**Отводим ребенка в детский сад**

Детский сад для ребенка — это в первую очередь возможность общения с детьми своего возраста.

Мальчики и девочки, воспиты­ваясь в садике вместе, приобретают представление об адекватных половозрастных отношениях. Это особенно важно для тех ребяти­шек, у которых нет братьев и сестер или они находятся дома в кру­гу детей своего же пола.

В детском саду малыш поучаствует в коллективных играх, чего не сможет дома. Попробовав то или иное занятие, выберет понра­вившееся и под руководством воспитателя будет им заниматься. Это могут быть лепка из пластилина, рисование, аппликация, му­зыкальные занятия и др. В садике у воспитателя вы сможете ознако­миться с образовательной программой, по которой будут за­ниматься с вашим малышом.

Садик меняет ребенка. В группе детей он будет делать то, что у себя дома отказывается выполнять. Очень часто дети, считающие­ся дома «тихонями», в саду «пробуждаются», раскрепощаются. По­ложительно сказывается на здоровье ребенка и на воспитании в его характере собранности, организованности - режим дня, который должен соблюдать малыш в детском садике.

***Разумеется, важно не то, какие преимущества имеет детский сад, а способен ли ребенок его посещать*.**

Если малыш соглашается ненадолго отпустить маму от себя, это один из признаков того, что ребенок сможет посещать детский сад; но если ему по-прежнему необходимо держать маму постоянно в поле зрения, тогда обходиться без родителей он еще не может. Другой признак, говорящий о готовности ребенка посещать дет­ский сад, — это проявление интереса к другим детям, которых он видит на улице. Однако помимо чисто психологических моментов надо обра­тить внимание на более практические вещи. Например, ребенок должен уметь сам есть, одеваться и проситься в туалет. Несмотря на то что в нормальном дошкольном учреждении вполне спокойно относятся к «аварии», самому ребенку это будет крайне неприятно.

**Социальные и гигиенические навыки**

**Что необходимо знать и уметь малышу, когда он идет в детский сад:**

*малыш должен уметь самостоятельно есть из тарелки не толь­ко котлету, но и суп, пить из чашки, пользоваться салфеткой;*

*он должен знать, что перед едой следует мыть руки, и уметь вытирать их насухо полотенцем;*

*ребенок должен быть приучен проситься в туалет или на гор­шок и уметь аккуратно обращаться с умывальником и туалетом;*

*ребенок должен сам себя обслуживать: снимать и надевать колготки, носки, ботинки, шапку, складывать одежду;*

*малышу будет легче, если он научится внятно, не торопясь, отвечать на элементарные вопросы;*

*ребенок должен различать и называть предметы мебели,
одежды, посуды.*

Другими словами, готовя ребенка к детскому саду, необходимо сформировать у него некоторые социальные и гигиенические на­выки. И роль родителей в этом невозможно переоценить. Малыш охотно и энергично повторяет за *эмоционально значимым для не­го человеком* жесты, манеру, слова. Используйте эту особенность возраста в играх, направленных на умение взаимодействовать с другими людьми. *(См. раздел «Игры».)*

Следует учесть, что у детей 3 - 4 лет подражание может быть как примитивным, напоминающим механическое копирование, так и точным, ярким.

К концу четвертого года жизни ребенок способен приобрести такие нравственно-волевые качества личности, как способность не пугаться трудностей, умение мобилизовать свои усилия для дости­жения цели, помогать другим, соблюдать правила игры.

В **таблице № 1** отражены **основные социальные на­выки**, которыми должен обладать ребенок 3 - 4 лет.

В три года ребенок заявляет о себе как личность, он стремится стать независимым, все хочет делать сам, поэтому освоение навы­ков самообслуживания приобретает для него важнейшее значение, освоив их, малыш чувствует свою самостоятельность.

К тому же в детском саду воспитатель не сможет уделять ему столько внимания, сколько мама, а значит, многие вещи ребенку придется делать самому.

В **таблице № 2** даны **основные навыки** **гигиены**, которыми в 3-4 года ребенок должен обладать.

Все эти навыки и хорошие привычки легко усваиваются в играх (предлагаем некоторые из них в **разделе «Игры»**). Вы можете и сами позаниматься со своим ребенком. При этом необходимо прогова­ривать все действия, наполняя их смыслом.

Например, мы хотим научить ребенка мыть руки. Все действия раскладываем на этапы и каждый этап комментируем. Вот следую­щие вопросы-комментарии:

*Что задумали сделать!* — Нужно сделать руки чистыми, чтобы червяки не завелись.

*От какого исходного момента делать будем!* — Сейчас руки грязные.

*Что будем делать!* — Откроем кран с водой, возьмем мыло.

*Как будем делать!* — Разотрем мыло, сделаем из мыла белые перчатки с длинными белыми манжетами, смоем. Если перчатки серые или черные, то надо повторить, чтобы они стали белыми.

