

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЁНКА К ПОСЕЩЕНИЮ ДЕТСКОГО САДА

1. Убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности "Садовского" воспитания. Любые ваши колебания он использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
2. 2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад. Например: «Детский сад это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих малышей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все сможешь рассмотреть, потрогать, поиграть с этими вещами. В саду дети кушают, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было там интересного, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие мамы и папы хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, приготовить "радостную коробку", выучить имена воспитателей и правила детского сада.
3. 3. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло — осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и близким в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.
4. 4. Расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности, он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, чем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что будет делать после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, что он будет делать после обеда. Вопросами такого рода вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.
5. 5. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сможет сделать, Например: "Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: "Я хочу пить", и Елена Васильевна нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу: "Воспитатель не сможет одеть сразу всех детей, тебе придется немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома. Например, вы — воспитатель, а медвежонок, за которого вам тоже придется говорить, просит пить.

6. Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», складывая туда недорогие вещи. Это могут быть небольшие игрушки, которые привлекательны для вашего ребенка и уж точно обрадуют других детей, коробочки с вложенными в них забавными предметами: красивые бумажные салфетки или лоскутки из ткани, приятной на ощупь; книжки с картинками. Возможно, вы умеете складывать оригами, тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или собачку. За лето вы наполните коробку. Тогда осенью по утрам вам проще будет отправлять малыша в детский сад: с игрушкой веселее идти и проще завязать отношения с другим ребенком.
7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки; предлагать свои игрушки, услуги другим детям.
8. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Сереже. Поощряйте обращение ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.
9. Знаете ли вы, что чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.
10. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Совершенных людей нет. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
11. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаше обнимайте ребенка. Скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда происходит что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится».
12. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпускать вас.
13. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.
14. Если через месяц ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли.
15. Если вы продолжаете испытывать потребность в совете, педагоги детского сада ждут вас! Как показывает опыт, положительный эффект имеет следующая практика введения детей в группу детского сада с учетом прогноза степени адаптации каждого ребенка. Семьи новых воспитанников имеют возможность, если не сделали этого раньше, побывать в группе, познакомиться с педагогами. Важно понимание родителями необходимости учитывать эмоциональное состояние ребенка. Если тот утром отказывается идти в сад, мама может сказать: «Да, так бывает, что иногда никуда не хочется идти. Но ведь там Светлана Борисовна, Сережа — твой друг. Они будут скучать по тебе. Я понимаю тебя, ты скучаешь по дому и маме. Но сегодня я занята, иду на работу. Давай сделаем

так: ты побудешь в саду, а я на работе договорюсь, чтобы завтра остаться с тобой дома». Воспитатель должен быть предупрежден о состоявшемся разговоре.

Внимание! Важно чувствовать грань, отделяющую уважение родителями желания ребенка и потакание детскому капризу, хорошей профилактикой утренних детских капризов является уверенность родителей в своей позиции, утро без излишней суеты, оптимизм и чувство юмора.

КАКИХ ВРАЧЕЙ НАДО ПРОХОДИТЬ ПЕРЕД ПРИХОДОМ В ДЕТСКИЙ САД.

В поликлинике, в которой наблюдается малыш, вам выдадут "Медицинскую карту ребенка для образовательных учреждений дошкольного, начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования, учреждения начального и среднего профессионального образования, детских домов и интернатов", форма №026/у-. В этом документе будут накапливаться сведения о состоянии здоровья малыша из года в год, до тех пор, пока он не достигнет семнадцати лет. Этот документ будет сопровождать его во всех детских и образовательных учреждениях. Кроме паспортных данных, в этой карте проставлены сведения о состоянии здоровья ребенка до настоящей диспансеризации, о перенесенных заболеваниях, аллергических реакциях, о проведенных профилактических прививках и т. д.

