

## Как подготовить ребенка к детскому саду

Детский сад — это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Для малыша это будет первым расставанием с близкими людьми, следовательно, первым большим испытанием, которое он встретит самостоятельно. Даже если ваш ребенок уравновешен, весел и с ним не возникает никаких проблем, его надо подготовить к посещению садика. Ему надо будет приспособиться к новому ритму и требованиям воспитателей. Обычно адаптация проходит быстро, однако к поступлению надо готовить, чтобы стресс не был болезненным.

Свое решение о посещении детского сада надо сообщить малышу с радостью, преподнести ему это как награду: *«Ты у меня теперь уже большой, ты пойдешь в садик, у тебя будет много друзей. Воспитатель тебе даст цветные карандаши и альбом, в котором ты будешь рисовать, а потом ты покажешь его мне».*

Для детского сада потребуются определенные вещи. Пусть ребенок пойдет их покупать вместе с вами.

Позаботьтесь о том, чтобы все вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек и пуговиц, обувь на липучках или на молниях. Освоить шнурки ребенку трудно, поэтому пусть лучше учится завязывать их дома без спешки. В общем, главное, чтобы ребенок быстро собирался на прогулку и был аккуратным и опрятным.

Первые дни побудьте какое-то время с ребенком вместе в детском саду, чтобы они прошли для него спокойно, познакомьтесь с воспитательницей, с детьми, привлеките его внимание к знакомым игрушкам, покажите его шкафчик для вещей.

Продумайте, кто будет приводить и уводить ребенка. В первые дни это обязана будет делать, конечно же, мама.

Накануне напомните малышу, что завтра он идет в группу, и ответьте на все вопросы ребенка.

На следующий день, если ребенок освоился, можно оставить его одного, но, уходя, обязательно попрощайтесь с ним и уточните, во сколько вы его заберете. Например: *«Ты пообедаешь, и я за тобой приду».* В противном случае ребенок не сможет сосредоточенно заниматься чем-либо, поскольку будет без конца оглядываться, проверяя, тут ли его мама.

В первые два-три дня приходите за ним пораньше, желательно сразу после обеда.

В конце дня, приходя за ребенком, старайтесь не опаздывать. Если все дети уже разошлись по домам, а ваш остался один в детском саду, он обязательно почувствует себя забытым. Не следует рассказывать ребенку о том, что интересного случилось, пока он был в группе. Иначе малыш может решить, что самое интересное происходит без него.

Дома необходимо создать спокойную обстановку, чтобы ребенок мог передохнуть, приходя из детского сада. Ведь там он расходует много энергии как эмоциональной, так и физической, переполняется впечатлениями, новыми сведениями и к вечеру устает.

Пусть после ужина он занимается тихими играми, побудет один немного, успокоится.

Любые гости, даже если это ваши друзья, будут для него помехой, потому что он устал от общества чужих людей. А если вы посвятите малышу немного времени, ему будет хорошо — он так соскучился по родителям.

Необходимо постоянно проявлять интерес к его делам, внимательно выслушивать все, что он вам будет рассказывать о садике. И храните его рисунки или шитье, которые он принесет домой. Помните: любознательность и энтузиазм ребенка зарождаются и поддерживаются с помощью любви и поощрения.

Если ребенок захочет отнести воспитательнице подарок, поддержите это желание. Если ему захочется привести к себе домой своего маленького друга по детскому саду, считайте, что для вашего ребенка уже нет разницы между его жизнью дома и жизнью в саду.

Принимать ли всерьез слезы ребенка при расставании? Многие дети, которые, в общем, довольны своей жизнью в группе, с трудом могут перенести сам момент расставания с мамой.

Если ребенок эмоционально напряжен и напряжение возрастает, посоветуйтесь с воспитателем, может быть, она сразу, как только ребенок появится в группе, даст ему интересное дело. Тогда он будет занят важной и интересной работой и отвлечется от неприятной ситуации прощания.

Если это не помогает, пусть ребенка провожает в детский сад другой родитель. Попросите также воспитательницу вечером рассказать вам, как вел себя ребенок после того, как вы ушли: быстро ли высохли слезы, легко ли малыш включился в игру.

Если через две недели ваш ребенок будет плакать перед уходом в детский сад, то не надо настаивать. Возможно, он еще «не созрел» для садика. Пусть побудет дома, поведете его позже.