Обучая ребенка навыкам самообслуживания и общения со взрослыми и детьми, ориентируйтесь на режим дня (с учетом воз­раста малыша, разумеется), введенный в детском садике, это помо­жет ему приспособиться к новой обстановке.

 В каком бы садике ни воспитывался ваш ребенок, не следует ожидать, что воспитательница станет ему второй мамой. Мама у ребенка одна. Воспитатель следит за безопасностью ребенка, обучает его, но требовать особой любви к своему ребенку от вос­питателя не следует. Более того, воспитатель не должен никого из детей выделять, так как это может вызвать неприязнь других детей и конфликты в группе.

**Сделать счастливым ребенка могут лишь любящие родители, которые хорошо его знают и могут забо­титься о его счастье.**

 Не надо строить иллюзий и по поводу того, что детский сад — второй дом. Дом у ребенка один. А детский сад — это место, где ре­бенок проводит время, когда мама занята работой, где он общается со сверстниками, получает знания от воспитателей и педагогов. Ребенок должен быть уверен, что родители всегда поддержат его в трудную минуту, хотя и не одобрят его плохое поведение.

**Как подготовить ребенка к детскому саду**

Детский сад — это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Для малыша это будет первым расставанием с близкими людьми, следовательно, первым большим испытанием, которое он встретит самостоятельно. Даже если ваш ребенок уравновешен, ве­сел и с ним не возникает никаких проблем, его надо подготовить к посещению садика. Ему надо будет приспособиться к новому ритму и требованиям воспитателей. Обычно адаптация проходит быстро, однако к поступлению надо готовить, чтобы стресс не был болезненным.

Свое решение о посещении детского сада надо сообщить малы­шу с радостью, преподнести ему это как награду: *«Ты у меня теперь уже большой, ты пойдешь в садик, у тебя будет много друзей. Вос­питатель тебе даст цветные карандаши и альбом, в котором ты будешь рисовать, а потом ты покажешь его мне».*

Для детского сада потребуются определенные вещи. Пусть ребенок пойдет их покупать вместе с вами.

Позаботьтесь о том, чтобы *все вещи были максимально просты­ми и удобными, без лишних застежек и пуговиц, обувь на липучках или на молниях.* Освоить шнурки ребенку трудно, поэтому пусть лучше учится завязывать их дома без спешки. Шапку и шарф луч­ше заменить шапкой-шлемом — и в шею не надует, и надевать на­много проще. Вместо рубашки приготовьте водолазку, вместо коф­ты — свитер. В общем, главное, чтобы ребенок быстро собирался на прогулку и был аккуратным и опрятным.

Первые дни побудьте какое-то время с ребенком вместе в дет­ском саду, чтобы они прошли для него спокойно, познакомьтесь с воспитательницей, с детьми, привлеките его внимание к знакомым игрушкам, покажите его шкафчик для вещей. Продумайте, кто будет приводить и уводить ребенка. В первые дни это обязана будет делать, конечно же, мама. Накануне напомните малышу, что завтра он идет в группу, и от­ветьте на все вопросы ребенка.

На следующий день, если ребенок освоился, можно оставить его одного, но, уходя, обязательно попрощайтесь с ним и уточните, во сколько вы его заберете. *Например: «Ты пообедаешь, и я за тобой приду».* В противном случае ребенок не сможет сосредоточенно за­ниматься чем-либо, поскольку будет без конца оглядываться, про­веряя, тут ли его мама.

В первые два-три дня приходите за ним пораньше, желательно сразу после обеда.

В конце дня, приходя за ребенком, старайтесь не опаздывать. Если все дети уже разошлись по домам, а ваш остался один в дет­ском саду, он обязательно почувствует себя забытым.

Не следует рассказывать ребенку о том, что интересного случи­лось, пока он был в группе. Иначе малыш может решить, что самое интересное происходит без него.

*Дома необходимо создать спокойную обстановку*, чтобы ребе­нок мог передохнуть, приходя из детского сада. Ведь там он расхо­дует много энергии как эмоциональной, так и физической, пере­полняется впечатлениями, новыми сведениями и к вечеру устает.

Пусть после ужина он занимается тихими играми, побудет один немного, успокоится.

Любые гости, даже если это ваши друзья, будут для него поме­хой, потому что он устал от общества чужих людей. А если вы по­святите малышу немного времени, ему будет хорошо — он так со­скучился по родителям.

Необходимо постоянно проявлять интерес к его делам, внима­тельно выслушивать все, что он вам будет рассказывать о садике. И храните его рисунки или поделки, которые он принесет домой. По­мните: *любознательность и энтузиазм ребенка зарождаются и под­держиваются с помощью любви и поощрения.*

Если ребенок захочет отнести воспитательнице подарок, под­держите это желание. Если ему захочется привести к себе домой своего маленького друга по детскому саду, считайте, что для вашего ребенка уже нет разницы между его жизнью дома и жизнью в саду.

Принимать ли всерьез слезы ребенка при расставании? Многие дети, которые, в общем, довольны своей жизнью в группе, с трудом могут перенести сам момент расставания с мамой.

