

## ПОДГОТОВКА РЕБЕНКА К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДЕТСКОЕ ДОШКОЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

Человек родился и сразу попал в социальную среду, в которой ему надо жить, и которая постоянно меняется — это и разлука с мамой по любым причинам, это поступление в дошкольное учреждение, а потом в школу, это поездка в гости, в санаторий, это даже знакомство с новыми взрослыми и детьми, переезд на новую квартиру, на дачу и многое другое.

Когда ваш ребенок впервые поступает в детское дошкольное учреждение, ему приходится привыкать к новой обстановке, к незнакомым людям, подчиняться новым требованиям. Этот период привыкания (адаптации) к условиям детского учреждения у маленьких детей может протекать по-разному и зависит от прежнего опыта ребенка.

Период адаптации протекает значительно легче в том случае, если у ребенка до поступления в детское учреждение была определенная подготовка. Такая подготовка направлена на достижение хорошего состояния здоровья ребенка, его нормального физического и психического развития и во многом это зависит от того, как родители выполняют рекомендации и назначения участкового врача и медицинской сестры, которые наблюдают ребенка со дня его рождения.

Правила воспитания маленьких детей установлены в результате глубокого изучения особенностей развития детского организма и лучше всего следовать им с первых дней жизни ребенка, так как воспитывать легче, чем перевоспитывать. Если же в процессе воспитания малыша были допущены какие-то ошибки, лучше исправить их до поступления ребенка в детское дошкольное учреждение, в привычной домашней обстановке.

Итак, для того, чтобы ваш малыш благополучно привык к дошкольному учреждению, меньше плакал и меньше болел, необходимо:

- следовать рекомендациям врачей и педагогов с самых первых дней жизни ребенка; выполнять все правила ухода и профилактики заболеваний.
- тщательно следить за состоянием здоровья ребенка, его длиной и массой тела, психическим развитием (развитием движений, речи, игры, навыков).
- проводить систематическое физическое воспитание, закаливание ребенка, учитывая его возраст и состояние здоровья.
- организовать для ребенка правильный режим дня и питание, а за 2-3 месяца до поступления малыша в детское учреждение приучить его к режиму, который принят в группе, куда поступает ребенок, предварительно узнав об этом.
- до поступления в дошкольное учреждение отучить ребенка от отрицательных привычек при укладывании на сон, при кормлении (засыпание с укачиванием, кормление с игрушками и уговорами). Если же этого сделать не удастся, то в первый месяц посещения детского сада ломать вредные привычки нельзя. Перевоспитывать малыша начинают после его привыкания.
- приучить ребенка пить из чашки, есть с ложки, пользоваться горшочком в те возрастные сроки, которые рекомендуют специалисты, частично раздеваться и одеваться, мыть руки и лицо, пользоваться салфеткой.
- научить ребенка самостоятельно играть с игрушками, держать в руке карандаш, рассматривать картинки, книги и как можно меньше зависеть от взрослого во время бодрствования.
- воспитывать доброжелательное отношение к знакомым и незнакомым детям и

взрослым.

- закончить все необходимые профилактические прививки за несколько месяцев до поступления в детский сад.
- начинать оформление документов для поступления ребенка в дошкольное учреждение надо не позже, чем за 3-6 месяцев до выхода мамы на работу. Это время может потребоваться на обследование ребенка, его возможное оздоровление, на процесс адаптации к детскому учреждению, во время которого малыш нуждается в том, чтобы его брали домой раньше. В первое время надо приводить ребенка в детский сад всего на 2-3 часа, постепенно в течение первых 7-10 дней увеличивая продолжительность его пребывания в группе в зависимости от того, как он будет себя чувствовать.

Дома в этот период надо организовать для ребенка щадящий режим (обеспечить рациональное питание, не кормить насильно, увеличить продолжительность дневного сна и время пребывания ребенка на свежем воздухе, не принимать гостей и не ходить в гости, ласково, с особым терпением отвечать на все вопросы и потребности малыша). Обстановка в семье должна быть спокойной.

Еще один совет — в первые дни одевайте ребенка потеплее (не кутая), побольше давайте ему питья (теплого и витаминизированного), не сердитесь, если Ваш малыш в эти первые дни испачкает больше белья, чем обычно. Если ребенок заболел, не оставляйте его надолго дома, а сразу же после выздоровления приводите снова в детский сад.