

## Как подготовить ребенка к детскому саду

Период привыкания к детскому саду – не самый легкий в жизни малыша и его мамы. Вы наверняка будете волноваться о том, как там ваш ребенок, а он первое время будет сильно скучать по маме. Не волнуйтесь – со временем все наладится.

### Выбор - в пользу детского сада

Итак, вы решили отдать ребенка в **детский сад**. Ваша семья находится теперь на пороге другой жизни. Будем считать, что вы уже нашли подходящий **детский сад** и договорились о приеме малыша. Теперь на очереди следующий важный этап - адаптация вашего малыша. Для того, чтобы адаптация ребенка к саду прошла менее болезненно, очень важно заранее - месяца за 3--4 - заняться самостоятельной подготовкой ребенка к **детскому саду**.

1. Расскажите ребенку, что такое **детский сад**, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в **детский сад**. Например: "**Детский сад** - это такой большой дом с красивым садиком, куда мамы и папы приводят своих детей. Тебе там очень понравится: там много других детишек, которые все делают вместе - кушают, играют, гуляют. Вместо меня там будет с тобой тетя-воспитательница, которая станет заботиться о тебе, как и о других малышах. В **детском саду** очень много игрушек, там замечательная детская площадка, можно играть с другими детьми в разные игры и т.д.". Другой вариант: "**В детском саду** дети играют друг с другом и вместе кушают. Я очень хочу пойти на работу, потому что мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в **детский садик** - потому что тебе там понравится. Утром я отведу тебя в садик, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в **детском саду**, а я расскажу тебе, что у меня произошло за день на работе. Многие родители хотели бы отправить в этот **детский сад** своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло - осенью я начну тебя туда водить".
2. Когда вы идете мимо **детского сада**, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло - осенью он сможет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, - ведь его приняли в **детский сад**. И через некоторое время ваш ребенок будет сам с гордостью говорить окружающим о том, что скоро он пойдет в **детский сад**.
3. Подробно расскажите ребенку о режиме **детского сада**: что, как и в какой последовательности он будет там делать. Чем подробнее будет ваш рассказ - тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш малыш, когда пойдет в **детский сад**. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что он будет делать в саду после прогулки, куда он будет складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, и что он будет делать после обеда. Задавая эти вопросы, вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность действий. В **детском саду** малышей обычно пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит так, как было ему заранее "обещано", - он чувствует себя увереннее.
4. Поговорите с ребенком о трудностях, которые могут возникнуть у него в **детском саду**. Обговорите, к кому в этом случае он сможет обратиться за помощью, и как он это сделает. Например: "Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: "Я хочу пить", и воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом воспитателю". Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по его первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу: "Воспитатель не сможет помочь одеться сразу всем детям, поэтому тебе придется немного подождать".
5. Научите ребенка знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, в свою очередь, предлагать игрушки другим детям.

6. Пусть малыш сам выберет себе в компаньоны любимую игрушку, с которой он сможет ходить в **детский сад** - ведь вместе намного веселее!
7. Существуют разные мнения о том, стоит ли находиться маме рядом с малышом в начальный период адаптации к **детскому саду**. Кажется бы, что тут плохого, если мама посещает садик вместе с ребенком? Все довольны, малыш не плачет, мама спокойна. Но тем самым неизбежное расставание только затягивается. Да и другие дети, глядя на чужую маму, не могут понять - а где же в таком случае моя? Поэтому будет лучше для всех, если с первого же дня ребенок попытается остаться в группе один, без опеки мамы. А опытные воспитатели возьмут заботу о малыше в свои руки.
8. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания - так ему будет проще отпустить вас. Например, поцелуйте его в одну щечку, в другую, помашите ручкой, после чего он спокойно идет в садик.
9. Помните, что на привыкание малыша к **детскому саду** может потребоваться до полугода времени, поэтому тщательно рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность "подстроиться" под особенности адаптации малыша.
10. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности детсадовского воспитания. Любые ваши колебания хитрый малыш сумеет использовать для того, чтобы остаться дома и помешать расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, для родителей которых **детский сад** является единственной альтернативой.
11. Ребенок привыкнет к **детскому саду** тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего малыша по именам. Спрашивайте его дома о новых друзьях. Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем легче будет вашему ребенку.
12. Совершенных людей нет. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов.
13. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес **детского сада** и его сотрудников. Внимание - никогда не пугайте ребенка **детским садом!**
14. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте его, целуйте.