

Скоро в садик я
пойду.



Добрые советы заботливым родителям.

К маме крошка сын пришел,
И спросила кроха:
- Мама, в яслях хорошо
- или может, плохо?

- Ясли – домик во дворе,
Он зимою в серебре.
Летом здесь цветы, песочек,
Это детства островочек.
Там научишься общаться
И, играя, развиваться,
Там занятия, внимание,
И конечно воспитание.

Видишь, как здесь хорошо,
Хватит всем игрушек.

Здесь друзей себе найдёшь
И девочек – подружек.
Здесь мы будем кушать кашку,
Здесь горшочки встали в ряд,
Там кроватка ваша-
Днём ребятки сладко спят.

Вот уже готова кашка,
Вымой ручки и за стол.
А потом пойдём гулять мы,
На участки хорошо.
Вот два месяца прошло,
И сказала кроха:
- Ясли – это хорошо,
Без друзей быть плохо.

Скоро Вам вместе с Вашим малышом предстоит начать новую жизнь. Вам хочется, чтобы малыш вступил в неё радостным, общительным, повзрослевшим. Однако, все родители испытывают естественные опасения: как встретят вашего малыша, будет ли ему в детском саду хорошо.

Вы беспокоитесь и о том, как Ваш малыш отреагирует на большое количество детей и взрослых, на незнакомую обстановку, какие у него сложатся отношения, будут ли его любить так же, как любите его Вы.

Для Вас, Ваш ребёнок, самый лучший, самый красивый, самый дорогой и любимый. «Никакие сокровища в мире мы не согласились бы тебя променять, Малыш, даже за «сто тыщ миллионов» - Так думаете и Вы.

Может Вы, испытываете чувство тревоги при расставании с ребенком, либо, наоборот. Вам неловко от того что, иногда просто хочется отдохнуть от своего малыша.

Кроме того, Вас заботит и здоровье ребёнка. Будет ли он болеть во время адаптации, какие эмоции будут преобладать в его настроении.

Анкета

«Готов ли Ваш ребёнок к поступлению в детский сад?»

1. Состояние здоровья ребёнка:

- ✓ *здоров* 3 балла
- ✓ *часто болеет* 2 балла
- ✓ *наличие хронических заболеваний* 1 балл

2. Какое настроение преобладает у ребёнка?

- ✓ *бодрое, уравновешенное* 3 балла
- ✓ *раздражительное, неустойчивое* 2 балла
- ✓ *подавленное* 1 балл

3. Как ваш ребёнок засыпает?

- ✓ *бодрое, уравновешенное* 3 балла
- ✓ *раздражительное, неустойчивое* 2 балла
- ✓ *подавленное* 1 балл

4. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?

- ✓ *Дополнительное воздействие* 1 балл
- ✓ *Без воздействия* 3 балла

5. Какова продолжительность сна ребенка?

- ✓ *2 часа* 3 балла
- ✓ *Менее 1 часа* 1 балл

6. Какой аппетит у Вашего ребенка?

- ✓ *Хороший* 4 балла
- ✓ *Избирательный* 3 балла
- ✓ *Неустойчивый* 2 балла
- ✓ *Плохой* 1 балл

7. Как относится Ваш ребенок к усаживанию на горшок?

- ✓ *Положительно* 3 балла
- ✓ *Отрицательно* 1 балл
- ✓ *Просится на горшок* 3 балла
- ✓ *Не просится, но бывает сухой* 2 балла
- ✓ *Не просится и ходит мокрый* 1 балл

8. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?

- ✓ *Сосет пустышку, соску, палец, засыпает с укачиванием, стремится постоянно быть на руках у взрослого* 1 балл
- ✓ *Нет отрицательных привычек* 3 балла

9. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и новой обстановкой?

- ✓ *Да* 3 балла
- ✓ *Нет* 1 балл
- ✓ *Иногда* 2 балла

10. Проявляет интерес к действиям взрослых?

- ✓ *Да* 3 балла
- ✓ *Нет* 1 балл
- ✓ *Иногда* 2 балла

11. Как Ваш ребенок играет?