Сама диспансеризация предполагает осмотр: хирурга - для выявления возможных дефектов развития, требующих хирургической коррекции; ортопеда, который сможет выявить различные изменения осанки, начальные стадии искривления позвоночника, плоскостопие и т.д.; невропатолога, который сможет отметить особенности нервной системы ребенка, его склонность к различным невротическим реакциям; окулиста - он должен определить остроту зрения, а также необходимость его коррекции; отоларинголога, который расскажет вам об особенностях строения носоглотки малыша, о возможной склонности к заболеваниям уха, горла и носа и даст рекомендации по их профилактике; дерматолога, который оценит состояние кожи ребенка. Это особенно важно для детей с аллергическими заболеваниями; кроме того, некоторые изменения кожи, принимаемые родителями и даже врачами за так называемый диатез, могут быть проявлениями чесотки или грибковыми поражениями кожи, которые необходимо лечить; особая задача стоит перед психологом: на основании скрупулезного обсуждения с родителями и поведения ребенка он должен дать рекомендации по его индивидуальной подготовке к вхождению в детский коллектив; педиатр, после осмотра ребенка, назначает дополнительные исследования: общий анализ крови, анализ мочи, исследование кала на гельминты, в зависимости от показаний - электрокардиограмму, измерение артериального давления, ультразвуковое исследование органов брюшной полости и другие исследования, а также консультации кардиолога, нефролога, гастроэнтеролога и других специалистов.

В результате анализа всех данных о состоянии здоровья ребенка педиатром формируется полный диагноз, определяется группа здоровья малыша, дается медико-педагогическое заключение о его готовности находиться в детском коллективе общего типа.

Советы врача, диспансеризация, проведенная перед оформлением в детский

сад, должна помочь представить врачу и родителям полную картину состояния здоровья ребенка, что поможет дать рекомендации по оздоровлению его организма. Непосредственно перед самым поступлением в детский сад ребенок должен сдать анализы для исключения у него дифтерийной палочки, кишечных инфекций (срок правомочности анализов - 7 дней) и взять справку из поликлиники или санитарно-эпидемиологической станции (СЭС) об отсутствии контактов с инфекционными больными (срок правомочности справки - 3 дня).

Что же касается профилактических прививок, то к трехлетнему возрасту согласно российскому календарю прививок ребенок должен быть привит против туберкулеза, четырехкратно - против дифтерии, коклюша и столбняка (АКДС), пятикратно - против полиомиелита, однократно - против кори, краснухи, эпидемического паротита. Кроме того, многие дети могут быть привиты к этому времени против гепатита В, гепатита А, гемофильной и меннингококковой инфекций. Ежегодно детям проводится реакция Манту, и при положительном ее результате ребенок должен получить консультацию у врача-фтизиатра. Если по каким-либо причинам прививки ребенку проводились по индивидуальному графику или в связи с большим опозданием в связи с заболеваниями - вы можете нагнать график в летнее время. Прививание должно проводиться только при условии полного здоровья ребенка. Однако отсутствие "полного набора" прививок у малыша на момент оформления его в детский сад не может быть причиной отказа в приеме.

Индивидуальные особенности : Период адаптации в коллективе детского сада у каждого ребенка свой. У одного это проявляется острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ), у другого - нарушениями в работе кишечника (запоры, поносы), у третьего - раздражительностью, плаксивостью, быстрой сменой настроения и т.д. Поэтому посоветуйтесь с педиатром, наблюдающим ребенка, о назначении профилактических препаратов, которые можно применять перед поступлением в детский сад и в первые недели пребывания в нем. Привыкая новой обстановке детского сада Постарайтесь ближе к июлю погулять с ребенком около детского сада. Обращайте внимание малыша на детей, играющих на территории детского сада, особенно если среди них есть знакомые и друзья ребенка. Вы можете иногда даже встречать их у детского сада. Постепенно, подстраивайте режим дня ребенка к режиму дня в детском саду, особенно если это касается раннего вставания - не позднее восьми часов утра. После обеда ваш малыш должен спать не менее одного часа или хотя бы полежать с книгой или с игрушкой. Отойти ко сну следует не позднее 21 часа."

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ ПО АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ.

