



ИДЁМ В ДЕТСКИЙ САД!

Для многих родителей малышей, отпраздновавших своё трёхлетие, возникает вопрос о посещении детского сада. Идти или не идти, и если идти, то куда и как подготовиться к этому событию.

Ведущая рубрики Алина Дунаевская

Важно знать, что детский сад не обязателен для развития ребёнка, который проводит время в общении с детьми при домашнем воспитании. Это и прогулки, и развивающие занятия, и общение в компаниях мамочек с детьми. Самостоятельность и умение общаться со сверстниками достаточно развиваются и при домашнем воспитании, не говоря об интеллектуальном развитии, общей эрудиции и психологическом комфорте. И всё же психологи рекомендуют посещать детский сад в течение года перед школой для лучшей адаптации. В целом, с точки зрения науки, детский сад однозначно рассматривается как положительный фактор для воспитания.

Общая проблема большинства малышей, начинающих ходить в сад, — частые простудные заболевания. Родители ожидают, что освободится время для работы или других дел, а малыши начинают болеть, и планы рушатся. Необходимо время для адаптации. Желательно, чтобы, отправляя ребёнка в детский сад, в период адаптации малыша мама оставалась дома. Важно иметь возможность даже при небольшом недомогании (небольшом насморке, кашле) оставить ребёнка дома, не дожидаясь прогрессирования болезни и не подвергая риску заражения других детей. Составляйте свои планы с учётом того, что все дети, посещающие детские коллективы, более активно знакомятся с микроорганизмами (болеют ОРЗ), чем это было до посещения детского сада. Это факт, который нужно принять. Так обучается иммунная система детей, и это тоже важный момент в воспитании ребёнка.

Данный процесс будет проходить по-разному у разных детей и зависит от многих факторов.

◆ Состояние здоровья малыша. Следует учитывать как состояние иммунной, нервной систем, так и хронические заболевания, которые могут обостряться в стрессовых ситуациях. Начало посещения сада — это всегда в большей или меньшей степени стресс для малыша. Основная задача родителей — сделать так, чтобы этот стресс был как можно меньшим, тогда он будет стимулировать развитие малыша, а не угнетать его и пагубно влиять на иммунную систему. Каждое перенесённое ОРЗ заканчивается формированием иммунитета, уменьшая вероятность следующего заболевания. Тяжесть болезни будет зависеть от силы его иммунитета — у одних детей всё выльется в недельный насморк, а у других — в отит, бронхит, пневмонию. Стресс, который ребёнок переживает в новых условиях, сам по себе тоже снижает защитные силы организма. Проходя осмотр у врачей-специалистов, относитесь к нему серьёзно, а не формально. Обсудите с ними все слабые стороны и нюансы здоровья малыша.

◆ Безусловно, важно закаливание малыша. Начинать закаливание нужно как можно в более раннем возрасте, а не перед оформлением в детский сад. Статистика утверждает, что среди закаленных детей заболеваемость намного ниже. Самый простой способ укрепить иммунитет — это не снижать его, пытаясь держать ребёнка в тепличных условиях. Более подробно о закаливании читайте в №2 (62) журнала «Растём вместе».

◆ Несколько слов о натуральных иммуномодуляторах, помогающих иммунитету. Шиповник — незаменимый источник витамина С, особенно в зимнее время года. Мёд вообще с давних времен применяется как заживляющее, успокаивающее и стимулирующее выработку эндорфинов вещество. Однако помните и о его сильных аллергенных свойствах.

◆ Обязательно уделите внимание прививкам, которые должны быть сделаны до посещения детского сада. При этом со дня последней прививки должно пройти не менее месяца. Во время периода привыкания ребёнка к детскому саду прививки ему делать нельзя. Имейте в виду, что если ваш ребёнок ещё не привит всеми необходимыми прививками, это не может стать поводом к отказу в приёме в детский сад, потому что по закону семья имеет право решать самостоятельно, прививать ребёнка или нет.

◆ К сожалению, некоторые несознательные родители ведут своих заболевших детей в сад, подвергая опасности остальных. Воспитатель должен пресекать такие случаи. Если ситуация не меняется, постарайтесь поменять детский сад.

◆ Желательно, чтобы садик находился недалеко от дома. Если дорога в садик будет слишком длинной, то это, как и необходимость раннего подъёма, будет утомлять ребёнка и может влиять на адаптацию. Здание, в котором расположен детский сад, качество и своевременность ремонтных работ, спальня и столовая, место для прогулок, количество детей в группе, профессионализм и добросовестность сотрудников — всё это очень важно и существенно влияет на заболеваемость.

◆ В 3–4 года привычки, характер ребёнка уже во многом сформированы, и ему может быть трудно принять коллективную систему, если она существенно отличается от домашней. Постепенно подстраивайте режим дня под садиковский. Скорректируйте режим питания таким образом, чтобы ребёнок ел похожие блюда дома и в детском саду. Вечером укладывайте ребёнка спать не позднее 21 часа.

◆ И ещё необходимо полностью исключить угрозы и давление на ребёнка. Не нужно пугать малыша тем, что вы оставите его в саду навсегда в случае непослушания, запугивать строгими правилами и воспитателями. Расскажите своему ребёнку, что в детском саду он найдёт много новых игрушек и товарищей по играм, что это место создано для того, чтобы дети приходили и играли.

◆ Значительную роль в здоровом старте посещения детского сада играют психологические факторы. Малыш и его родители должны быть готовы к посещению сада. Очень важно, чтобы малыш был готов к расставанию с родителями и с интересом шёл в сад, а в саду был комфортный психологический климат и условия. Не так важно, насколько «элитным» будет садик, как то, к какому воспитателю попадёт ваш ребёнок. С другой стороны, родителям важно отпустить малыша, а не находиться в постоянной тревоге во время разлуки. Дети это чувствуют. Хорошо, когда у воспитателя есть возможность для экстренной связи с родителями, и наоборот. Вам будет спокойней. Если отдать в сад ребёнка, не готового к расставанию с домом, может нарушиться развитие естественного чувства привязанности к родителям, к дому. Теряется ощущение семьи как очень ценного и дорогого, что в дальнейшем может сыграть не лучшую роль.

◆ Есть такая категория деток, как «несадиковские». Нахождение в любом, даже самом замечательном саду для них мучение. Смиритесь с этим и найдите для малыша альтернативный вариант. Малыш всё равно ходить не будет — то ли из-за истерик, то ли из-за непрерывных болезней, а если и покорится, это не будет полезным для его развития, а приведёт к дистрессу.

Уважаемые родители! Если вы приняли решение, чтобы ваш малыш посещал детский сад, то пусть это принесёт вам и вашему малышу радость, здоровье и гармоничное развитие.