

Как подготовить ребёнка к детскому саду?

Уважаемые мамы и папы!

Ваш ребенок подрос и уже посещает детский сад. Для него очень сложно понять, почему мама отдает его в неизвестное место, почему она уходит, а не остается вместе с ним. И вы тревожитесь о том, будет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании.

Вы должны знать и не пугаться того, что привыкание к новым условиям проходит не у всех детей одинаково. Одни дети хорошо себя чувствуют уже на 3-4-й день и привыкают к новым условиям жизни без изменений психического состояния и поведения. У других период адаптации длится месяц, а иногда и более.

В адаптационный период возрастает возможность заболевания ребенка, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

И, конечно, привыкая к новым условиям, малыши плачут. Плач - эмоциональная разрядка, по-другому они пока не научились снимать нервное напряжение. Но, как подметили практики, самые «плаксивые» поначалу потом становятся наиболее привязанными к детскому саду.

Факторы, влияющие на процесс адаптации.

Дети по-разному адаптируются в зависимости от индивидуально-типологических особенностей их высшей нервной деятельности. Некоторые в первые дни плачут и кричат при расставании с родителями, отказываются есть, спать, но через 2-3 дня уже втягиваются в режим и хорошо себя чувствуют. Другие, наоборот, в первые дни спокойны, без возражений выполняют предложения воспитателя, а в последующие дни начинают плакать, длительное время плохо едят, не играют и с трудом привыкают к детскому саду.

Не беспокойтесь больше, чем ребенок. Если вы прощаетесь с ним несколько раз подряд с обеспокоенным выражением лица, у него возникнет мысль: «Она ведет себя так, как будто беспокоится, что со мной случится что-то ужасное, если я здесь останусь.». Ведите себя весело, уверенно, показывая малышу, что оснований для страха нет.

Если ребенок с трудом расстается с матерью, возможно водить его в детский сад лучше отцу.

Разработайте с ребенком ритуал прощания и ему легче будет отпускать вас.

Малыш может принести в группу любимые игрушки, книжки, с которыми не расставался дома.

В выходные приближайте домашний режим к режиму детского сада и не нарушайте его и в другие дни недели, когда малыш бывает дома.

В конце дня обязательно поинтересуйтесь у воспитателя, с какими трудностями столкнулся ребенок сегодня, а что уже хорошо получается.

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте его детским садом.

Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может понадобиться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы.

Возрастные психологические особенности вашего малыша

Все основные психические процессы ребёнка – внимание, память, мышление – имеют произвольный характер. Это означает, что малыш не может управлять ими по своему желанию, он не в состоянии сосредоточиться или специально что-то запомнить.

Ребёнок очень эмоционален, однако его эмоции непостоянны, малыша легко отвлечь и переключить с одного состояния на другое. Восстановлению равновесия способствует так называемая ритмическая стимуляция – игры со взрослыми, которые включают покачивание, подбрасывание, поглаживание и т.д.

Маленький ребёнок обучается только тому, что его заинтересовало, и принимает что-то от того человека, которому доверяет. При этом он подражает всему, что делает взрослый, - и хорошему, и плохому.

Для детей этого возраста характерны низкие пороги сенсорной чувствительности, у них ещё недостаточно сформированы механизмы физиологической саморегуляции организма. Дискомфорт может быть вызван чем угодно: не выспался, холодно или жарко, хочет пить или есть, что-то болит и т.п.

Сверстник ещё не представляет для такого малыша особого интереса и рассматривается часто как ещё один предмет. Дети играют «рядом, но не вместе». Друг для друга они нередко становятся источниками отрицательных эмоций: другой ребёнок исследует предмет, который интересуется и меня, он наступил мне на ногу, пролил компот на скатерть и т.п.

Малыш ещё может не понимать разницы между живым и неживым и «разобрать на части» живую бабочку так же, как он это делает с пластмассовой машинкой. Пока такое поведение не считается проявлением жестокости.

Ребёнок ещё очень зависим от родителей, как будто понимая, кто даёт ему чувство безопасности. Он может бояться оставаться один без матери, расстраиваться, когда родители или кто-либо из членов семьи уезжает на несколько дней. Постарайтесь учитывать его чувствительность, планируя различные перемены в жизни семьи.

Особенности развития и поведения детей в период адаптации

Уважаемые родители, ваш малыш уже подрос и скоро начнет посещать детский сад. Для него очень сложно понять, почему мама отдает его в неизвестное место, почему она уходит, а не остаётся вместе с ним. И вы тревожитесь о том, будет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании.

Вы должны знать и не пугаться того, что привыкание к новым условиям проходит не у всех детей одинаково. Одни дети хорошо себя чувствуют уже на 3-4-й день и привыкают к новым условиям жизни без изменений психического состояния и поведения. У других период адаптации длится месяц, а иногда и более.

В адаптационный период возрастает возможность заболевания ребёнка, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

И, конечно, привыкая к новым условиям, малыш плачет. Плач – эмоциональная разрядка, по-другому они пока не научились снимать нервное напряжение. Но, как подметили практики, самые «плаксивые» поначалу потом становятся наиболее привязанными к детскому саду.

Пусть наши советы и рекомендации помогут вам и вашему ребёнку значительно легче привыкнуть к дошкольному учреждению.

Информацию подготовила педагог-психолог Е.К.Армашевская