

**Консультирование провел:**  
**Воспитатель**  
**МОУ Детского сада № 66**  
**Каменнова Лидия Борисовна**

## **Консультация**

### **«Как подготовить ребенка к детскому саду»**

Уже к 2 годам ребенок приобретает некоторую независимость от мамы и других взрослых. Он интенсивно развивается и готов к тому, чтобы самостоятельно удовлетворить некоторые свои потребности. К этому времени дети начинают отказываться от помощи во время еды, умывания, делают попытки самостоятельно одеваться.

Учитывая, что маме придется выйти на работу сразу после того как ребенку исполнится 3 года, отдать его в детский сад лучше за 3-4 месяца до этого события. Поэтому подготовка к детскому саду должна начаться заранее, хотя бы с 2-х лет.

В это время родители, как правило, уже точно знают, отдадут ли они ребенка в детский сад. Поэтому подготовка малыша будет вестись систематически и планомерно. За счет этого разлука с мамой и необходимость выполнять требования дисциплины, установленные в группе, не станут для него стрессом.

Родителям нужно четко понимать, с какими проблемами столкнется «домашний» ребенок, впервые расстающийся с мамой и отправляющийся в детский садик:

- Он будет находиться среди незнакомых людей и рядом не будет никого из родных.
- Много ему предстоит делать самостоятельно, хотя воспитатели и будут готовы прийти на помощь.
- Если дома малыш находился в центре внимания, в детском садике он окажется одним из многих.
- Расширяется круг общения, ребенок становится членом коллектива, и ему потребуются умение взаимодействовать с другими людьми.
- Незнакомая ранее женщина – воспитатель – становится тем человеком, которого нужно будет слушаться и чьи указания нужно будет исполнять.
- Теперь ребенку потребуется строго соблюдать режим дня: играть, заниматься, гулять, есть и спать по установленному для всех расписанию.

Каждая из перечисленных проблем – направление подготовки ребенка к детскому садiku. Чтобы минимизировать неизбежный стресс, перед тем как отдать малыша в детский сад, ему нужно будет привить:

- начальные понятия о дисциплине и режиме дня;
- умение бесконфликтного общения с другими детьми;
- навыки самообслуживания;
- умение внятно рассказать о своих потребностях.

### **Психологическая подготовка ребенка к детскому саду**

Прежде всего сами родители должны воспринимать посещение детского садика не как неизбежное зло и повод для тревоги, а как следующий этап развития малыша. Если есть возможность выбора дошкольного учреждения, воспользуйтесь ею, посетив несколько садиков и почитав отзывы родителей. Это поможет и вам избавиться от неизбежных страхов, снизить чувство тревоги, вселит уверенность, что вы выбрали для малыша самый лучший и подходящий вариант.

Поэтому, когда вы начнете рассказывать крохе о том, что настанет день, и он будет ходить в детский сад, ваши слова будут искренними и убедительными. И даже если какие-то сомнения и тревоги у вас остались, делиться ими в присутствии ребенка не следует.

Рассказывайте малышу о том новом и интересном, что ждет его. Поскольку потребность в общении с подобными себе заложена в природе человека, возможность играть с другими детьми станет для ребенка хорошим стимулом. Рассказывайте о том, как вместе с другими ребятами они будут гулять, есть, спать, заниматься с воспитателем, как это будет весело и интересно. При этом подчеркивайте, что расписание дня едино для всех детей и ему нужно будет подчиняться, выполняя просьбы и указания воспитателя.

Подчеркивайте, что ходить в детский сад малыши будут только днем, а вечером его будут забирать мама или папа. Говорите с ним о том, что он растет и постепенно взрослеет. Что у взрослых есть обязанность ходить на работу, а у детей – ходить в детский сад, чтобы не оставаться дома одним, а ждать родителей вместе с другими ребятами в детском саду.

В беседах с другими взрослыми в присутствии ребенка упоминайте о том, что скоро ему уже предстоит пойти в детский сад. Пусть он воспринимает это как повод для гордости и похвалы. Подчеркивайте, что вы вместе с малышом готовитесь к этому событию, – учитесь самостоятельности, следуете режиму дня.

Как правило, даже если в семье не принято придерживаться определенного режима, для малыша его устанавливают с первых дней жизни. Но если дневной сон проблемой не является, то просыпается и ложится ребенок в семье обычно позже, чем это предусмотрено режимом дня, установленным в детских садах. Приведите его дневное расписание в соответствие с тем, которого он будет придерживаться в группе. Это поможет избежать нервных срывов и позволит малышу легче воспринимать смену обстановки.

Приучайте ребенка к тому, что мама не всегда должна быть рядом. Постепенно увеличивайте время, выделяемое для самостоятельных занятий. К трем годам он должен уметь оставаться, хоть и под присмотром, но один. Выделите ему специальный столик, за которым он будет рисовать, лепить, раскрашивать картинки.

Засыпать ребенок тоже должен сам, не нужно его убаюкивать и укачивать – в детском садике воспитатели этим заниматься не будут.

Поможет малышу быстрее адаптироваться и игра в детский сад. К ней можно привлекать и других детей, например, соседских или тех, что пришли к вам в гости со своими родителями. При этом воспитателем можно назначить самого малыша или кого-то из ребят, а родители, пожелавшие принять участие в игре, будут исполнять роли детей.

