Если скоро в детский сад.

Мало кто задумывается: готовность к детскому саду очень важна. Иначе воспоминания о пережитом кошмаре останутся с человеком на всю жизнь. Если решение отвести малыша в детский садик принято, перестаньте волноваться. Не проецируйте тревогу на ребенка, не обсуждайте при нем возможных осложнений, Не стоит ударяться и в другую крайность, рисуя малышу идиллические картины жизни в садике.

Обратите внимание на режим дня ребенка. Он должен быть построен так, чтобы малыш легко просыпался за час –полтора до того времени , когда вы планируете выходить из дома в детский сад. Если ребенок уже не спит днем , приучите его просто лежать в постели одного.

Научите его каким нибудь играм: в слова с самим собой, вспоминанию выученных им стихов, песен, рассматриванию окружающих предметов. Очень полезны так называемые «пальчиковые» игры. Хорошо если удастся смоделировать ситуацию коллективного тихого часа.

Постарайтесь приучить ребенка ходить в туалет по большому в одно и тоже время (не с 11 до 13 –время прогулки в детском саду). По маленькому малыша нужно научить ходить в туалет не тогда , когда уже «очень хочется» , а заранее: перед выходом в детский сад, перед прогулкой, перед сном.

Максимально приблизьте меню ребенка к детсадиковскому, устраните «кусочничество» между приемами пищи. Попробуйте снизить калорийность употребляемой малышом пищи, что через время может привести к улучшению аппетита.

Закаляйте ребенка. Хождение босиком укрепляет иммунную и нервную системы. Полезны любые водные процедуры. Постепенно приучайте ребенка к прохладному питью.

Часто дети плачут при расставании с мамой. Но если после того как она ушла, ребенок чувствует себя хорошо, не грустит, то скорее всего надо изменить лишь сложившуюся «традицию» расставания «Почетной обязанностью» малыша может стать помощь маме при сборах на работу, а также такие ритуалы, как провожать маму до дверей или помахать ей рукой из окна .Но есть дети сильно нервничающие в мамино отсутствие. Как правило такое поведение детей является следствием поведения взрослых. Повышенная тревожность мамы, неправильная оценка собственной роли в жизни ребенка- все эти причины могут спровоцировать подобное поведение. Лучше всего приучать ребенка к расставанию с мамой, создавая ситуации, когда малыш сам хочет попросить ее отлучится. Например, он заигрался, поручения, прибрать игрушки или найти игрушку.

Проследите, как ребенок играет с другими детьми. Приходит ли он к группе играющих детей? Если ему трудно это сделать, помогите ему: научите правильно здороваться заходя в группу, предлагать другим детям свои игрушки, правильно реагировать на отказ, находя компромиссный вариант.

И еще немного об игрушках… Приучайте ребенка приносить в детский сад или во двор только те игрушки,которыми он готов поделиться с друзьями или детьми. В противном случае малыш прослывет жадиной , или будет все время находиться в тревоге за свою любимую игрушку