

Как подготовить ребенка к детскому саду — правила психологической подготовки

1. Режим дня дома приближайте к распорядку детского сада

В процессе подготовки максимально приблизить режим ребенка к распорядку дня в саду. Это упростит привыкание, не будет вызывать протест во время смены деятельности в новой обстановке.

Важно уделить внимание моменту сна, особенно если малыш перестал спать дома в дневное время. Приучите его тихо полежать после обеда.

2. Объясните ребенку, что сад – это его важная работа

Не менее важная, чем та, на которую по утрам уходят родители. Расскажите, что в садике его ждут занятия, новые друзья, праздники, утренники, веселые старты. Объясните, что все дети без исключения ходят в детский сад, и скоро он там со всеми подружится.

3. Во время привыкания к садику чаще обнимайте ребенка

Во время привыкания к садику ни в коем случае нельзя отказывать малышу в тактильном контакте. Ведь детский сад – стресс для ребенка, и успокоения он ищет именно от мамы. Обнимайте и целуйте его, когда отводите утром и забираете вечером.

Прикосновения мамы показывают ребенку, как она его любит. Он будет чувствовать, что мама не бросает его, обязательно придет за ним вечером.

4. Важно прислушиваться к малышу

Обращать внимание на особенности его адаптации. Некоторым деткам достаточно для адаптации трех дней. А для кого-то из малышей и через месяц остаться на весь день одному в садике, будет большой проблемой. Важно разделять капризы и истинное отношение ребенка к таким изменениям в его жизни.

Все дети разные и росли в разных условиях. Некоторые постоянно были только с мамой. Им сложнее привыкать к незнакомым воспитателям.

Тем, у кого есть сестры, братья, тети, бабушки или няни, с которыми они проводили много времени, им будет легче привыкнуть к садику.

5. Мотивируйте малыша и чаще хвалите его.

Говорите ребенку, что он уже вырос, что может ходить в детский сад. Все дети хотят быть похожими на родителей. Расскажите о садике как о

ступеньке взросления, о том, как сами ходили в садик. Что там нравилось, что не получалось.

Хвалите творчество малыша и приобретенные в саду навыки. Особенно приятно, если такие моменты отметят все члены семьи. Ребенок должен почувствовать, что родители им гордятся.

6. Важно чтобы предметы гардероба не вызывали дискомфорта у ребенка.

Поэтому нужно подобрать удобную одежду и обувь по размеру, с которой ребенок может справиться сам.

Не помешает, обучить малыша навыкам самостоятельного одевания и самообслуживания. Это придаст ему уверенности, ребенок поймет, что он уже «взрослый» раз может все сделать сам.

7. Совместно придумайте ритуалы по дороге в сад либо на прощание.

Это добавит ребенку мотивации и заинтересует его. Это может быть прощание через окошко, или посчитать скамеечки по дороге в сад. Все зависит от фантазии мамы.

8. Оставляйте малышу (в шкафчике) какую-то свою личную вещь.

Без которой никак нельзя вернуться домой. Это вызовет у ребенка уверенность и спокойствие, что его точно заберут.

9. Старайтесь четко ставить временные границы для ребенка.

На вопрос ребенка, когда его заберут – не отвечайте «скоро». Расскажите ребенку последовательность действий, что заберете «после сна» либо «после ужина». Ребенок увлечется игрой, и не будет ждать прихода родителей под дверь.

10. Проигрывайте дома «Домашний театр»

Такой метод допустим и на этапе психологической подготовки к саду и, когда он давно ходит в детский сад. Если возникли вопросы или чувствуете, что ребенок чем-то встревожен, но не может это рассказать – хорошей идеей будет обыграть это с помощью игрушек.

Вы сможете задавать наводящие вопросы, а ребенок расскажет о волнующих его ситуациях от имени игрушечных мишек, зайцев.

Все дети разные. Но легкая адаптация и дальнейшее комфортное пребывание ребенка в саду зависит от спокойствия и целеустремленности мамы. Важно поддерживать контакт с воспитателем.

Нужно узнавать: как ребенок ведет себя в садике, кушает ли, спит днем и легко ли засыпает. Спросите воспитателя, как ребенок играет с другими детьми, подружился ли с кем-нибудь. От терпения и мастерства воспитателя тоже многое зависит.

Если решать вопросы адаптации с ней вместе в доброжелательной обстановке, то малыш быстро и легко привыкнет к детскому саду. А вы будете знать, как психологически подготовить ребенка к садику.