

УГОЛОК ПСИХОЛОГА

Во время адаптации ребенка
в ДОУ мелочей не бывает

Упрощаем жизнь
воспитателям и ребенку.

Ваша задача – облегчить
жизнь прежде всего самому ребенку, а
потом уже воспитателю. Если вы

грамотно подберете малышу гардероб, ему не придется стоять длинную очередь к нянечке, чтобы та помогла ему завязать, застегнуть, одеть, развязать, расстегнуть, снять...

Как это ни странно, грамотный выбор родителями одежды для малыша очень способствует легкой адаптации ребенка к детскому саду. В этом деле мелочей не бывает.

Вдумайтесь, если вы попали на какие-нибудь занятия и чувствуете себя всегда отстающим, у вас ничего не получается, вы будете с удовольствием туда ходить?

Так же и ребенок – если его всегда шпыняют “Опять ты самый последний” или “Опять у тебя перчатки” или “Ну почему ты не можешь сам сандалии надеть?”.

Малыш непрерывно будет чувствовать себя дискомфортно, он всегда отстающий, его всегда ругают, выливают на него раздражение по поводу неудобных завязок. Да и просто наблюдать как другие детки сами оделись и стоят ждут, а ты не можешь справиться с собственными вещами – мало кому из ребятишек будет приятно.

Думаю, что у каждого воспитателя есть свои нелюбимые предметы детского гардероба, не покупать которые он вас попросит на родительском собрании.

Одеть на прогулку двадцать-двадцать пять трехлетних ребятишек – задача не из легких.

Есть принципиальные родители, которые спорят с воспитателями и упорно покупают ребенку неудобные, но красивые вещи. Я же считаю, что нужно максимально упрощать жизнь как работникам детского сада, так и самого ребенка, потому что обычно именно в детском саду малыш начинает понимать, что каждый человек должен уметь сам одеться и начинает учиться этому непростому для трехлетки делу.

Прежде, чем расплатиться на кассе, спросите себя: “Сможет ли мой Сережа (Саша, Ваня...) надеть эту обновку сам? Помогаю я ему этим выбором адаптироваться в детском садике или мешаю?”

Обувь для детского сада

1. Обувь в группу

Во-первых, должна быть легкая обувь, потому что в группе, как правило, жарко.

Во-вторых, она должна защищать ножку малыша – мысы закрыты, чтобы случайно не поранились пальчики, подъем стопы защищен.

В-третьих, ребенок должен сам уметь ее надеть.

На мой взгляд, это должны быть сандалии с закрытыми мысами и высокой пяткой, желательна еще и с супинатором.

Самые удобные застежки на обуви для ребенка – липучки. Забудьте про шнурки, молнии и замочки с дырочками.

Сандалии с супинатором, поддерживающие пятку и защищающие пальцы малыша – отличный вариант для детского сада. Ортопедический вариант обуви для ношения в группе.



Не надо покупать очень открытые босоножки с застежками-замочками.



2. Обувь на прогулку

Руководствуйтесь тем же принципом – если кроссовки, то чтобы на липучках, сапоги без шнурков и замысловатых молний, завязок.

Зимой удобны валенки – вставил ноги и пошел, ничего застегивать не надо. Да, они некрасивые. Зато теплые и недорогие. Купите сапоги “на выход” и надевайте их в гости – тогда ваше эстетическое чувство (при застегивании с вашей помощью) будет полностью удовлетворено. А на каждый день в садик нужно что-то удобное.

3. Футболки для детского сада

Должны быть без кнопок сзади и на плечах, желательна без завязок и пуговиц – натянул через голову и готово. Рубашки с пуговичками отменяются. Еще немаловажный факт – достаточный разрез для головы, чтобы голова не застревала.

Почему флисовые кофты, а не шерстяные?

Во-первых, качественный флис выдерживает тысячу стирок и сохнет за пару часов (за ночь точно высыхает), что позволяет иметь в гардеробе одну, максимум две, кофты. Экономия.

Во-вторых, флисовая ткань не колется, приятна к телу (особенно к шее). Обязательно смотрите на качество молнии. Есть некоторые фирмы, которые делают крупные антивандальные молнии, которые детям очень легко застегивать.

