Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

центр развития ребёнка – детский сад №32 города Кропоткин

муниципального образования Кавказский район

**Консультация
для родителей,**

**посещающих консультационный центр**

**в МАДОУ ЦРР детский сад № 32**

 **Воспитатель:**

**Коновалова Т.А.**

**г. Кропоткин, 2021 год**

 **«Что нужно знать при поступлении ребёнка в детский сад»**

Адаптационный период фактически начинается в тот момент, когда Вы приняли решение о том, что Ваш ребенок будет посещать детский сад. Постарайтесь выяснить все интересующие Вас вопросы и в разговорах подготовить ребенка к изменению в его жизни. Придите вместе с ребенком в детский сад на прогулку. Заинтересуйте малыша всем происходящим в детском саду.

**Как определить, готов ли ваш ребенок к детскому саду?**

 Главный критерий – это готовность родителей. Пока хотя бы один член семьи сомневается в необходимости этого шага, ребенок не будет готов, даже если все тесты демонстрируют обратное. Практика показывает, что дети, родители которых воспринимают детский сад как единственный и самый оптимальный вариант, привыкают к нему значительно легче. Они реже вредничают по утрам, быстрее адаптируются к режиму и требованиям детского сада, и даже реже болеют. Это легко объяснимо. Просто родители, однозначно понимая, что у них нет альтернатив, не мучаются сомнениями: «А может быть, все-таки не надо?» – а проводят с ребенком соответствующую подготовительную работу.

**В каком возрасте лучше всего отдавать ребенка в сад?**

 Что касается возраста ребенка, то родители могут столкнуться с совершенно противоположными мнениями на этот счет. Одни психологи убеждены: легче проходит адаптация с 1,5 до 2 лет и после 3 лет; другие говорят, что лучше отдавать ребенка в сад в период утверждения «я» и желания быть самостоятельным и взрослым – с 2 до 3х лет. Есть масса примеров, подтверждающих эти рекомендации, но еще больше случаев, которые их опровергают. На самом деле нет однозначно благополучного возраста – этот вопрос надо решать индивидуально. В целом наиболее подходящим для поступления в детский сад считается период, когда ребенок уже может говорить, пользоваться горшком и самостоятельно подносить ложку ко рту. К тому же, большинство ДОУ не принимают детей младше трех лет.

**При каких обстоятельствах лучше отложить поступление?**

 Традиционно считается, что есть жизненные обстоятельства, при которых лучше повременить с поступлением в детсад (переезд, развод, рождение второго ребенка и т.д.). Иногда это действительно так. В некоторых же случаях такие перемены в жизни семьи могу стать плюсом и, наоборот, облегчить адаптацию. Если, конечно, родители успели к ним правильно подготовить ребенка. Например, планируя переезд, вся семья готовится к тому, что у каждого появится там новое значительное дело. У ребенка этим делом будет поступление в Его первое учебное заведение – Детский сад. В каждом конкретном случае последнее слово остается за мамой.

**Как и когда надо начинать готовить ребенка к детскому саду?**

 Если решение уже принято, перестаньте волноваться. Все будет хорошо. Не проецируйте свою тревогу на ребенка, не обсуждайте при нем возможных осложнений. Не стоит ударяться и в другую крайность, рисуя малышу идиллические картины его жизни в детском саду. Лучше всего занять позицию осознанной необходимости. Вместо волнений и надуманных разговоров стоит взять на вооружение опыт других мам. Если резюмировать его, то, готовя ребенка к саду, надо соблюсти всего лишь три правила:

1.Вызвать интерес и почти зависть к тем, кто туда уже ходит.

2.Настроить ребенка на то, что там будет работа, а не только праздник.

3. Как можно лучше познакомить ребенка с садиком.

4. Самой разузнать как можно больше о ДОУ. Доверяйте интуиции.

**Чему непременно надо научить ребенка?**

 В первую очередь – тому, чему в садике учить не будут. Это отправлению естественных нужд в возможное по режиму время. Звучит грозно и неприятно, но это так. Представьте, как будет чувствовать себя малыш, если он будет ежедневно хотеть в туалет «по большому» во время утренней прогулки. Или какие его ждут мучения, если он привык ходить в туалет только дома. Кроме того, надо учить ребенка говорить о своих желаниях. Чем четче малыш научится это делать, тем меньше проблем будет у него. Конечно, стоит учить и играть, и кушать, и слушать, но, в целом, всему этому детки очень легко обучаются уже в саду. Резко менять домашний режим на детсадовский нельзя. Но если ребенок встает в 11.00 или его дневной сон начинается только в 15.00, то месяца за три до поступления в сад надо начать его корректировать. Согласитесь, ребенку будет легче пережить данные изменения дома с мамой, чем в новом месте с незнакомой еще воспитательницей.

