



при поддержке Правительства Вологодской области

Социальный марафон "Дорогами добра"



Информационный блокнот для специалиста "Мой ребенок идет в детский сад"



Автономная некоммерческая организация
"Центр социальных инноваций "Вместе!"
Город Череповец
Тел 89315101615, e-mail:vmesteFPDZ@mail.ru
<https://vk.com/public179289388>

Мой ребенок идет в детский сад

Уважаемые родители! Готовиться к поступлению в детский сад нужно обязательно. Потому что период адаптации к ДООУ, отрыв от дома и от родных, встреча с новыми незнакомыми людьми и незнакомой обстановкой являются серьезным стрессом для ребенка. Также важно понимать, что адаптация к детскому саду ребенка с нарушениями в развитии имеет ряд особенностей и трудностей, к которым родители должны подготовиться заранее.

Рекомендации для успешной адаптации:

- ❖ Постарайтесь приблизить режим дня дома к режиму дня в детском саду, вводите в рацион питания блюда из меню детского сада.
- ❖ Постарайтесь своевременно отучить ребенка от груди или бутылочки.
- ❖ Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. Не обсуждайте при ребенке волнующие вас проблемы.
- ❖ Учите ребенка общаться. Водите его гулять на детские площадки, наблюдайте как он взаимодействует со сверстниками и другими взрослыми.
- ❖ Оставляйте ребенка с другими близкими и знакомыми, сначала ненадолго, а затем увеличивайте время. Объясняйте, что у вас есть дела, работа.
- ❖ Мотивируйте ребенка на посещение детского сада: «Тебе повезло», «Ты уже большой», рассказывайте про детский сад, что его ждет. Играйте дома в «Детский сад», читайте книжки, сказки, смотрите мультфильмы про детский сад.
- ❖ Не забывайте говорить малышу, что вы его обязательно заберете из детского сада и комментируйте, когда вы его заберете (например, когда поспишь).
- ❖ Никогда не уходите незаметно, не предупредив малыша об этом, вы рискуете подорвать доверие к себе. Продумайте ритуал прощания.
- ❖ Не стоит сильно нервничать и показывать свою тревогу, когда отводите малыша в детский сад. Ребенок будет это чувствовать и копировать ваше поведение. Уходя – уходите. Дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.
- ❖ Посещайте с ребенком адаптационные занятия в детском саду. Это поможет смягчить его адаптацию.
- ❖ Предупредите заранее педагогов и специалистов о личностных особенностях вашего малыша, о трудностях в его развитии, об имеющихся диагнозах, а также имеющейся аллергии.
- ❖ Заранее узнайте номера телефонов детского сада и в случае болезни ребенка или опоздания не забудьте позвонить в детский сад и предупредить персонал.
- ❖ Активно сотрудничайте с педагогами, посещайте родительские собрания, клубы, консультации специалистов. Там вы можете получить ответы на волнующие вас вопросы.

Что должен уметь ребенок:

1. Соблюдать режим дня в детском саду и дома.
2. Проситься в туалет и пользоваться горшком.
3. Самостоятельно мыть руки с мылом, пользоваться полотенцем и носовым платком.
4. Самостоятельно есть ложкой и пить из чашки.
5. Самостоятельно засыпать в своей кроватке.
6. Обращаться к взрослому, просить о помощи.

Ритуалы прощания

❖ Наблюдайте, если ребенок закатывает истерики перед мамой, может лучше в детский сад отводить его другому член семьи (папе, бабушке и пр.)

❖ Поцелуйте ребенка, словно ничего не происходит, и уходите не задерживаясь.

❖ Продемонстрируйте свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему со словами типа: «Я вижу, у вас сегодня ожидается веселый день».

❖ Не затягивайте утреннее прощание. Не нужно стоять над малышом с грустным лицом, если он капризничает. Быстро прощайтесь и уходите. Воспитатель быстро найдет способ, как его отвлечь.

❖ Скажите ребенку, как он может определить время, когда вы должны за ним прийти (например, сразу после обеда), но тогда уж будьте точны.

❖ Забирать малыша в первый день желательно уже через пару часов и постепенно увеличивать время.

❖ Не забудьте похвалить его в те дни, когда ваше расставание будет проходить спокойно.

Чтобы облегчить этот болезненный процесс расставания, придумайте вместе с ребенком ритуал прощания. Спросите у крохи, или понаблюдайте, хочет ли он, чтобы вы его поцеловали, обняли, погладили по головке, подержали на ручках, посидели вместе в раздевалке, помахали в окошко рукой перед тем, как уйти. Пусть это будет, как игра, можно даже порепетировать несколько раз дома, как вы будете прощаться.

Обязательно выделяйте на ритуал прощания с ребенком время с запасом. Если вы будете нервничать или раздражаться из-за того, что опаздываете на работу, то ваше настроение мгновенно передастся ребенку, а дети все чувствуют.

Вы обязательно заметите уже через несколько дней, как снизится эмоциональное напряжение во время утренних расставаний с ребенком.

Удачи вам!