- ✓ *Умеет играть самостоятельно* 3 балла
 - ✓ *Не всегда* 2 балла
 - ✓ *Не играет сам* 1 балл
- 12. Взаимоотношения со взрослыми:**
- ✓ *Легко идет на контакт* 3 балла
 - ✓ *Избирательно идет на контакт* 2 балла
 - ✓ *Трудно контактирует* 1 балл
- 13. Взаимоотношения с детьми:**
- ✓ *Легко идет на контакт* 3 балла
 - ✓ *Избирательно идет на контакт* 2 балла
 - ✓ *Трудно контактирует* 1 балл
- 14. Соответствие режима дня дома и в детском саду?**
- ✓ *Да* 3 балла
 - ✓ *Нет* 1 балл
 - ✓ *Не всегда* 2 балла
- 15. Есть ли опыт разлуки с близкими?**
- ✓ *Перенес разлуку легко* 3 балла
 - ✓ *Тяжело* 1 балл
- 16. Есть ли сильная привязанность к кому-либо из близких?**
- ✓ *Есть* 1 балл
 - ✓ *Нет* 3 балла

Прогноз адаптации: готов к поступлению в детский сад – **55 – 40** баллов. Условно готов – **39 – 24** балла. Не готов – **23 – 16** баллов.

* До прихода в детский сад, обязательно посетите специалистов детского сада (воспитателя, старшего воспитателя, врача, психолога) и как можно подробнее сообщите о личных особенностях Вашего малыша.

* Не забудьте заранее познакомиться с режимом детского сада, в который поведете кроху, и максимально приблизить к нему условия воспитания в семье (более ранний подъем, время дневного сна и приема пищи, характер питания и пр.)

Что делать если ребенок начал ходить в детский сад.

Период адаптации к детскому саду очень сложен для каждого ребенка. Различают три степени адаптации ребенка к детскому саду: *легкую, среднюю и тяжелую*.

При легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течении месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается за 1 – 2 недели. Острых заболеваний не возникает.

Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение целого месяца настроение может быть неустойчивым.

Тяжелая адаптация, когда эмоциональное состояние нормализуется очень медленно, иногда несколько месяцев. В этот период ребенок либо переносит повторные заболевания, либо проявляет стойкие нарушения поведения.

Итак:

- Установите тесный контакт с воспитателями.
- Приучайте малыша к яслям постепенно.
- Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка, особенностях его поведения.
- Поддерживайте дома спокойную обстановку, не наказывайте за детские капризы.
- Щадите нервную систему малыша, на время прекратите походы в театр, в гости, сократите просмотр телепередач.

✓ Отдавая ребенка в ясли, будьте тверды и последовательны в своих поступках. Не позволяйте ребенку манипулировать собой и вынуждать Вас из-за слез и капризов забирать его домой. Ваше спокойствие, доброжелательное отношение поможет ребенку обрести спокойствие.

✓ Забирая ребенка из яслей, спросите воспитателя, чем занимался малыш в течение дня. Попросите воспитателя, обязательно заметить утром, какое красивое платье у Вашей дочке. Иногда даже такой обычный прием отвлекает ребенка от грустных мыслей и переживаний и делает воспитателя более близким и понятным ребенку.

✓ Даже если Вы устали после работы, раздражены, сердиты на мужа или начальника, постарайтесь не показывать это ребенку. Как бы он не был мал, он обязательно «прочитает» Ваше состояние. Пусть лучше малыш почувствует, что момент встречи с ним для Вас праздник. Будьте внимательны к нему. Похвалите и поцелуйте.

✓ Забрав ребенка из детского сада, погуляйте с ним, даже если у Вас совсем мало времени. Дайте ребенку возможность после детского сада побегать, поиграть, попрыгать.

✓ Вечером дома устройте небольшой семейный праздник, совместное чаепитие, во время которого похвалите ребенка за проведенный день в яслях. Все это поможет понять ребенку, даже если он совсем мал и не умеет говорить, что его любят, ждут его прихода из яслей. Все это поможет ребенку быстрее адаптироваться к условиям детского сада и не переживать во время прощания с Вами.

✓ Спросите у воспитателя, как долго после Вашего ухода ребенок еще плачет. Если сразу после того, как он оказывается в группе, малыш перестает плакать, то спокойно отправляйтесь на работу. Ваш ребенок наверняка чувствует себя отлично.