4. Джинсы, шорты, штанишки

Старайтесь купить штанишки без пуговиц, ремня и молнии. На резинке. Понимаю, что это не так красиво, зато как удобно! Особенно ребенку. Все малыши стоят в очереди к воспитателю застегнуть штанишки, а ваш уже одет! Да еще самостоятельно!

Удобные джинсы – их сможет надеть самостоятельно даже самая маленькая девочка.



Две тугие пуговицы и молния – для трехлеток лучше не покупать.

Эти шорты не столь элегантны, как следующая модель, зато ребенок не будет мучиться пуговицей, молнией и ремнем. Такие шорты не надо покупать трехлетнему ребенку в садик.



Застегнуть/расстегнуть пуговицу, молнию и ремень – непреодолимая преграда для малыша.

Совет при покупке зимнего или осеннего комбинезона в садик:

- хорошие молнии,
- фасон под горло,
- немаркий, быстро сохнувший, способный выдержать стирку 3-4 раза в неделю (стирать придется часто, поэтому пуховики лучше не покупать).

Покупайте отдельный комбинезон с хорошей молнией и хорошо прикрывающий шею у ребенка. Штаны пачкаются значительно больше, чем куртка. Поэтому лучше покупать отдельные комбинезоны с яркой курткой и немаркими штанами (серые, коричневые, темно-синие штаны). Лучше НЕ покупать слитные комбинезоны. Дети одеваются поэтапно – сначала все надели колготки, потом кофты, потом штаны-ботинки, потом шапки, и только после этого – куртки. Если у вашего ребенка слитный комбинезон, то ему придется ждать других детишек одетым, и он сильно вспотеет перед выходом на улицу. А это всегда риск простуды. Не рекомендую покупать пуховики в садик, потому что их нельзя часто стирать.

Шапка для детского сада

Зимой – всем советую шлем. Любой ребенок в состоянии научиться надевать его самостоятельно, минуя завязки, и контроль за степенью их затянутости.



Плюс шлемов еще и в том, что не нужен шарф и шея всегда прикрыта. Собственно, правильно подобранный шлем и комбинезон изначально исключают в использовании шарф.

Шлем неизбежно растягивается, поэтому надо, чтобы при покупке был туговат (слегка туговат, если обычно вещи берем на вырост, то шлем наоборот, как бы слегка маловат). Это обусловлено тем, что шлем растягивается, и потом начинают открываться уши и лоб у ребенка. Еще обязательно проследите, чтобы был закрыт лоб (встречала модели, где лоб **ОЧЕНЬ** открыт).

Грамотно подобранная шапка-шлем снимает с мамы несколько забот сразу – уши, лоб, шея ребенка всегда закрыты, не надо постоянно поправлять

шапку, нет необходимости покупать шарф. Не надо покупать шапки с завязками. Самостоятельно трехлетний ребенок завязать их (так, чтобы нигде не дуло) не сможет. А создавать очередь на “завязывание” шапок к воспитателю неправильно.

Варежки

Только варежки. Забудьте про перчатки
Двадцать деток, помноженные на 10 пальчиков – и уже можно не думать о прогулке, а только сидеть в раздевалке и вставлять пальчики в свои домики.

Можно купить классические вязанные варежки. Можно купить краги.

Всю одежду, что вы надеваете на ребенка в детский сад, должно быть априори не жалко.



Обычно у ребенка на счету несколько сломанных или выданных молний, футболки закапаны неотстирывающимся компотом, порванна шапка-шлем (видимо, попала в молнию на куртке), дырки на колготках и т.д.

Это не потому, что воспитатели плохие. Просто ребенок учился одеваться самостоятельно.

Молнии вырвала, когда пыталась самостоятельно научиться застегивать кофту, пятна – когда училась есть, шапку-шлем порвала, когда застегивала куртку.

Это необходимый процесс взросления и умения не отставать от коллектива.

Отправляя ребенка в детский сад в обновке, помните, что с ней (с обновкой) может случиться всё, что угодно.

Мой совет – не одевайте ребенка в садик слишком нарядно (кроме утренника, конечно) и слишком дорого, чтобы не было жалко потраченных на одежду денег. Это отнюдь не означает, что надо водить малыша только в старых “убитых” вещах и не покупать ничего нового.

Опрятные, выглаженные, хорошо сидящие вещички всегда выигрышно смотрятся. Но самые ваши любимые и дорогие образы лучше берегите

Педагог-психолог: В.И. Ковалева