**Можно ли предупредить болезни, которые часто сопровождают вступление в новую жизнь?**

**До поступления.** Закаливать нужно всех детей, а детей, которые собираются в детский сад – особенно. Хождение босиком в помещении и по земле летом в любую погоду - самый простой и эффективный способ. Это укрепляет не только иммунную, но и нервную систему. Очень полезны любые водные процедуры (душ, ванна, озеро, море). Постепенно приучайте ребенка к холодному питью (кефир, молоко, сок из холодильника). Мороженое – это не только вкусно, но и полезно с точки зрения контраста температур. Не забудьте о витаминных комплексах для детей и гомеопатических препаратах долговременного действия для профилактики ОРЗ и гриппа. Какой бы ужасной ни была наша экология, ребенку стоит давать пробовать различную воду (от бутылочной до из-под крана). Тогда сюрприз в виде тяжелого расстройства вам грозит меньше. Словом, меньше стерильности. Если собираетесь когда-то отдавать ребенка в детские учреждения, то стоит об этом помнить почти с рождения.

**После поступления.**

 Когда ребенок приходит в детский сад, ему предстоит знакомство не только с детьми и взрослыми, но и массой самых разнообразных возбудителей болезней. Какой бы крепкой ни была иммунная система ребенка, это очень большая нагрузка. Поэтому рекомендуется в первый месяц следовать следующим правилам:

**1/ Проезд.**Если сад находится вдалеке от дома, то на первой-второй неделе лучше раскошелиться на такси или возить ребенка на личном автотранспорте. На 3-4 неделе можно пробовать ездить на общественном транспорте, а вот возвращаться лучше так же на такси или личном автомобиле. Накладно, но для иммунной системы ребенка это будет хорошим подспорьем и поддержкой.

**2/ Первая неделя пребывания в саду.** Маршрут «дом-сад» должен строго соблюдаться. Никаких заворотов в сторону, никаких отклонений. Не надо ходить в гости и приглашать их, гулять, посещать массовые мероприятия. Такой строгий порядок поможет иммунной системе ребенка познакомиться со всеми болезнетворными существами в садике и при этом на заболеть. Нарушение данного правила может привести к сильным иммунным сбоям, вплоть до пневмонии на первой неделе посещения (вне зависимости от погоды).

**3/Вторая-третья недели.** Для слабых, часто болеющих детей режим первой недели лучше продлить и на это время. Остальные могут начать гулять рядом с домом с хорошо знакомыми детьми.

**4/Четвертая неделя.** Можно возобновить посещение других учреждений, музыкальной школы, студии и т.п.

**Как провести первые недели в детском саду?**

Первый этап – приведите ребенка утром и оставьте малыша на 1-2 часа в группе, предварительно рассказав, что он сейчас поиграет в детском саду в новые игрушки, а мама сходит в магазин и очень скоро придет за ним. Этот этап может длиться столько, сколько нужно для вашего ребенка, пока он не привыкнет к мысли, что за ним всегда приходят. Определить длительность этого этапа вам помогут воспитатели, которые наблюдают за вашим малышом в эти часы.

Второй этап – оставьте ребенка на всю первую половину дня; придите за ним после обеда.

Третий этап – оставьте вашего малыша на сон. Если ваш ребенок привык засыпать только с мамой, то этот этап может оказаться достаточно стрессовым. Прислушивайтесь к рекомендациям воспитателей, как правило, у них достаточно большой опыт в этом вопросе, придите к обоюдному решению (может быть, малыш привык засыпать с пустышкой, с какой-нибудь игрушкой – в первое время это вполне допускается, сообщите о привычках вашего ребенка воспитателю). В следующие дни постепенно увеличивайте время пребывания ребенка в детском саду в течение 2-3 недель.

Так что, отправляя ребенка в детский сад, не рассчитывайте на то, что у вас сразу появится много свободного времени. Малыша надо приучать постепенно. Однако не слишком растягивайте этот процесс, иначе ребенок может привыкнуть к тому, что его забирают раньше других детей и что он находится в каком-то привилегированном положении. Это может отрицательно сказаться как на ваших с ним отношениях, так и на взаимоотношениях с детьми в группе.

Стоит помнить, что вышеописанные правила не догма, а рекомендации. Одному ребенку на адаптацию потребуется всего неделя, а другому – целый месяц, а то и два.

И последнее.Помните всегда: от родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка. Никогда не говорите фразы типа: «Вот будешь вести себя плохо в садике, тебя накажут». По утрам, когда собираетесь в детский сад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас, и для ребенка.