1. Необходимо отрегулировать опорожнение кишечника у ребенка, желательно в утренние часы и в домашних условиях, иначе эта проблема может стать причиной комплексов у вашего малыша.

Оптимальным временем для дефекации является время после завтрака (необходимо постараться сформировать условный рефлекс на дефекацию в одно и то же время), когда активизируется работа кишечника и максимально выражено продвижение пищи в направлении к прямой кишке. Утром ребенка надо будить с учетом времени на неторопливое посещение туалета после завтрака. Хорошо также предложить ему до завтрака выпить натошак стакан прохладной воды с

добавлением 1--2 ч. л. меда, варенья или сахара - если на эти продукты у малыша нет аллергии. Прохладная вода также стимулирует работу кишечника. Для стимуляции дефекации в питание детей необходимо ввести продукты, раздражающие кишечник: подсушенный черный хлеб, капусту, морковь, свеклу, шпинат, кабачки, инжир, финики, яблоки, чернослив, дыни, персики, тыкву, кефир, растительные жиры и увеличить количество потребляемой жидкости до 1,5-2,0 л в день. Из питания детей надо исключить продукты, вызывающие запоры: крепкий чай, какао, шоколад, гранат, кизил,. Ограничить следует чернику, груши, густые супы, рис, мучные изделия (белый хлеб, пироги, блины, печенье, макароны). Необходимо научить ребенка пользоваться туалетной бумагой - на тот случай, если опорожнение кишечника будет происходить в детском саду.

2. Малыш должен уметь самостоятельно мыть руки с мылом и сморкаться в носовой платок.

Типичные ошибки родителей

Родители, отдавая ребёнка в дошкольное учреждение, часто сталкиваются с трудностями. Рассмотрим типичные ошибки и способы их предотвращения.

В первую очередь это неготовность родителей к негативной реакции ребёнка на дошкольное учреждение. Родители бывают напуганы плаксивостью ребёнка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не мог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

Частой ошибкой родителей является обвинение и наказание ребёнка за слёзы. Это не выход из ситуации. От старших требуются только терпение и помощь. Всё, что нужно малышу, - это адаптироваться к новым условиям. Воспитатели детского сада должны быть готовы помочь родителям в этот непростой для семьи период.

В первое время, когда ребёнок только начинает ходить в детский сад, не стоит также планировать важных дел, лучше отложить выход на работу. Родители должны знать, что ребёнок может привыкать к детскому саду 2-3 месяца.

Ещё одна ошибка родителей – пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности. Они заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли «мамы» и «папы». Прежде всего им нужно успокоиться, дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передаётся им. Родителям очень важно понимать, что ребёнок проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь ещё очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы, и это ещё больше усиливает детскую тревогу.

Пониженное внимание к ребёнку также является типичной ошибкой родителей. Довольные работой ДОУ, некоторые мамы облегчённо вздыхают и уже не так много внимания, как раньше уделяют малышу. Рекомендуются, наоборот, как

можно больше времени проводить с ребёнком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она всё также рядом.

Когда малыш начинает весело говорить о садике, читать стихи, пересказывать события, случившиеся за день, - это верный знак того, что он освоился. Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребёнка, помогать ему преодолевать трудности.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Если Вы привели ребенка после начала какого-либо режимного момента, пожалуйста, разденьте его и подождите вместе с ним в раздевалке до ближайшего перерыва. Педагоги готовы беседовать с Вами о Вашем ребенке утром до 8.15 и вечером после 17.00. В другое время педагог обязан работать с группой детей, и отвлекать его нельзя. К педагогам группы независимо от их возраста необходимо обращаться на «Вы», по имени и отчеству. Спорные и конфликтные ситуации нужно разрешать в отсутствие детей. Если Вы не могли решить какой-либо вопрос с педагогами группы, обратитесь к заведующему детского сада. Просим Вас проследить, чтобы в карманах ребенка не было острых, режущих и колющих предметов. Просим не давать ребенку в детский сад жевательную резинку. Если Вы считаете необходимым давать ребенку с собой какие-то лакомства, то, пожалуйста, ограничьтесь несколькими карамельками в фантиках. В группе детям не разрешается: - бить и обижать друг друга; - брать без разрешения личные вещи, в том числе и принесенные из дома игрушки других детей; - портить и ломать результаты труда других детей; - детям не разрешается «давать сдачи». Так же, как и нападать друг на друга. Это требование продиктовано соображениями безопасности каждого ребенка. Просим Вас в семье поддерживать эти требования! Требования к внешнему виду детей:

