

## ***Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад.***

Этот вопрос волнует многих родителей, но к сожалению, его задают большей частью слишком поздно: когда непосредственно сталкиваются с трудностями адаптации или когда до первого посещения детского сада остается совсем мало времени.

Между тем, если малыша не готовить к этому важному в его жизни событию заранее, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятностями, а порой и тяжелыми переживаниями. Поскольку ребенок привык проводить все время с близкими, не исключено, что он испугается, почувствует себя одиноко, когда родные уйдут, оставив его с «чужой» тетей, среди незнакомых детей. Чувство одиночества может вызвать у него угнетенное или, напротив, возбужденное состояние, что повлечет за собой нежелание есть, играть спать. Некоторые дети не принимают предложение воспитателя поиграть, все время молчат, хотя и владеют речью; другие подолгу плачут, призывая маму, бабушку...

Физическое и психическое состояние у маленьких детей очень тесно взаимосвязаны, поэтому трудное течение адаптации может сопровождаться и вегетативными явлениями – дети легко заболевают.

Родители, как правило, винят в этом детский сад, не предполагая, что причина – в их педагогической неосведомленности, незнании как правильно подготовить ребенка к поступлению в детский сад.

Однако, хочу подчеркнуть, что все перечисленные явления вовсе не являются неизбежными спутниками периода адаптации. Многие дети проходят его успешно и привыкают к новым условиям быстро и без слов. Тем не менее желательно родителям малышей знать правила подготовки к детскому саду.

Прежде всего всестороннее воспитание ребенка: физическое, умственное его развитие с учетом возрастных особенностей. Ребенка следует приучить к режиму дня с обязательным сном после обеда. Надо позаботиться с формированием навыков и привычек - научить ребенка есть самостоятельно, пить из чашки, умываться и пользоваться полотенцем. Если малыш засыпает с соской, надо заблаговременно отучить его от этой привычки. Младшие дети должны уметь пользоваться горшком, старшие – унитазом.

Немаловажное значение имеет развитие речи. Ребенок, который понимает объяснение воспитателя и сам может с помощью речи выразить свои желания, чувствует себя лучше. Следует обратить внимание и на произношение: если речь ребенка невнятна, он нервничает от того, что его не понимают.

Важна также роль в развитии у него потребности общаться, а также и формировании навыков общения со взрослыми и детьми. Родители нередко ограничивают круг общения ребенка членами семьи. Дети, которые привыкли к общению не только с близкими, но и с другими взрослыми, легко вступают в контакт и с воспитателем, период адаптации протекает у них легче. Однако

взрослые сами как правило идут на контакт с ребенком, инициатива исходит от них. Иначе дело обстоит со сверстниками. Здесь ребенка надо научить самому делать шаг навстречу. Во время прогулок рационально поощрять общение с другими детьми, знакомиться, обмениваться игрушками. Если ваш ребенок общителен – это большой шанс, что адаптация его к детскому саду пройдет безболезненно.

И еще очень важно: встретьтесь с воспитателем, расскажите о привычках своего малыша, о его умениях и навыках.

В целях предупреждения отрицательных эмоций не следует резко изменять привычный уклад жизни ребенка. Особенно тяжело переносят разлуку с родителями, если их приводят к 8 часам и оставляют до вечера.

Целесообразно приводить ребенка в первые дни только на прогулку. На прогулке легче ориентироваться в окружающем, легче познакомиться с воспитателем и детьми, так как условия здесь напоминают условия двора.

Если ребенок теряется, жмется к маме, не надо настаивать, чтобы он сразу подошел к незнакомому человеку, пусть немного освоится. Лучше найти возможность, побеседовать втроем, дать ребенку рассмотреть какую-нибудь игрушку, понаблюдать за детьми.

Случается, что ребенок не плачет, но не играет, подавлен. Его состояние должно беспокоить не меньше. Родителям таких детей хочу посоветовать сократить время пребывания ребенка в детском саду на первых порах до минимума, а домашние условия максимально приблизить к детскому саду в организации режима.

Родителям можно предложить пройти в группу детского сада вместе с ребенком. Поддержка, теплота, уверенность в том, что мама рядом, помогает освоиться в новой обстановке. Мама вместе с ребенком рассматривает игрушки, играет с детьми. Временное присутствие близкого человека дает возможность спокойно ориентироваться в окружающем.

В привыкании к новым условиям важную роль играет интимизация предметов, возможность принести с собой любимую игрушку. Это создает для ребенка фон уверенности, обеспечивает психологический комфорт.