



Чек-лист по подготовке ребенка к садику

Для мам, чьи детки впервые идут в детский сад, главным вопросом является, как же сделать так, чтобы адаптация прошла быстрее и легче. Решить этот непросто вопрос поможет наш незамысловатый чек-лист, благодаря которому ваше маленькое чудо быстро сможет адаптироваться в новой обстановке среди окружающих его сверстников.

Адаптация ребенка

Настроить ребенка на позитив

Расскажите ему, что в саду его ждут новые товарищи для игр, интересные занятия и новые игрушки.

Ускорить процесс социализации

Если малыш никогда не оставался без мамы, и сидит преимущественно дома, ему будет очень тяжело. Еще есть время, можно оставлять ненадолго малыша у бабушек (но всегда говорить о том, что мама скоро вернется и заберет), почаще ходить в гости и общественные места.

Соблюдать режим дня

В саду могут выдать памятку с режимом: повесьте ее на холодильник, и старайтесь его придерживаться.

Совершенствовать навыки самообслуживания

К примеру, сюда может входить самостоятельно садиться на стул, пить из чашки, пользоваться ложкой и т.д.

Отказаться от вредных привычек

Соски, бутылки и пр. Однако совмещать первые походы в сад и отучение от вредных привычек НЕЛЬЗЯ НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ! Двойной стресс нам точно ни к чему - поэтому - или до или когда совсем привыкнет к саду.

Покупать книги о детском садике

Это может быть хорошим пособием для родителей и одновременно рассказ для детей о девочке, которая впервые идет в детский сад. Много рекомендаций для взрослых и прекрасные акварельные иллюстрации.

Чаще использовать сказки от капризов

Психологические сказки для преодоления детских страхов, трудностей и капризов.

Организовать знакомство с детским садом

Полезно ребенка иногда приводить хотя бы на территорию садика. Очень повезло в этом плане тем, кто ходят вместе с мамами встречать из сада своих старших сестер или братьев.

Адаптация родителей

Настроиться взрослым на позитивный лад

Особенно мамы. Если мама верит, что сад очень важен для малыша, верит, что ему там будет хорошо, и малыш поверит. При малыше (да и без него) не стоит говорить, что вы боитесь отдавать его в сад, нервничаете и пр.

Обратить внимание на протекание болезней

Если течение ОРЗ постоянно сопровождается возникновением осложнений, то детский сад здесь совершенно ни при чем.

Не запугивать ребенка детским садом

если при первой же оплошности вы будете угрожать ребенку отправлением в детский сад, у него, у него просто выработается страх к этому месту, и тогда адаптация к садику будет проходить в разы сложнее.

Не забывать про любимые игрушки

Передайте в сад на некоторое время одну из любимых мягких игрушек, чтобы облегчить процесс засыпания. Лучше выбирать добродушного «зверя», которого легко постирать.

Проводить больше времени вместе

У малыша возрастает потребность в тесном контакте с мамой. Поэтому обнимайтесь чаще, играйте вместе, совершайте совместные прогулки после сада и на выходных.

Разговаривайте, рисуйте, дурачьтесь.

Не затягивать с процессом прощания

В саду быстро целуйте ребенка и вручайте воспитателям. Не стоит пытаться выждать, чтобы убедиться, как он там - плачет-не плачет.

Пройти обследование в поликлинике

Для посещения детского сада вам потребуется получить медицинскую карту ребенка. Перед тем, как получить карту, ребенок должен пройти диспансеризацию и посетить специалистов: педиатра, хирурга, ортопеда, невролога, отоларинголога, окулиста, дерматолога и психолога – а также сдать анализы.

Познакомить малыша с ровесниками

Возможно, они окажутся с ним в одной группе. В компании друзей привыкать к новым условиям уже легче.

Заранее взять отпуск

Чтобы в первые недели забирать малыша из детского сада пораньше. В первую неделю – после прогулки. В следующую – после обеда или тихого часа.

Общаться с ребенком, задавать вопросы

Расспрашивайте, как прошел его день, хвалите за успехи, вместе обсуждайте сложные ситуации, возникшие в группе.

Стараться реагировать на плач и нежелание идти в детский сад спокойно

Объясните ребенку, что «садик» – это почти то же самое, что и мамина или папина работа. Только интереснее.

Придумать вариации на тему игры в детский сад

Допустим, это может быть импровизированный обед для игрушек. Рассаживаем воспитанников за столом, угощаем чаем и вкусностями.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?