- Опрятный вид, застегнутая на все пуговицы одежда и обувь;
- Умытое лицо;
- Чистые нос, руки, подстриженные ногти;
- Подстриженные и тщательно расчесанные волосы;
- Чистое нижнее белье;
- Наличие достаточного количества носовых платков.

Для создания комфортных условий пребывания ребенка в ДОО необходимо:

- Не менее 2-х комплектов сменного белья: мальчикам - шорты, трусики, колготки; девочкам - колготки, трусики. В теплое время - носки, гольфы.

Не менее

2-х комплектов сменного белья для сна (пижама, при необходимости пеленка, клеенка). • Два пакета для хранения чистого и использованного белья. • Белье, одежда и прочие вещи должны быть промаркированы.

СОВЕТЫ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЁНКА К ПОСЕЩЕНИЮ ДЕТСКОГО САДА

Наряду с укреплением здоровья, приведением режима дня в соответствие с условиями детского сада следует целенаправленно формировать у ребенка соответствующую возрасту форму общения со взрослыми и развивать его деятельность с предметами.

Прежде всего, вы должны установить, какие контакты предпочитает ребенок –

эмоциональные или деловые.

Задача взрослого – создать условия для выдвижения на первый план предметной деятельности.

С ребенком второго и третьего года жизни можно разыгрывать увлекательные сюжеты: это игры в дочки-матери, с животными, машинками, кубиками, конструкторами.

Каждое прочитанное малышу стихотворение можно превратить в игру-драматизацию. Вначале инициатива целиком будет принадлежать взрослому, но в силу своей природной активности он обязательно присоединится к игре.

Не забывайте поощрять любые успехи малыша. Постепенно снижайте свою активность, предоставляя ребенку большую свободу действий. Со временем вы должны поменяться с ним местами, чтобы он стал инициатором нового типа общения.

Регулярные 10-15 минутные предметные игры быстро сформируют у ребенка потребность в них. Постепенно активность малыша будет расти, и в конце концов он начнет играть самостоятельно, а желание иметь партнера вытеснит стремление все время сидеть у вас на коленях.

Играя вместе с ребенком, нужно приучать его к дисциплине, аккуратности. Он должен знать, что с игрушками следует обращаться бережно, а после окончания игры убирать их на место. Приучать к порядку лучше тоже в игровой форме.

Чтобы ребенку легче было войти в новую социальную среду, полезно поощрять его общение с посторонними (родственниками, друзьями, соседями). Постарайтесь сделать так, чтобы другие взрослые не только гладили вашего ребенка по головке или восхищались его внешностью, но и немного поиграли с ним. Избавление от чрезмерной привязанности к родным поможет малышу быстрее привыкнуть к новому окружению.

Учите ребенка играть и пользоваться предметами обихода. Предоставляйте ему возможность самостоятельных действий, постепенно приучая его к самообслуживанию. Пассивность, постоянное ожидание того, что взрослые его накормят, оденут, приласкают, поиграют с ним, препятствуют адаптации ребенка в детском учреждении.

Если ваш малыш любит играть вместе с вами, спокойно переносит разлуку, может занять себя каким-либо делом, обращаясь за помощью в случае необходимости, охотно выполняет ваши просьбы и умеет совершать простые действия по самообслуживанию, охотно идет на контакт с незнакомыми людьми, активен и доброжелателен по отношению к сверстникам, вы можете не беспокоиться о том, что у него возникнут трудности при поступлении в детский сад – он готов к изменениям в своей жизни.