



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребёнка – детский сад №110 «Теремок»

Консультация для родителей **«Как подготовить ребенка к ДОУ»**

Подготовила педагог-психолог:
Юханова Ольга Ивановна
Дата: 10.08.2022

Краснодар 2022

КАК НАДО готовить родителям ребёнка к поступлению в детский сад.

Прежде всего, **Вы сами должны быть психологически готовы к расставанию.** Успокойтесь и не нервничайте – любое Ваше внутреннее состояние сразу передается ребенку. В Ваших силах сделать так, чтобы малыш преодолел адаптационный период без особых нервных затрат.

Заранее узнать у врача, какой тип адаптации возможен у ребёнка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.

Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня для ребёнка дома.

Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.

Учить ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

Сводите малыша на экскурсию в детский сад, покажите игровую площадку. Обращайте внимание малыша на красоту территории детского сада. Акцентируйте внимание ребенка на том, что скоро он сможет здесь гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем. Тогда это место уже не будет казаться ребенку чужим.

Приучать ребёнка к общению с посторонними взрослыми и сверстниками.

Научить малыша знакомиться с другими детьми, называть их по имени, просить, а не отнимать игрушки; предлагать свои игрушки, свою помощь другим детям.

Не угрожать ребёнку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание. Фраза типа: «Не балуйся, а то отправляю в садик!» поселит страх в душе ребенка.

Не обещать ребенку вознаграждения за посещения сада. Дайте ему сразу понять: впереди обычная жизнь, в ней будут друзья, интересные люди, и надо в эту жизнь включаться.

Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад. Но не идеализируйте детский сад, иначе он просто не оправдает надежд вашего малыша.

Каждый день **оставляйте время на беседы** с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети играют и гуляют, маме надо заняться делами семьи).

С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша,

что он уже подросток и готовится ходить в детский сад.

Поддерживайте отношения с воспитателем и другими родителями. **Интересуйтесь**, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу сына или дочери. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству, Это хороший фундамент прочных детско-родительских взаимоотношений.

Конфликтные ситуации, недоразумения с воспитателями **решайте без агрессии** и не в присутствии ребенка. **Не критикуйте** детский сад, не возмущайтесь недостатками работы дошкольного учреждения при ребенке.

Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.

Все время подтверждать ребёнку, что он для Вас, как и прежде, дорог любим.

Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять **больше внимания** ребенку дома.

КАК НЕ НАДО

вести себя родителям с ребёнком, когда он начал посещать детский сад:

«**Наказывать**» ребёнка детским садом и поздно забирать домой.

Мешать его контактам с детьми в группе.

Все время **обсуждать** в присутствии ребенка проблемы, связанные с детским садом. Вам кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют беспокойство мамы, и это еще больше усиливает детскую тревогу.

Не уменьшать, а **увеличивать** нагрузку на нервную систему. Водить ребёнка в многолюдные и шумные места.

Конфликтовать с ним дома. Наказывать за детские капризы.

В выходные дни резко **изменять** режим ребёнка.

Пугаться, теряться плаксивости ребенка, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

Пребывать в состоянии беспокойности, тревожности.

Обвинять и наказывать ребенка за слезы. Это не выход из ситуации.

От взрослых требуются только терпение и помощь.

Планировать важные дела, **выходить** на работу, в первое время, когда ребенок только начинает ходить в детский сад. Родители должны знать, что сын или дочь могут привыкать к садику 2–3 месяца.

Понижать внимание к ребенку. Рекомендуются, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

К моменту поступления в детский сад ребенку необходимо уметь:

- самостоятельно садиться на стул;
- самостоятельно пить из чашки;
- пользоваться ложкой;
- активно участвовать в одевании и умывании.

Требования к ребёнку должны быть последовательны и доступны. Тон, которым сообщается требование, выбирайте дружелюбно-разъяснительный, а не повелительный.

Планируйте свое время так, чтобы в первые 2-4 недели посещения ребёнком детского сада у вас была возможность не оставлять его на целый день. Желательно **укладывать ребенка спать пораньше**, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в детский сад, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

В период адаптации важно предупреждать возможность утомления или перевозбуждения, необходимо поддерживать уравновешенное поведение детей. Будьте спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми. Радуйтесь при встрече с ребёнком, говорите приветливые фразы: я по тебе соскучилась; мне хорошо с тобой. Обнимайте ребёнка как можно чаще.

Условия уверенности и спокойствия ребёнка - это систематичность, ритмичность и повторяемость его жизни, т. е. четкое соблюдение режима.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ...

ребёнок плачет при расставании с родителями

- ✓ будьте спокойны, не проявляйте перед ребёнком своего беспокойства;
- ✓ дайте ребёнку с собой любимую игрушку, или какой-то домашний предмет;
- ✓ придумайте и отрепетируйте несколько способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и др.);
- ✓ будьте внимательны к ребёнку, когда забираете его из детского сада; после детского сада обязательно погуляйте с ребёнком на улице;
- ✓ демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу;
- ✓ будьте терпеливы.

ребёнок не хочет идти спать

- замечайте первые признаки переутомления (капризничает, трет глаза, зевает);
- переключайте ребёнка на спокойные игры;
- во время ночного туалета дайте возможность поиграть с водой;
- оставайтесь спокойными, не впадайте в ярость из-за непослушания ребёнка;
- погладьте ребёнка перед сном, сделайте ему слабенький массаж.
- спойте ребёнку песенку;
- пообщайтесь с ребёнком, поговорите с ним, почитайте книгу.

ребёнок не хочет убирать за собой игрушки

- ✓ твердо решите для себя, необходимо ли это;
- ✓ будьте примером для ребёнка, убирайте за собой свои вещи;
- ✓ убирайте игрушки вместе;
- ✓ убирая игрушки, разговаривайте с ним, объясняя ему смысл происходящего;
- ✓ формулируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте;
- ✓ сделайте уборку игрушек ритуалом перед укладыванием спать;
- ✓ учитывайте возраст и возможности ребёнка.

Гораздо труднее и дольше адаптируются дети:

- чрезмерно опекаемые родителями или бабушками;
- привыкшие к тому, что их капризам потакают;
- пользующиеся исключительным вниманием взрослых;
- не имеющие элементарных навыков самообслуживания;
- неуверенные в себе;
- страдающие ночными страхами;
- эмоционально неустойчивые;
- пережившие психологическую травму;
- с ярко выраженными дефектами (в более старшем возрасте);
- чьи родители слишком сильно переживают за ребенка в связи с необходимостью отдать его в детский сад.

Спасибо за сотрудничество!