

Как подготовить ребенка к детскому саду.

Вы получили долгожданную путевку в детский сад? И, вероятнее всего, осенью, Ваш малыш впервые будет надолго расставаться с Вами. Чтобы привыкание к таким переменам прошло легче, начните готовить малыша к садику уже сейчас.

1. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы Ваш малыш пошел в сад.
Например: «Детский сад – это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кроватки, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все сможешь посмотреть, потрогать, поиграть со всеми игрушками. В саду дети кушают, играют, гуляют. Я хочу пойти на работу, мне это интересно. И я хочу чтобы ты пошел (пошла) в детский сад чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в детский сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в саду, а я расскажу тебе, что у меня было интересного на работе. Многие родители хотели бы отправить своих детей в садик, но берут туда не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя в садик. Но нужно подготовиться, купить все необходимые вещи, приготовить «радостную коробочку» и выучить правила детского сада.»
2. Проходя мимо детского сада, радостно напоминайте ребенку, что ему повезло – осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым **в присутствии малыша** о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.
3. Подробно расскажите ребенку **о режиме детского сада**: что, в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет Ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет ребенок когда придет в садик. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что будет делать после прогулки, куда складывать вещи, кто ему будет помогать раздеваться и что он будет делать после обеда. Такими вопросами сможете проверить, как ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок увидит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя спокойно.
4. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, о том, как и **к кому он может обратиться за помощью**. Например, «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: Я хочу пить». Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Попробуйте проиграть все эти ситуации дома. Например: Вы- воспитатель, а медвежонок хочет пить (Вам придется вначале говорить и за медвежонка). Хорошо, если в следующий раз ребенок «захочет быть» мишкой или воспитателем. Поддерживайте такие игры.

5. Приготовьте вместе с ребенком **«радостную коробочку»**, складывая туда недорогие вещи. Это могут быть недорогие игрушки, которые остаются привлекательными для вашего ребенка, и обрадуют других малышей. Это могут быть коробочки с вложенными в них забавными предметами; красивые бумажные салфетки или лоскутки приятной на ощупь ткани; книжки с картинками. Если умеете делать оригами, то смело отправляйте в коробочку бумажного журавлика или собачку. За лето вы наполните коробочку. И тогда осенью, по утрам, вам проще будет отправлять ребенка в сад – с игрушкой веселее идти и проще завязывать отношения с другими детьми.
6. Научите ребенка **знакомиться с другими детьми**, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки другим детям.
7. Разработайте вместе с ребенком **несложную систему прощальных знаков** внимания и ему будет проще отпускать Вас.
8. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду **может потребоваться от месяца до полугода**. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если у семьи на этот период будет возможность подстроиться к особенностям адаптации ребенка.
9. Убедитесь в том, что Вы уверены в необходимости детского сада для вашего ребенка именно сейчас. **Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садового воспитания**. Любые Ваши колебания ребенок использует для того чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
10. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, о Саше, о Сереже... Поощряйте обращение Вашего малыша за помощью и поддержкой к другим людям в Вашем присутствии.
11. В присутствии своего ребенка **избегайте критических замечаний** в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
12. В период адаптации **эмоционально поддерживайте** малыша. Теперь вы проводите с малышом меньше времени, - компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда что-то новое, всегда вначале бывает страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится!»
13. Если через месяц ваш ребенок не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те рекомендации, о которых вы забыли.
14. Если вам нужна помощь или поддержка – психолог детского сада ждет Вас!