КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ТЕМА: ЗДРАВСТВУЙ, САДИК!

К двум годам дети уже умеют самостоятельно есть, одеваться, ходить на горшок, могут сообщить о своих потребностях. И, что немаловажно, вечером способны рассказать маме или папе обо всем, произошедшем за день. К тому же только на третьем году жизни малютка начинает осознавать, что мама никуда не исчезнет и в конце дня непременно заберет своё сокровище домой.

Настрой и мотивация.

Чтобы первый поход в садик не стал для ребенка неожиданностью, расскажите ему о том, что его там ожидает. Честно сообщите, придется расстаться и, вероятнее всего, вы оба будете очень сильно скучать. Но и о плюсах не забудьте: общение и игры с другими детками, занятия, прогулки.

Преподнесите изменения как новый этап взросления. Ребенок стал старше и теперь, как и мама с папой, будет заниматься делом (работать).

Обязательно предупредите кроху о том, когда заберете его. Точное время называть не нужно, привязывайтесь к событиям: ты поспишь в обед, затем покушаешь – и мама придёт за тобой.

Медосмотр желательно пройти за один месяц до выхода в детский сад, чтобы не было дополнительного стресса.

Завтра…снова в детский сад.

В первые дни ребенок испытывает мало положительных эмоций. Он очень расстроен расставанием с мамой и привычной средой. Если малыш улыбается, то в основном это реакция на новизну или на яркий стимул (необычная игрушка, одушевленная взрослым, веселая игра). Наберитесь терпения! На смену отрицательным эмоциям обязательно придут положительные, свидетельствующие о завершении адаптационного периода.

А вот плакать при расставании кроха может ещё долго, и это не говорит о том, что адаптация идёт плохо. Если ребёнок успокаивается в течение нескольких минут после ухода мамы, то всё в порядке.

Чем может помочь мама?

Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

- В выходные дни не меняйте режим дня ребёнка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять «отсыпаться» слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня. Если ребёнку требуется «отсыпаться», значит режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

- Не отучайте ребёнка от «дурных» привычек (на пример, от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему малыша. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему.
- Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте кроху, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте! Ему сейчас так нужна ваша поддержка!
- Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите кроху, помогите ему успокоиться и переключите на игру.

Дайте в сад небольшую игрушку (лучше мягкую), малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке-заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, что является частичкой дома, ребёнку будет гораздо спокойнее.

Важно, чтобы малыш понял: мама обязательно за ним вернётся!

Не делайте ошибок.

К сожалению, иногда родители совершают серьёзные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребёнка. Чего нельзя делать ни в коем случае:

- Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Просто ещё раз напомните, что вы обязательно придёте.
- Нельзя пугать детским садом. Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
- Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребёнке. Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди.
- Нельзя обманывать ребёнка, говоря, что придёте очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придёт не скоро, чем будет ждать её целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

  Первое время приводить на 2 – 3 часа.

  Познакомить с детьми детского сада, воспитателями, на прогулку прийти.

  Как только ваш малыш наладит контакт со сверстниками в группе, адаптационный период, считайте, прошёл. Это самый мощный стимул, отвлекающий от любых страхов и тоски по маме.