

Подготовка ребёнка к ДОУ

Рекомендации родителям по адаптации детей.

1. Убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности "Садовского» воспитания. Любые ваши колебания он использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад. Например: «Детский сад это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих малышей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все сможешь рассмотреть, потрогать, поиграть с этими вещами. В саду дети кушают, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было там интересного, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие мамы и папы хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, приготовить "радостную коробку", выучить имена воспитателей и правила детского сада.
3. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло — осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и близким в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.
4. Расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности, он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ и чем чаще вы будете его повторять, чем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Спрашивайте у малыша, запомнил и он, что будет делать после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, что он будет делать после обеда. Вопросами такого рода вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.
5. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сможет сделать, Например: "Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: "Я хочу пить", и Анна Николаевна нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу: "Воспитатель не сможет одеть сразу всех детей, тебе придется немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома. Например, вы — воспитатель, а медвежонок, за которого вам тоже придется говорить, просит пить.
6. Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», складывая туда недорогие вещи. Это могут быть небольшие игрушки, которые привлекательны для вашего ребенка и уж точно обрадуют других детей, коробочки с вложенными в них забавными предметами: красивые бумажные салфетки или лоскутки из ткани, приятной на ощупь; книжки с картинками. Возможно, вы умеете складывать оригами, тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или собачку. За лето вы наполните коробку. Тогда осенью по утрам вам проще будет отправлять малыша в детский сад: с игрушкой веселее идти и проще завязать отношения с другим ребенком.
7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки; предлагать свои игрушки, услуги другим детям.
8. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Сереже. Поощряйте обращение ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.
9. Знаете ли вы, что чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.
10. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Совершенных людей нет. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов. В

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

11. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда происходит что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится».

12. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпускать вас.

13. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

14. Если через месяц ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли.

15. Если вы продолжаете испытывать потребность в контакте со специалистами, педагоги и психологи детского сада ждут вас! Как показывает опыт, положительный эффект имеет следующая практика введения детей в группу детского сада с учетом прогноза степени адаптации каждого ребенка. Семьи новых воспитанников имеют возможность, если не сделали этого раньше, побывать в группе, познакомиться с педагогами.

Детей с легкой адаптацией (по прогнозу) к детскому саду родители могут приводить на все время работы группы с 7.30 до 18.00 часов. Важно понимание родителями необходимости учитывать эмоциональное состояние ребенка. Если тот утром отказывается идти в сад, мама может сказать: «Да, так бывает, что иногда никуда не хочется идти. У меня как раз сегодня есть такая возможность — побыть с тобой, и ты можешь остаться дома, а завтра опять пойдешь в садик. Там ведь Мария Николаевна, Сережа — твой друг. Они будут скучать по тебе. Нам придется зайти в сад, предупредить Марию Николаевну, что ты только завтра придешь. А может, если ты захочешь, мы погуляем вместе с ребятами из твоей группы?». Для ребенка необходим этот опыт. Родители его понимают, прислушиваются к его желаниям. Очень важно малышу увидеть в этот день воспитателя. Убедиться, что взрослый не обижается на него и с уважением относится к его желанию побыть дома, радуется, пусть даже короткой, встрече с ребенком, говорит, что ждет его завтра. Родители могут ответить и так: «Я понимаю тебя, ты скучаешь по дому и маме. Но сегодня я занята, иду на работу. Давай сделаем так: ты побудешь в саду, а я на работе договорюсь, чтобы завтра остаться с тобой дома». Воспитатель должен быть предупрежден о состоявшемся разговоре.

В н и м а н и е! Важно чувствовать грань, отделяющую уважение родителями желания ребенка и потакание детскому капризу, хорошей профилактикой утренних детских капризов является уверенность родителей в своей позиции, утро без излишней суеты, оптимизм и чувство юмора.

Каких врачей необходимо обойти перед детским садом?

В поликлинике, в которой наблюдается малыш, вам выдадут "Медицинскую карту ребенка для образовательных учреждений дошкольного, начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования, учреждения начального и среднего профессионального образования, детских домов и интернатов", форма №026/у-2000. В этом документе будут накапливаться сведения о состоянии здоровья малыша из года в год, до тех пор, пока он не достигнет семнадцати лет. Этот документ будет сопровождать его во всех детских и образовательных учреждениях.

Кроме паспортных данных, в этой карте проставлены сведения о состоянии здоровья ребенка до настоящей диспансеризации, о перенесенных заболеваниях, аллергических реакциях, о проведенных профилактических прививках и т.д.

