

Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад?

Этот вопрос волнует многих родителей, но задают его в большинстве случаев слишком поздно: когда непосредственно сталкиваются с трудностями адаптации. Я считаю, что ребёнка нужно готовить к этому очень важному в его жизни событию с самого рождения.

Если малыша не готовить к этому заранее, поступление в детский сад может быть причиной неприятных, а порой и тяжелых переживаний. Так как ребёнок привык проводить всё время с близкими ему людьми, не исключено, что он испугается или почувствует себя одиноко, когда его оставят в детском саду среди незнакомых взрослых и детей. Чувство одиночества может вызвать у него угнетённое или, наоборот, возбуждённое состояние, что повлечет за собой нежелание есть, играть, ложиться спать.

Некоторые дети всё время молчат, хотя и владеют речью, другие подолгу и безутешно плачут, призывая маму, папу, бабушку.

Физическое и психическое состояние у маленьких детей тесно взаимосвязаны, поэтому ослабленные дети легко могут простудиться. Кроме того, неподготовленный ребёнок часто отказывается идти в детский сад, хотя до его посещения неоднократно выражал желание пойти «к детям». Родители находятся в недоумении и часто даже не догадываются, что причина – в их педагогической неосведомлённости, незнании как правильно подготовить ребёнка к поступлению в ДОО.

В чём же должна состоять эта подготовка?

Прежде всего - во всестороннем развитии ребёнка, осуществляемом с учетом его возрастных возможностей.

1. Необходимо с первых дней жизни ребёнка укреплять его здоровье: проводить закаливающие процедуры, ежедневные прогулки с ребёнком на свежем воздухе, проводить регулярное проветривание квартиры, поддерживать в ней оптимальный температурный режим, подбирать одежду ребёнку в соответствии с сезоном и температурой воздуха, постоянно развивать двигательную активность малыша.

2. Развивать у ребёнка потребность в общении со взрослыми и сверстниками, а также формировать опыт и навыки такого общения. Очень важно с первого года жизни приучать ребёнка спокойно относиться к новым людям, постепенно расширять его круг общения. Родители могут помочь ребёнку приобрести опыт общения с другими детьми во время прогулки или похода в гости. Очень важную роль в налаживании контакта ребёнка со взрослыми играет доброжелательное отношение родителей к воспитателю и другим работникам детского сада.

3. **Важно приучить ребёнка к режиму дня**, соответствующему его возрасту и максимально приближенному к режиму дня в дошкольном учреждении, чтобы ребёнку легче было адаптироваться в новых для него условиях без переутомления для организма.

4. **Очень большое значение имеет рациональное питание**. До поступления в детский сад родителям необходимо ознакомиться с примерным меню по которым работают все ДООУ и постараться приблизить домашний рацион ребёнка к рациону детского сада.

5. **Необходимо формировать навыки самообслуживания, культурно – гигиенические навыки** и привычки. Ребёнок легче переживет период адаптации если родители заранее научат его самостоятельно кушать, правильно пользуясь ложкой, бокалом, салфеткой; пользоваться горшком или унитазом, в зависимости от возраста ребёнка, мыть руки после посещения туалета, перед приёмом пищи, в случае загрязнения; убирать за собой игрушки после игры; уметь или стараться научиться одевать и снимать свою одежду и обувь.

6. **Развивать у ребёнка самостоятельность, активность, любознательность**, игровые умения и навыки: научить проявлять интерес к игре других детей, делиться с ними игрушками, проявлять инициативу во время игры.

7. **При поступлении ребёнка в ДООУ, родителям необходимо согласовывать тактику воспитания в детском саду с тактикой воспитания в семье**.

Например, если в детском саду ребёнка воспитывают в любви к природе, приучая к бережному отношению ко всему живому, родители не должны равнодушно смотреть как их ребёнок сломал ветку дерева, сорвал цветок, раздавил божью коровку и т.д.