КОГДА ЛУЧШЕ ОТДАТЬ РЕБЁНКА В САДИК

На сегодняшний день дети обычно впервые идут в детский сад в возрасте от 1,5 до 4х лет. Четких рекомендаций, когда ребенку лучше пойти в садик не существует. Но рекомендуется отдать ребенка в садик до 5- 6 лет, чтобы он получил навыки социального общения со сверстниками, которые не могут дать ему родители.

ДО 1 ГОДА

Ребенок адаптируется легче, т.к. у него еще нет выраженной эмоциональной привязанности к родителям, и в садике он быстрее привыкает к сверстникам и воспитателям. В дальнейшем он будет легче, чем другие адаптироваться к новым условиям жизни. Такой ребенок в дальнейшем может оказаться не способным к длительной эмоциональной привязанности к родителям, жене, детям. У такого ребенка еще не сформирована иммунная система, а начало посещения садика для большинства детей совпадает с прекращением грудного вскармливания. Такие дети первый год будут часто болеть.

ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ

Это самый частый возраст, когда дети впервые идут в садик и одновременно самый сложный для ребенка с психологической точки зрения, потому что у такого ребенка еще нет потребности общения со сверстниками, ему вполне хватает домашнего общения, дети нуждаются в близком общении с родителями, и в персональном внимании, дети боятся незнакомых людей и необычных ситуаций, для мальчиков до 3х лет очень важна эмоциональная связь с матерью. Зато у таких детей значительно более зрелая иммунная система и меньше риск частых простудных заболеваний, они уже владеют некоторыми навыками самообслуживания, чем больше этих навыков, тем лучше для ребенка.

ПОСЛЕ 3 ЛЕТ

дети нуждаются в общении со сверстниками, взрослыми, в расширении круга общения, постепенно исчезают детские страхи, боязнь незнакомых людей и новой обстановки, дети владеют навыками самообслуживания, достаточно сформирована иммунная система.Психологи рекомендуют отдавать в детский сад девочек с 3х лет, а мальчиков с 3,5. Но не нужно забывать, что каждый ребенок индивидуальность и оптимальный период для начала посещения садика для каждого ребенка свой.

ЧЕМ ПОМОЧЬ?

НАУЧИТЬ

Чем больше ребенок будет уметь делать сам, тем легче ему будет в садике. Хорошо, если он умеет сам пить из чашки и есть ложкой — не будет сидеть за столом, ждать, когда его накормят и нервничать, или не откажется совсем есть в садике, потому, что воспитатели не умеют кормить, да еще и развлекать, так как мама. Ребенок будет сытым и спокойным, а не голодным и капризным.

Сам одевается и раздевается — не будет ждать своей очереди, чтобы его одели на прогулку или раздели после нее — не перегреется.
Сам пользуется унитазом, садится на горшок или хотя бы просится на него — не будет ходить в мокрых штанах или намеренно задерживать стул.

Чем лучше ребенок разговаривает — тем легче ему общаться с детьми и воспитателями — выражать свои желания. Нужно познакомить ребенка с другими детьми, а заодно и с их родителями — расширять круг общения.

Надо гулять там, где много детей, учить ребенка не бояться их и не обижать других, а играть с ними. Можно погулять на территории садика, объяснить ребенку, что скоро он будет сюда ходить каждый день, рассказать, что он будет делать в садике. Гулять на территории садика вечером, чтобы ребенок видел, как родители забирают детей.

Нужно сделать режим ребенка максимально приближенным к расписанию садика. Вставать утром пораньше, завтракать, обедать спать и полдничать, как в садике, между завтраком и обедом выйти погулять.

Ознакомиться с меню садика и максимально приблизить к нему рацион питания ребенка.

ЧЕМ ПОМОЧЬ?

УКРЕПИТЬ ЗДОРОВЬЕ

Питание ребенка должно быть полноценным. Содержать достаточное количество белков, жиров, микроэлементов и витаминов: все эти вещества участвуют в образовании антител, а значит укрепляют иммунитет. Поэтому в питании ребенка обязательно должны быть мясо, морская рыба, молоко (кефир), яйца, творог; свежие овощи и фрукты; растительное и сливочное масло.

Чаще всего дети идут в садик в августе-сентябре. А лето самое лучшее время для закаливания: полезно много гулять, делать воздушные ванны, ходить босиком, купать ребенка в открытых водоемах.
Ребенок, который впервые идет в детский сад, должен быть здоров, а если у него есть хронические заболевания — они должны быть в состоянии ремиссии. Лучше, если ребенок пойдет в садик не в сентябре, а в мае, июне или хотя-бы в начале августа. Тогда начало посещения садика не совпадет с ухудшением погоды и началом волны ОРЗ. Тогда ребенку будет легче адаптироваться к садику и не заболеть.

Обязательно организовать ребенку постепенное привыкание к садику. Многие родители торопят события, стараются скорее оставить ребенка в садике на весь день — это увеличивает риск срыва адаптации и развития заболеваний.

В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ

Пугать и наказывать ребенка садиком: (Вот пойдешь в детский сад, там тебя научат, как надо себя вести),
Плохо говорить о воспитателях при ребенке,
Приучать еще к чему- то новому или отучать от чего-то, возлагать на ребенка новые обязанности,
Резко менять режим дня во время болезни, по праздникам, в выходной.

РЕКОМЕНДУЕТСЯ

Папе отводить ребенка в садик. Обычно к папе ребенок привязан меньше, поэтому с ним легче расстаться. Кроме этого, рекомендуется не затягивать процедуру прощания.
Договариваться с ребенком, когда Вы его заберете и стараться не опаздывать.
Давать с собой первое время любимую игрушку или мамино фото, так малышу будет комфортнее.