Сама диспансеризация предполагает осмотр:

хирурга - для выявления возможных дефектов развития, требующих хирургической коррекции;
ортопеда, который сможет выявить различные изменения осанки, начальные стадии искривления позвоночника, плоскостопие и т.д.;
невропатолога, который сможет отметить особенности нервной системы ребенка, его склонность к различным невротическим реакциям;
окулиста - он должен определить остроту зрения, а также необходимость его коррекции;

отоларинголога, который расскажет вам об особенностях строения носоглотки малыша, о возможной склонности к заболеваниям уха, горла и носа и даст рекомендации по их профилактике;

дерматолога, который оценит состояние кожи ребенка. Это особенно важно для детей с аллергическими заболеваниями; кроме того, некоторые изменения кожи, принимаемые родителями и даже врачами за так называемый диатез, могут быть проявлениями чесотки или грибковыми поражениями кожи, которые необходимо лечить;

особая задача стоит перед психологом: на основании скрупулезного обсуждения с родителями и поведения ребенка он должен дать рекомендации по его индивидуальной подготовке к вхождению в детский коллектив;

педиатр, после осмотра ребенка, назначает дополнительные исследования: общий анализ крови, анализ мочи, исследование кала на гельминты, в зависимости от показаний - электрокардиограмму, измерение артериального давления, ультразвуковое исследование органов брюшной полости и другие исследования, а также консультации кардиолога, нефролога, гастроэнтеролога и других специалистов. В результате анализа всех данных о состоянии здоровья ребенка педиатром формируется полный диагноз, определяется группа здоровья малыша, дается медико-педагогическое заключение о его готовности находиться в детском коллективе общего типа или пребывании в детском саду.

Советы врача.

Диспансеризация, проведенная перед оформлением в детский сад, должна помочь представить врачу и родителям полную картину состояния здоровья ребенка, что поможет дать рекомендации по оздоровлению его организма.

Непосредственно перед самым поступлением в детский сад ребенок должен сдать анализы для исключения у него дифтерийной палочки, кишечных инфекций (срок правомочности анализов - 7 дней) и взять справку из поликлиники или санитарно-эпидемиологической станции (СЭС) об отсутствии контактов с инфекционными больными (срок правомочности справки - 3 дня).

Что же касается профилактических прививок, то к трехлетнему возрасту согласно российскому календарю прививок ребенок должен быть привит против туберкулеза, четырехкратно - против дифтерии, коклюша и столбняка (АКДС), пятикратно - против полиомиелита, однократно - против кори, краснухи, эпидемического паротита. Кроме того, многие дети могут быть привиты к этому времени против гепатита В, гепатита А, гемофильной и менингококковой инфекций. Ежегодно детям проводится реакция Манту, и при положительном ее результате ребенок должен получить консультацию у врача-фтизиатра.

Если по каким-либо причинам прививки ребенку проводились по индивидуальному графику или в связи с большим опозданием в связи с заболеваниями - вы можете нагнать график в летнее время. Прививание должно проводиться только при условии полного здоровья ребенка. Однако отсутствие "полного набора" прививок у малыша на момент оформления его в детский сад не может быть причиной отказа в приеме.

Индивидуальные особенности.

Период адаптации в коллективе детского сада у каждого ребенка свой. У одного это проявляется острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ), у другого - нарушениями в работе кишечника (запоры, поносы), у третьего - раздражительностью, плаксивостью, быстрой сменой настроения и т.д. Поэтому посоветуйтесь с педиатром, наблюдающим ребенка, о назначении профилактических препаратов, которые можно применять перед поступлением в детский сад и в первые недели пребывания в нем.

Привыкаем к новой обстановке детского сада

Постарайтесь ближе к сентябрю погулять с ребенком около детского сада. Обращайте внимание малыша на детей, играющих на территории детского сада, особенно если среди них есть знакомые и друзья ребенка. Вы можете иногда даже встречать их у детского сада.

Постепенно, в течение лета, подстраивайте режим дня ребенка к режиму дня в детском саду, особенно если это касается раннего вставания - не позднее восьми часов утра. После обеда ваш малыш должен спать не менее одного часа или хотя бы полежать с книгой или с игрушкой. Отойти ко сну следует не позднее 21 часа.

Режим дня в МАДОУ «Умничка» в группах раннего возраста.

Приём, игры, Подготовка	осмотр, упражнения, к	измерение завтраку, к	t°, гимнастика. завтрак. занятиям.	7-00 8-00 8-30	- - -	8-00 8-30 9-00
Игры, Занятие:	подготовка					
I			подгруппа	9-00	-	9-10
II			подгруппа	9-20	-	9-30
Подготовка	к выходу	на прогулку,	прогулка:	9-40	-	11-25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду				11-25 - 11-40		
Обед				11-50	-	12-30
Дневной сон,	постепенный	подъем,	закаливающие процедуры	12-30 - 15-00		
Подготовка	к	полднику,	полдник.	15-30-		15-45
Занятие:						
I			подгруппа	15-50	-	16-00
II			подгруппа	16-10	-	16-20
Подготовка	к	ужину,	ужин.	16-20	-	16-45
Подготовка	к прогулке,	вечерняя	прогулка.	16-45	-	17-30
Игра, уход детей домой.				17-30 - 18-00		