### **Как научить ребенка общению со сверстниками и воспитателем**

Если у вас много родственников и друзей, которые часто бывают в доме, проблем с общением у ребенка будет меньше. Но в любом случае научиться взаимодействовать с другими детьми малыш сможет, посещая детские площадки, специальные развивающие занятия и даже оставаясь под присмотром воспитателей детских комнат в торговых центрах.

Используйте все возможности, чтобы он постепенно привыкал оставаться без мамы и не паниковал, когда ее заменяет другой взрослый. Для этого можно договориться с подругой и на некоторое время оставлять малыша у нее. Еще лучше, если это будет ваша знакомая, у которой тоже есть маленькие дети.

Научите ребенка своевременно обращаться за помощью к взрослым, если у него возникли трудности. Он не должен стесняться сообщать о своих потребностях, в том числе физиологических. Но он должен понимать, что не каждый раз воспитатель сможет сразу же среагировать на его просьбу, ведь остальные дети в группе тоже требуют внимания.

Приучайте кроху чувствовать себя членом коллектива, даже если этот коллектив – ваша семья. Пусть он принимает участие в распределении обязанностей по дому, например, поручите ему поливать цветы или насыпать корм кошке. Не лишайте его удовольствия посидеть со всеми за столом во время обеда, играйте вместе с ним в командные игры, привлекая к этому и гостей.

### **Что ребенок должен уметь до того, как пойти в детский сад**

К тому моменту, когда малыш начнет ходить в детский сад, он должен иметь представление о дисциплине, знать и реагировать на слова «можно», «нельзя», «надо». Не лишним

будет научить его и словам «спасибо», «пожалуйста» – это облегчит ему взаимодействие с другими детьми и воспитателями.

Научите его аккуратно пользоваться ложкой и вилкой, пить из чашек и стаканов, не обливаясь. Он должен уметь пользоваться бумажными салфетками и носовым платком, вытирать руки и лицо, запачканные во время еды.

Подготовка ребенка к садику предполагает и владение основными навыками личной гигиены. Ребенок должен уметь самостоятельно умываться, чистить зубы. Выработайте у него полезную привычку мыть руки перед каждым приемом пищи. Важное умение – пользоваться горшком. Этому малыша нужно учить уже после того, как ему исполнится 1 год.

Позаботьтесь о том, чтобы, когда он пойдет в детский сад, у него была одежда и обувь на липучках, молниях и резинках, которую удобно надевать самому. Научите его самостоятельно снимать и надевать штанишки перед и после пользования горшком или унитазом со специальным детским сиденьем.

### **Интеллектуальное развитие ребенка перед детским садиком**

Подготовка к детскому садику заключается и в том, чтобы малыш был подготовлен интеллектуально к общению со сверстниками и воспитателями. Если он будет отставать в развитии, ему будет просто неинтересно посещать свою группу.

Уже в 2-3 года дети способны воспринимать сюжет сказки или стихотворения, пересказывать его своими словами. Даже если у мамы нет много времени на то, чтобы читать крохе книжки, ему всегда можно проставить для прослушивания аудиоспектакль или сказку, соответствующие его возрасту.

Развивайте память малыша, разучивайте с ним наизусть песенки и стихи, учите новым словам, объясняйте их значение. Приучайте его излагать свои мысли и просьбы предложениями. Учите разговаривать, употребляя вежливые слова «спасибо», «пожалуйста». Но не перегружайте ребенка – от процесса познания нового он должен получать удовольствие. Это поможет ему и в детском саду с энтузиазмом принимать участие в занятиях с воспитателем.

В большинстве случаев малыш, после того как пойдет в садик, начинает чаще болеть. Как правило, это простудные или инфекционные заболевания. Поэтому те несколько месяцев, что есть у родителей на подготовку к садику, стоит посвятить укреплению здоровья и иммунитета ребенка.

С этой целью позаботьтесь о том, чтобы все необходимые прививки малышу были сделаны как минимум за 2-3 месяца до того, как он начнет ходить в садик. После прививок иммунитет ребенок снижается, и это позволит восстановить его заблаговременно.

Обеспечьте ему полноценное и здоровое питание, исключите из рациона сладости, фаст-фуд, чипсы и пр. В меню малыша должны присутствовать натуральные каши, мясо, рыба и большое количество овощей. Блюда всегда должны быть свежеприготовленными. Избегайте давать ребенку жареную пищу – только отварные продукты или приготовленные на пару.

По утрам делайте с ним зарядку, вечером обливайте холодной водой, постепенно понижая ее температуру. Спать, даже в холодную погоду, ребенок должен при открытой форточке – просто контролируйте, чтобы он не раскрывался. Гулять с ним тоже нужно каждый день, не менее часа. И не слишком укутывайте его, чтобы на прогулке он смог нормально двигаться и не перегревался.

### **Выводы**

Если ребенка с первых лет жизни родители приучают к самостоятельности и если для него в семье установлен распорядок дня, подготовка к детскому саду не вызовет никаких особых затруднений, да и адаптация малыша к новым условиям пройдет быстрее.