



Как приучить

Оптимальные возраст
приучения—
от 1,5 до 2 лет

Важны
последовательность действий
и **систематичность**!

Основные моменты приучения ребенка к горшку:

Покажите горшок, действия с ним.

Регулярно высаживайте.

Откажитесь от памперсов.

Отслеживайте позывы в туалет.

Хвалите за удачи.

Не ругайте за промахи.



Важно!

К высадке на горшок должен быть
готов не только сам ребенок,
но и его родители.

Понадобятся
терпение и благосклонность

ребенка к горшку?

Типичные ошибки:

- Сравнение с другими детьми
- Раннее высаживание (до года).
- Заставлять ходить на горшок, когда болеет.
- Резкий отказ от подгузников.
- Ругать малыша за промахи
- Стимулировать мочеиспускание звуками воды.



Хитрости и советы:

- ▶ Простая удобная одежда.
- ▶ Горшок в поле зрения на одном месте.
- ▶ Держим на горшке 5-7 минут.
- ▶ Родители и/или старшие братья и сестры подают пример.





Как рассказать ребенку про детский сад?

Что говорить ребенку?

Мама и папа ходят на работу, а **ВСЕ** детки твоего возраста ходят в детский сад.

Дети в садике **НЕ ЖИВУТ**, их родители приводят туда по утрам, а вечером забирают домой.

Что рассказать о распорядке дня?

Подробно опишите режим дня в саду.

Переспрашивайте и повторяйте информацию про режим дня.

Помните: детей пугает неизвестность.

С чего начать разговор?

Объясните: что такое детский сад, зачем туда ходят, почему он туда пошел.

Что рассказать о трудностях?

Всегда можно и нужно обращаться к воспитателю.

Предупредите: в группе много детей, и иногда надо ждать своей очереди и спросить еще раз.



Советы родителям:

Почитайте стихи и детские истории про детский сад.

Поиграйте в игру «Детский сад».

Придумайте ритуал прощания.

Научите необходимым навыками самообслуживания.

Поддерживайте общение с воспитателем и другими родителями.

Интересуйтесь, участвуйте в жизни малыша.

Радуйтесь его успехам и творчеству.

Не критикуйте детский сад при ребенке.



Старайтесь уделять больше внимания ребенку дома:

брать на руки, обнимать, укладывать спать.



Ошибки в адаптации к детскому саду

Ошибка № 1. Внезапный уход

К чему приведет: ребенок приходит в ужас, начинает плакать, возникает ощущение потери мамы навсегда.

Ошибка № 2. «Полное погружение»

К чему приведет: у ребенка возникает чувство, что его бросили.

Ошибка № 3. Неправильный настрой на посещение садика

К чему приведет: у ребенка возникнет отрицательное восприятие сада.

Ошибка № 4. Неготовность взрослых к детским слезам

К чему приведет: ребенок замкнется в себе, перестанет реагировать на серьезные перемены в жизни.

Ошибка № 5. Несистематичное посещение

К чему приведет: ребенок может манипулировать взрослыми через крики и слезы.



Ошибка № 6. Неправильный режим дня

К чему приведет: у ребенка возникает нервозность, он находится в состоянии стресса.

Ошибка № 7. Быстрый сбор

К чему приведет: к раздражительности, перевозности, плохому настроению и слезам.

Ошибка № 8. Нагрузка.

К чему приведет: повышенная переутомляемость ребенка приведет к болезням и усталости.

Ошибка № 9. Чрезмерная тревожность, озабоченность.

К чему приведет: тревога родителей переходит на детей.

Ошибка № 10. Нет необходимости.

К чему приведет: любые колебания родителей ребенок использует для того, чтобы не пойти в садик.

Ошибка № 11. Несоответствие питания.

К чему приведет: ребенок не будет питаться в саду



Развиваем навык самостоятельного одевания

Потребуется:

Терпение и спокойствие
Хорошее настроение
Спокойная обстановка
Поддержка и внимание
Дружелюбный тон
Игровой процесс одевания
Аппликации
Штаны и юбки на резинке
Одежда на размер больше.

Убрать:

Угрозы
Критику
Приказы
Подавление инициативы
Тугую и узкую одежду
Застежки
Кнопки
Шнурки

Правила самостоятельного одевания:

- ▶ Изучайте одежду и ее детали.
- ▶ Озвучивайте последовательность действий.
- ▶ Сначала научите ребенка как следует раздеваться.
- ▶ Постепенно увеличивайте количество предметов одежды
- ▶ Купите свободную и легко тянущуюся одежду
- ▶ Хвалите за успехи.
- ▶ Используйте прием подражания.
- ▶ Сложите одежду в доступное ребенку место.
- ▶ Планируйте время с запасом
- ▶ Предлагайте выбор одежды

Не помогайте, если ребенок
сам не просит!



Советы:

Как надевать носки

Пальчики не растопыриваем,
а собираем вместе.



Как надеть футболку

Свободные, без кнопок и пуговиц.
В горловину пролезает не лицом,
а макушкой.
Пальчики собираем в кулачок.



Как надевать штанишки

Надеваем штаны сидя,
вытягивая ноги перед собой.