Если ребенок эмоционально напряжен и напряжение возраста­ет, посоветуйтесь с воспитателем, может быть, она сразу, как толь­ко ребенок появится в группе, даст ему интересное дело. Тогда он будет занят важной и интересной работой и отвлечется от неприят­ной ситуации прощания.

Если это не помогает, пусть ребенка провожает в детский сад другой родитель. Попросите также воспитательницу вечером рас­сказать вам, как вел себя ребенок после того, как вы ушли: быстро ли высохли слезы, легко ли малыш включился в игру. Понаблюдайте за своим малышом, не находится ли он в стрессовом состоянии. Признака­ми этого состояния являются:

отсутствие аппетита;

постоянное переедание;

частые расстройства пищеварения и изжога;

запоры и понос;

бессонница;

постоянное чувство усталости;

повышенная потливость;

нервный тик;

постоянное покусывание ногтей;

головные боли;

мышечные судороги;

тошнота;

затруднения с дыханием;

обмороки;

слезливость без видимой причины;

неспособность долго оставаться на одном месте;

привычка ерзать на стуле;

высокое кровяное давление.

 По наблюдениям психологов средний срок адаптации в детском саду в норме составляет: в 3 года - 2-3 недели, в старшем дошкольном возрасте - 1 месяц.

 Постарайтесь установить дружеские отношения с воспитателями детского сада, регулярно беседовать с ними. Они наверняка расскажут вам о ребенке то, чего вы не знаете. В саду дети часто говорят о том, что их беспокоит. Это позволит вам своевременно отреагировать на возникшие трудности у вашего ребенка.

**Таблицу** **1**

**Основные социальные на­выки, которыми должен обладать ребенок 3 - 4 лет.**

***В правой колон­ке предлагаем вам отмечать время появления первой реакции у ва­шего ребенка.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Навыки | Возраст проявления (в годах) | Время появления 1-й реакции |
| 1 | В присутствии взрослых ведет себя в соответствии с принятыми нормами. | 3 |  |
| 2 | Играет в простые игры с другими детьми. | 3 |  |
| 3 | Знает свои имя, фамилию, возраст. | 3 |  |
| 4 | Начинает осознавать, что не похож на других людей. | 3 |  |
| 5 | Начинается сюжетно-ролевая игра с проигрыванием (я — доктор и т.д.). | 3 |  |
| 6 | Соблюдает правила игры, если напо­минают об этом. | 3 |  |
| 7 | Играет в одиночку по собственной инициативе 15 минут. | 3 |  |
| 8 | Играет с 2—3 детьми, часто взаимо­действует с ними 15 минут. | 3,5 |  |
| 9 | Устойчиво выполняет 3 правила пове­дения в группе. | 3,5 |  |
| 10 | В присутствии взрослых ведет себя в соответствии с правилами. | 3,5 |  |
| 11 | Знает имя и отчество воспитателей. | 3,5 |  |
| 12 | Ждет или откладывает исполнение желания на 5 минут. | 3,5 |  |
| 13 | Играет в простые настольные игры. | 4 |  |
| 14 | Разрешает конфликты со сверстника­ми, пользуясь приемами убеждения и обсуждения. | 4 |  |
| 15 | Имеет представление о труде взрос­лых, с которыми сталкивается (двор­ник, шофер, врач), о некоторых тру­довых действиях этих людей (врач ле­чит, повар готовит). | 4 |  |
| 16 | Имеет представление о праздниках (Новый год, день рождения, мамин день). | 4 |  |

**таблице № 2**

**Основные навыки** **гигиены*, которыми в 3-4 года ребенок должен обладать.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Навыки | Возраст проявления (в годах) | Время появления 1-й реакции |
| 1 | Помогает убирать со стола. | 3 |  |
| 2 | Перекладывает что-либо из одной емкости в другую. | 3 |  |
| 3 | Ест сам, но наливает неаккуратно. | 3 |  |
| 4 | Пользуется вилкой и ложкой. | 3 |  |
| 5 | Сам моет руки с мылом. | 3 |  |
| 6 | Под присмотром взрослого ходит в туалет (снимает штанишки, садится на горшок, надевает сам). | 3 |  |
| 7 | Застегивает и расстегивает большие пуговицы. | 3 |  |
| 8 | Надевает обувь. | 3 |  |
| 9 | Расстегивает и застегивает молнию (не вставляя). | 3 |  |
| 10 | Благодарит после еды без напоминания | 3 |  |
| 11 | Сам пьет из посуды или из-под струи. | 3,5 |  |
| 12 | Сам пользуется туалетом. | 3,5 |  |
| 13 | Чистит зубы под присмотром. | 4 |  |
| 14 | Зашнуровывает ботинки. | 4 |  |
| 15 | Сам сморкается или просит, чтобы ему помог кто-нибудь из взрослых. | 4 |  |
| 16 | Вставляет и застегивает молнию. | 4 |  |