

ПОМОГАЕМ МАЛЫШУ БЫСТРЕЕ ПРИВЫКНУТЬ К ДЕТСКОМУ САДУ

Для любого ребенка поступление в детское дошкольное учреждение является трудным шагом. В этот момент резко изменяется окружающая обстановка, а вместо близких и дорогих родителей появляются воспитатели, няни и другие незнакомые взрослые. И все происходит в новом детском коллективе, где у каждого ребенка уже есть свое место, игрушки, друзья и т. п. Малыш медленно привыкает к спальне со множеством кроватей, к коллективным походам в туалет и прочим атрибутам общественного воспитания. Чтобы будущий воспитанник детского сада быстро привык к дошкольному учреждению, ему надо помочь. Эту помощь ребенку родители должны «организовать» задолго до поступления в детский сад.

Начать надо с самого главного — с наблюдения за состоянием здоровья малыша и его оздоровления. Постарайтесь вылечить все детские недуги и сделать необходимые профилактические прививки. Причем прививки делают не позднее чем за месяц до поступления малыша в детское дошкольное учреждение. И конечно, самое главное — это закаливание и физкультура. Воздушные ванны, влажные обтирания, длительные прогулки на свежем воздухе и другие закаливающие процедуры являются необходимым элементом всей подготовки детей к поступлению в детский сад. Закаленные, физически подготовленные малыши почти не болеют в новых для них условиях. Затем следует перестроить весь домашний режим под распорядок детского сада. Ребенок должен рано просыпаться, делать утреннюю гимнастику, есть в те часы, когда происходит прием пищи в детском саду, и т. п. Необходимо, чтобы ребенок спал днем, дневной сон является одним из важнейших режимных моментов в детском саду. Дети там значительно быстрее устают и от шума, и от многочисленных и продолжительных игр, ссор и т. п. Им необходим дневной сон, его ничем нельзя заменить, поэтому родители должны либо сдвинуть дневной сон своего ребенка на то время, в которое сон проходит в детском саду, либо, если ребенок не спал днем, привить ему эту привычку. Восстанавливать дневной сон надо постепенно, начиная

с кратковременного отдыха, чтения книг, а затем переходить на все более и более длительные паузы в активности ребенка. На восстановление привычки спать днем может уйти много времени, но малыш от этого только выиграет.

В детский сад дети должны поступать с уже сформировавшимися навыками самообслуживания: они должны самостоятельно ходить в туалет или пользоваться горшком, чистить зубы, одеваться и раздеваться (взрослые могут им в этом помогать), пользоваться столовыми приборами и салфеткой, пить из чашки и т. п. и навыки только на первый взгляд представляются элементарными, а как страдают дети, когда родители не научили их простым приемам самообслуживания. Кроме того, взрослым необходимо постоянно прививать своим чадам доброту, чувство коллективизма, воспитывать у них послушание. Родителям следует помнить, что в детском саду все игрушки будут общими, а ребенок будет вынужден подчиняться общим требованиям.

Перед поступлением в детский сад родители должны познакомиться с педагогами и нянями этого учреждения. Затем в детский сад необходимо прийти с ребенком. Пусть малыш почувствует, что родители выражают полное доверие и симпатию этим новым для него людям. В течение нескольких дней можно приводить ребенка в детский сад на короткое время, - постепенно переключая малыша на воспитателя и няню. В детский сад следует отдавать ребенка в последний летний месяц или в начале сентября, когда дети много времени проводят на свежем воздухе. На период адаптации ребенка к детскому саду маме не стоит устраиваться на постоянную работу, а если она уже трудится, то целесообразно взять отпуск или временно организовать свободный график работы, чтобы побыть с малышом во время различных детсадовских мероприятий и забирать его пораньше домой.

В первое время маме можно даже постоять незамеченной вблизи ограды садика или у открытой двери группы, наблюдая за ребенком. Она увидит, как он играет со сверстниками, разговаривает, ведет себя за столом, ладит ли с воспитателем, агрессивен малыш или забит. Надо научить ребенка дружить со сверстниками. К сожалению, в семьях часто вырастают дети,

которые общаются только со взрослыми, живут их интересами, приобщаются к несвойственным детям занятиям и т. п. Хорошо, если малыш быстро научится навыкам общения с детьми, детским забавам и играм. Адаптация к детскому дошкольному учреждению у таких детей проходит быстро и безболезненно.

Если малыш с радостью рассказывает о новенькой, которая все время ревет, мягко остановите его, посочувствуйте девочке, а утром, собирая в сад, положите в карман конфетку для ревы, и пусть он не забудет улыбнуться и позвать ее играть.

Старайтесь не возмущаться, выполнять все требования воспитателя — от задания что-то принести до подготовки карнавального костюма. Ребенок не должен чувствовать себя хуже других, завидовать им или стыдиться своих родителей.