Как надевать обувь

Купите обувь на молнии или липучках,
на размер больше.
Используйте аппликации или наклейки
для определения «левый-правый»



Как застегивать пуговицы

Используйте игру: на кусочке
ткани большие пуговицы
и петельки.





Режим дня

**Основные
режимные моменты в детском саду:**

Прогулка:

2 раза за день:
утром перед обе-
дом и вечером
после полдника.

Сон:

3 часа:
13.00 - 15.15

Питание:

Завтрак: 8.30 - 8.50
Второй завтрак: 10.30 - 10.40
Обед: 12.200 - 12.40;
Полдник: 15.30 - 15.50;

Соблюдение режима -
один из этапов подготовки ребенка к детскому саду.
Режим дня нужен для здоровья ребенка!

Сон.

Важные моменты.

Важен для физического
и психического здоровья.

Ложитесь спать в одно и
тоже время ежедневно

Заполняйте день двига-
тельной активностью.

**Важно, чтобы малыш
умел засыпать
без мамы!**

Прогулки.

Важные моменты.

Ежедневные продолжительны
прогулки с активными играми.

Закаливание организма, влия-
ние на психологическое состоя-
ние.

Получение информации и при-
обретение опыта общения.

**Длительность прогулки зави-
сит от возраста, сезона,
и погоды.**

Ритуал прощания

Что такое «ритуал прощания»?

Это действия и слова, которые транслируют посыл
«Я сейчас уйду, но обязательно вернусь»

Ваша задача – использовать ритуал **каждый раз**, когда
вы куда-то уходите.

Зачем нужен «ритуал прощания»?

Стабильность.
Спокойствие.
Психологическая готовность



Как создать ритуал?

Не убегайте

Прощайтесь каждый раз одним и
тем же способом.

Четко проговаривайте, во сколько
вернетесь.

Обнимайте и целуйте у дверей.

Сразу уходите.



И запомните:

малыш имеет право рас-
страиваться и плакать, ко-
гда вы уходите, ведь он
вас очень любит.



Рекомендации по адаптации

Что сначала?

Приводим домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада.

Знакомимся с меню детского сада и вводим в рацион похожие блюда.

Обучаем всем необходимым навыкам самообслуживания.

Расширяем «социальный горизонт».

Формируем положительную установку, желание идти в детский сад.

Поддерживаем, говорим, что любим, обнимаем берем на руки.

Планируем плавную адаптацию.

Как общаться с ребёнком?

1. Без принуждения.
2. Спокойно реагировать.
3. Дать время выговориться
4. Без осуждений.
5. Без акцента на себе.
6. Слушаем ребенка.
7. Не говорите вместо ребёнка.



Чтобы меньше болеть:

Совет №1 – правильно моем руки - избавляемся от вирусов и микробов

Совет №2 – тщательный подбор одежды - не допускаем перегрева, потливости и переохлаждения

Совет №3 – регулярное проветривание - снижаем концентрацию вирусов и бактерий

Совет №4 – гигиена после сада (смена одежды) - избавляемся от вирусов и бактерий в частичках слюны

Совет №5 – строгий режим сна - стимулируем деятельность иммунной системы.

Какие вопросы задавать?

1. Ты чувствовал себя счастливым сегодня? Что стало тому причиной?
2. Расскажи, узнал ли ты сегодня что-нибудь новое?
3. Помог ли ты кому-нибудь сегодня?
4. Может быть, кто-то помог тебе?
5. Случилось ли сегодня что-нибудь необычное?
6. Есть ли у тебя в садике любимое место?
7. Было ли тебе сегодня скучно?
8. Какой момент был самым радостным в сегодняшнем дне?
9. Что в садике тебе нравится делать больше всего?
10. А чего бы тебе вообще не хотелось делать?





Что важно знать

Важные моменты при развитии самостоятельности при приеме пищи:

Оптимальные возраст приучения — зависит от родителей. Чем меньше опекаете, тем быстрее освоит навык приема пищи.

Обязательно:
последовательность приучения и систематичность.

Чашка.



- Важен показ действий
- Начинаем с 3—4 глотков.
- Пьем любимое и знакомое питье.

Важное правило сервировки стола:

Не ставить на стол сразу все.
Первое и второе блюдо должны подаваться из разных тарелок.



Решили научить ребенка есть ложкой?

▶ Вся семья соблюдает правило «**Ребенок ест сам!**»!

▶ Ребенок ест сам **каждый день!** (за исключением болезни)

▶ Устраиваем семейные трапезы.

▶ Придерживаемся **режима** приема пищи.

▶ Начинаем с **удобных** блюд (каши, пюре)



о питании ребенка



Ребенок не ест в саду, ЧТО ДЕЛАТЬ?

Установите **режим питания.**
Откажитесь от перекусов.

Хвалите за достижения.
Не ругайте за отказ поесть.

Учите есть **САМОСТОЯТЕЛЬНО!**
Не торопите.

Не делайте из отказа от еды проблему.
Если малыш не ест в садике - не переживайте!

Готовьте дома **схожие блюда.**
Не давайте сладости по дороге в сад.



Устраивайте **семейные обеды,** ходите в гости, посещайте кафе.