмы. Для этого хорошо использовать закаливание, а также прогулки на свежем воздухе. Старайтесь, чтобы ребенок как можно больше двигался и подбирайте одежду по погоде.

6. познакомить ребенка с детским садом. К сожалению, сходить в детский садик сейчас нельзя, но вы можете посмотреть картинки и фото изображающие

детский сад, почитать книжки, посмотреть мультфильмы и видеоролики про жизнь в детском саду, придумать свою сказку про то, как любимый персонаж ребенка пошел в детский сад. При этом нужно помнить, что избыток информации также вредит, как и недостаток! Все должно быть в меру и своевременно! Если ребенок не хочет смотреть и слушать про детский сад, прямо сейчас – не нужно заставлять его это делать. Выберите время, когда он будет к этому готов.

7. научить обходиться без мамы. Если ребенок растет в большой семье и привык оставаться с другими людьми (бабушками, дедушками, тетями, дядями), ему будет легче расстаться с мамой и папой, приходя в детский сад. Если у ребенка такого опыта нет, ему будет поначалу сложно. Для того что облегчить ему момент расставания нужно чтобы он привык это делать со знакомыми людьми. Если такая возможность есть, ходите с ребенком в гости, оставляйте его на короткое время с людьми, которым вы доверяете, и которых знает ребенок, например, для того, чтобы сходить в магазин. Тогда ребенок привыкнет к тому, что вы, уходя всегда к нему возвращаетесь.

Будьте уверены в том, что в детском саду работают профессионалы, которым вы можете доверить своего ребенка со спокойной душой! И тогда, вы и ваш ребенок скажете:

«Ура! Мы идем в детский сад!»

Более подробно с информацией можно ознакомиться на сайтах:

1. <https://дом-родословия.пф/blog/kak-podgotovit-rebenka-k-detskomu-sadu>
2. <https://deti.mann-ivanov-ferber.ru/2019/08/27/rebenok-idet-v-detskij-sad-oshibki-roditelej-priznaki-uspeshnoj-adaptacii-i-chek-list/>
3. <https://uroki4mam.ru/kak-podgotovit-rebenka-k-detskomu-sadu>

Педагог-психолог ГБДОУ №52
Приморского района Санкт-Петербурга
Фоменко Светлана Васильевна