

Первый день в детском саду.

Сборы и дорога в детский сад.

Накануне похода в сад подготовьте все необходимые вещи, включите в сборы и главного героя – своего ребенка. Утром же не забудьте взять любимую игрушку своего малыша. Накануне уложите ребенка спать во время, а утром не поленитесь встать пораньше, сборы в первый день в садик не должны проходить в спешке. Постарайтесь по дороге ввести малыша в курс дела, расскажите, чем будет заниматься в садике он, и чем в это время будете заняты вы, и назовите время, когда за ним придете. Если у дверей садика ребенок начинает плакать и просить вернуться (как правило, это происходит через несколько дней после начала посещения детского сада), ни в коем случае не делайте этого. Иначе он еще много раз будет устраивать вам такую сцену. Как правило, через 1-2 месяца ребенок привыкает к тому, что теперь ему постоянно надо будет ходить в детский сад.

Расставание

Большинство детей плачет при расставании с мамой, потому что под угрозой главная потребность малыша — безопасность и защищенность. В садике помогите ребенку раздеться и переобуться, проводите его в группу, подведите к воспитательнице.

Обнимите и поцелуйте ребенка на прощание. Некоторые считают, что если малыш в этот момент закапризничает, нужно непременно дождаться, пока он успокоится. Однако практика показывает, что ждать придется вечно. Не растягивайте прощания. Попрощавшись и поцеловав ребенка, тут же уходите. От того, что вы будете долго объяснять ребенку, почему вам надо уходить, легче не станет, скорее наоборот. Имейте в виду – как только мама уходит, большая часть детей переключается на игры с другими малышами, внимание детей фокусируется на происходящих вокруг событиях, и они легко отвлекаются, а ваши долгие уговоры только больше расстроят ребенка.

Психологи утверждают, что мамины уверенность и спокойствие действуют на ребенка лучше любых слов, поэтому, как бы ни тронул вас момент расставания, ни за что не позволяйте себе пустить слезу или всхлипнуть. Также не стоит уговаривать малыша: «Не обижайся, не плачь». Если ребенок расстроен, то он все равно не воспримет ваши слова, а будет продолжать делать все, чтобы вы остались, то есть цепляться за вас и плакать, плакать, плакать.

В первый день не оставляйте малыша в саду больше 1,5-2 часов. Заранее предупредите его, в котором часу вы вернетесь, и приходите точно в срок.

В первые дни можно попросить приводить ребенка в сад папу, бабушку или других родственников, к которым ребенок привязан меньше, чем к маме, это облегчит процесс расставания для ребенка.

Очень важно, чтобы у родителей не было сомнений в том, что ребенку нужно обязательно ходить в детский сад. Иначе малыш будет чувствовать ваше беспокойство, а это может повлиять на его адаптацию к детскому саду.

Когда придете забирать малыша, спросите, как прошел его первый день в детском саду – пусть он поймет, что вы чего-то не знаете, и ему есть, что вам рассказать. Так он почувствует себя взрослее и значительнее.

Проявляйте интерес к рассказу, хвалите ребенка за то, что он так хорошо и быстро освоился в новой обстановке. А вот если первый день не вызвал восторга, постарайтесь убедить малыша попробовать быть более дружелюбным с другими детьми.

Дома

В первые дни посещения садика происходит сильная нагрузка на нервную систему. Ребенку необходимо быстро приспособиться к постоянному взаимодействию с малознакомыми людьми и к длительному отсутствию мамы. Так что не нагружайте малыша новыми впечатлениями. Выходные проводите спокойно, в кругу семьи.

Во время стресса иммунная система замедляет свою активность. Чтобы ребенок реже болел, постарайтесь делать так, чтобы он получал максимум положительных эмоций, хорошо питался и много спал. Во время адаптационного периода, не наказывайте малыша за капризы и выходки, чаще обнимайте и говорите, что вы его любите.

Ни в коем случае не пугайте ребенка походом в сад. Он должен уяснить, что пребывание в садике — это не наказание, а удовольствие.

Если у вас есть недовольство садиком, воспитателями или воспитанниками, не высказывайте их дома или в садике в присутствии ребенка.

Малышу будет более комфортно и гораздо легче адаптироваться в садике, если им уже освоены элементарные навыки самообслуживания: — он умеет самостоятельно пить из чашки, ест; проявляет самостоятельность в попытках одеться и раздеться; может играть с ровесниками, не привлекая к своим действиям маму; сам ходит или просится на горшок; — достаточно хорошо разговаривает, может попросить о помощи или рассказать о прошедшем дне.