Никогда не выясняйте отношений с воспитателем (что бы ни случилось!) в присутствии ребенка и уж тем более не подобострастничайте. Страдающей стороной всё равно будет малыш. Если отношения не улучшаются, лучше перевести его в другой садик, нанять няню или взять надомную работу.

Постоянный контакт с педагогами детского сада позволит родителям избежать и многих просчетов в воспитании ребенка и его дальнейшем обучении.

Довольно много детей приходит в детский сад с хроническими заболеваниями. Такие дети должны постоянно наблюдаться педиатром, а родителям следует неукоснительно выполнять все врачебные рекомендации. Однако здесь особую категорию составляют дети с заболеваниями центральной нервной системы. Если ребенок наблюдается у невропатолога, родители хорошо знают детские проблемы. Есть дети с задержкой психического развития, которая становится очевидна не сразу. Дети внушаемы, говорят «плохие» слова, их шалости могут быть опасны или жестоки. У них отмечаются эмоционально-волевые нарушения. Есть дети-невротики — они часто плачут, подвержены страхам, беспокойно спят, заикаются, у них развиваются тики. Но такие дети могут воспитываться в саду. Более того, им это совершенно

необходимо. Ведь именно в детском саду их может часто наблюдать психолог и вовремя помочь разобраться в сложной ситуации. Конечно, в таких случаях нельзя говорить о полном дне в саду — дети не выдерживают столь высокие эмоциональные и физические нагрузки. Малыши сами определяют (а взрослые поймут по их поведению), как долго они чувствуют себя комфортно вне домашней обстановки, не ощущая напряженности и не уставая. И психологическое закаливание в таких ситуациях происходит особому: плавно и мягко. Протесты, слезы и другие отклонения должны заставить родителей задуматься и проконсультироваться с психологом, который может предложить индивидуальную программу воспитания ребенка в детском саду.

Поступив в детский сад, малыш может отказываться от пищи, вдруг начать просыпаться «в луже», «выдавать» повышенную температуру и сыпь, неожиданно стать плаксивым или агрессивным. Ни одно такое явление не возникает на пустом месте. Существует причина, и ваша задача — найти ее дома или в детском саду. Допрашивание ребенка обычно бывает безрезультатно, маленькие дети иногда сами не понимают, что им не нравится. Например, чувства родителей, узнавших о том, что их дитя бьют или унижают в саду, не поддаются описанию. Опытный психолог скажет: плохой детский сад. В хорошем воспитатели не допустят подобную ситуацию и решат этот вопрос с минимальными потерями для всех сторон.

Дома также надо обеспечить ребенку в период адаптации щадящий режим (рациональное питание, дневной сон, более продолжительное время пребывания на свежем воздухе) с учетом врачебных и педагогических рекомендаций. Обстановка в семье должна быть спокойной, обращение родителей с ребенком особенно ласковым.

Когда адаптация к детскому саду произойдет, родители узнают это по изменившемуся поведению ребенка. Его легко можно рассмешить, ребенок редко выходит из себя и капризничает еще одного-двух раз в неделю, и то когда на это бывают какие-либо причины. Малыш ложится спать спокойно, не выводя окружающих из терпения, у него нет ночных кошмаров или странных страхов

(пойти в другую комнату, потрогать какой-либо предмет и т. п.), он почти не мочится в постель. Ребенка можно на некоторое время оставить одного, не опасаясь, что он расплачется, как будто родители оставили его навсегда, за ним не нужно постоянно присматривать. У него появляются друзья, с которыми он охотно играет.

Если эти добрые перемены произошли, значит, все в порядке, малыш привык к детскому саду и у него началась новая и интересная жизнь. В детском дошкольном учреждении он получит много нового и полезного.

Психологи утверждают, что дети, выросшие в саду, легче «домашних» детей развивают разнообразные контакты в обществе. Их проще научить волевой регуляции поведения — умению согласовать свои действия и действия других (детей и взрослых), контролировать эмоции. Даже конфликты, переживаемые детьми в более щадящих условиях (чем на улицах, например), будут им на пользу. Они стремятся отстаивать свои интересы и закаляются психологически. «Домашние» дети сталкиваются с определенными проблемами, появившись в новом коллективе, в непривычных условиях. Причем, чем старше ребенок, отдаваемый в детский сад, тем сложнее ему приспособиться. Ведь, кроме радости от родительской любви, ему приходилось нести немалый груз родительских ошибок. Ребенку, которым неумеренно восторгались дома, и ребенку, которому предъявлялись неумеренные требования, одинаково трудно привыкнуть к новому обществу, найти свое место среди многих. У детей именно в детском саду формируется адекватная самооценка. Как правило, в дошкольных учреждениях трудятся профессионалы, знающие свое дело. И если дома ребенка окружает безграничная любовь, то в детском саду обычно к нему относятся доброжелательно и объективно оценивают его достоинства и недостатки.