✓ Если воспитатель сообщает Вам, что ребенок плачет еще долго после Вашего ухода, постарайтесь узнать, какие занятия и игрушки способны отвлечь малыша от горьких переживаний: интересная книжка, яркая игрушка, завтрак или веселая игра с детьми. Тогда по дороге в детский сад родители могут подробно рассказать ребенку, какое приятное событие или какая интересная игрушка ждут его в группе. Причем, говорить надо даже в том случае, если ребенок еще не умеет разговаривать и не может Вам ответить.

✓ Если воспитатель говорит, что ребенок плачет в течение всего дня, то можно предложить малышу взять с собой в группу какой-либо дорогой и привлекательный для него предмет: игрушку, книжку или предмет, который принадлежит маме (ленту, платок и т.д.).

✓ Можно повесить в группе фотографии мам всех детей. Пусть ребенок видит Ваше лицо и вспоминает Вас.

✓ Если у Вас есть возможность, ходите с ребенком в ясли первые дни. Не бойтесь, что ребенок будет капризничать, с мамой малыш чувствует себя спокойнее и увереннее.

✓ Оставляя ребенка в яслях, постарайтесь быть спокойными и уверенными сами. В противном случае ребенок может уловить Ваше беспокойство и будет расстраиваться, и плакать еще больше.

✓ «Пустыковая» проблема несамостоятельности может стать едва ли не главной причиной трудной адаптации. Перед детским садом малышу стоит научиться многому: просится на горшок, обращаться с ложкой, вытирать ротик салфеткой после еды и даже сморкаться в носовой платочек.

✓ Важно заранее постараться научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей, подождать пока другой ребенок поиграет и т.п.).

✓ Родителям необходимо помнить, что прививку следует сделать заранее, не позднее чем за месяц поступления ребенка в детский сад.

✓ Желательно, хотя бы за месяц, отучить малыша от грудного вскармливания.

✓ Перед поступлением в детский сад расширяйте круг общения. Ходите с ребенком в гости. Это разрушит цепь однообразной защиты от семейных вирусов и научит детский организм справляться с другими инфекциями.

✓ Не угрожайте малышу детским садом как наказанием за «детские грехи», а так же за его непослушание.

✓ При предварительном знакомстве с обстановкой в группе постарайтесь положительно настроить малыша (как много игрушек, как много детей, они весело играют).

✓ Скажите малышу, как зовут воспитательницу, целесообразно заранее выучить имя воспитателя и представить кроху и воспитателя друг другу.

От чего же зависит характер и длительность адаптационного периода?

*** От возраста ребенка.** Труднее всего адаптируются дети, которые приходят в детский сад в кризисные периоды развития (1 год и 2г.6м.)

*** От состояния здоровья и уровня развития ребенка.** Даже дети одного и того же возраста и пола ведут себя по-разному в первые дни пребывания в детском саду. Одни с первого же дня плачут, отказываются есть, спать. Но проходит несколько дней и поведение ребенка меняется. Другие, наоборот, в первые дни внешне спокойные, а последующие дни с плачем расстаются с родителями, плохо едят, спят. Такое поведение может продолжаться несколько недель и в обоих вариантах является нормой.

*** От уровня тренированности адаптационных механизмов.** Необходимо заранее создавать условия, которые требуют от ребенка новых форм поведения. Малыши, которые до поступления в детский сад неоднократно посещали родственников, знакомых, выезжали на дачу и т.п., легче привыкают к детскому учреждению.

*** От опыта общения ребенка со сверстниками и взрослыми.** Важно, чтобы в семье у ребенка сложились доверительные отношения со взрослыми, прививалось умение положительно относиться к требованиям старших (идти спать, принимать пищу, убирать за собой игрушки и т.п.). Может быть Вам даже немного страшно от предстоящих перемен, да и готовы ли вы сами на такой ответственный шаг. Попробуйте себя проверить с помощью анкеты, насколько Вы и Ваш ребенок готовы пойти в детский сад.

*** Не кутайте ребенка, одевайте его так как он привык дома.**

** Обязательно создайте и в выходные дни режим дня такой же как в детском саду.*

** Ежедневно спрашивайте о жизни*