

Пять правил, чтобы подготовить ребенка к детскому саду

Расскажите ребенку про детский сад. Объясните малышу, что такое детский сад и что он будет туда ходить, как все дети. Делайте упор на слове «все», говорите об этом, как о правиле. Обязательно скажите, что родители оставляют детей в группе только на день, а вечером всегда забирают. Почитайте сказки и посмотрите мультики про детский сад, вспомните личные истории.

Наладьте режим. Постепенно приближайте домашний режим ребенка к режиму в детском саду, иначе в первые дни в группе ему будет очень сложно перестроиться, что добавит стресса от новой обстановки. Просыпайтесь и ложитесь спать в то же время, что и в детском саду, наладьте обеденный сон, время прогулки и еды.

Научите базовым навыкам. Ребенку будет проще хорошо себя чувствовать в детском саду, если вы поможет ему научиться самому умываться, вытирать руки, одеваться и раздеваться, держать ложку. Да, если он не будет этого уметь, его научат наши педагоги – но в этом случае поначалу он будет каждый раз ждать, когда воспитатель удовлетворит его потребности вместе со сверстниками, ведь в группе много детей.

Отработайте ритуал прощания. Приучите ребенка к тому, что «мама иногда уходит, но всегда возвращается». Когда, например, уходите в магазин и оставляете ребенка с бабушкой, объясняйте ему, что вы сейчас уйдете и вернетесь «когда большая стрелка переместится вот сюда». Обязательно выполните обещание. Добавьте элемент ритуала, чтобы ребенок привык к нему, например, поцелуйте, обнимите, скажите, что любите. Всегда прощайтесь с ребенком одинаково, чтобы он чувствовал себя в безопасности.