

Подготовка ребенка к посещению детского сада.

На что обратить особое внимание.

Время, когда ребенок пойдет в детский сад очень волнительно для родителей.

Минимальный **период адаптации** к детскому саду длится около 2-х недель, в среднем он занимает от 1 до 3 месяцев. **Период адаптации к садику проходят не только дети, но и их родители**, поэтому всем членам семьи нужно отслеживать свои чувства, понимать их. Готовьте себя заранее. Не обсуждайте свои тревоги и сомнения в присутствии ребенка! Наоборот, говорите о том, что в жизни маленького человека начнется новый и интересный период, что он уже достаточно вырос, и может многое делать сам. Будьте спокойны, уверены и последовательны. Если у вас возникнут хотя бы малейшие колебания, ребенок их «уловит», и ему будет еще труднее расставаться с вами. **Тревога и беспокойство родителей напрямую передается детям.**

О чем подумать заранее?

- Постарайтесь, чтобы первые недели пребывания малыша в саду совпали с **отпуском одного из родителей**
 - **Заранее договоритесь** с воспитателями, **в какой день и в какое время вы впервые приведете** своего ребенка
 - Заполните и принесите с собой **анкету**, которая даст возможность воспитателям узнать особенности вашего ребенка, или расскажите об этом при встрече
 - Приводите в детский сад **только здорового ребенка**
 - Первое время **оставляйте ребенка одного в садике лишь на несколько часов**, забирайте во время прогулки до обеда. Постепенно **увеличивайте этот интервал**, приходя за ним после обеда, затем после тихого часа, полдника. **Если не возникает осложнений, через 1-2 недели можно перейти на обычный режим.**

Главное, чтобы ваши действия были полностью согласованы с воспитателем.

Для того чтобы адаптационный период прошел успешно, необходимо начать подготовку к этому ответственному событию заблаговременно!

- Готовьте ребенка к **общению с детьми его возраста**. Посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочнице. Ходите с ним на праздники, на дни рождения детей, приглашайте друзей с детьми к себе. Наблюдайте, как ребенок себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован? Если общение трудно дается малышу, помогите ему. Научите его, как правильно здороваться с детьми, как попросить разрешения поиграть с ними, как предложить другим свои игрушки и попросить чужие, как правильно реагировать на отказ.
- Расширьте **контакты ребенка с незнакомыми взрослыми**. Приглашайте к себе и посещайте своих друзей, у которых нет детей, проводите с ними время на природе, в общественных местах.
- Старайтесь приучить ребенка **оставаться без мамы** (с папой, бабушкой, дедушкой или няней).
- Организуя совместные игры, **стимулируйте самостоятельную игру** ребенка. Например, собирая вместе с ним пирамидку, предложите ему самому закончить сборку, а играя с малышом в кормление куклы, попросить его от имени куклы причесать или искупать ее в ванночке. Адаптация протекает легче всего у тех малышей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно играть с игрушками сами. Впервые попав в садик, они быстро откликаются на предложение воспитательницы поиграть, с интересом исследуют новые игрушки.

- **Поощряйте самостоятельность** ребенка и не подавляйте его инициативу.

- Заранее **объясните ребенку (и покажите), что такое детский сад**, кто и зачем туда ходит. Скажите, что он скоро вырастет, и тоже будет туда ходить.

- **Дома играйте в детский сад с игрушками.** Пусть одна из игрушек будет самым малышом. Помогите ребенку найти ей друзей и попытайтесь решать различные проблемы, которые могут у нее возникнуть. Ориентируйте игру на положительные результаты.

- **Научите ребенка необходимым в детском саду навыкам самообслуживания:**

- Пить из кружки
- Есть ложкой и вилкой
- Самостоятельно одеваться и раздеваться (подберите одежду, которую ребенок может одеть сам). Помните, что эти навыки являются наилучшими упражнениями для умственного развития ребенка в этом возрасте!
- Самостоятельно пользоваться туалетом
- Понимать и правильно реагировать на слово «нельзя»

- **И наоборот отучите ребенка от ритуалов, которые невозможно соблюдать в группе детского сада, таких как:**

- Соски-пустышки
- Кормления из бутылочки
- Кормления с отвлечением (книга, телевизор, «за маму, за папу...»)
- Использование памперсов
- Укачивание перед сном
- Засыпание рядом с мамой

- **Максимально приблизьте режим дня малыша (время кормления, сна, бодрствования) к распорядку дня в детском саду.**

ЖЕЛАЕМ ВАМ ВСЕГО НАИЛУЧШЕГО!