Идем в детский сад!

*Как подготовить ребенка к посещению детского сада?*

* Убедитесь в собственной уверенности, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности общественного 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.
* Настройте малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
* Объясните ребенку необходимость посещения детского сада (самая распространенная причина - «дома никого нет») и поддерживайте видимость ухода на работу.
* Расскажите ребенку, что такое детский сад; о режиме дня - что, как и в какой последовательности он будет делать.
* Обратите внимание на формирование навыков самообслуживания (самостоятельный прием пищи, использование горшка, умение частично одеваться-раздеваться и др.).

*Как общаться с ребенком в период адаптации?*

* Малыши очень хорошо чувствуют эмоциональное состояние близких для них взрослых. Ваше спокойствие, уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу. И наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для нее нет.
* В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
* Никогда не пугайте ребенка детским садом: «будешь плохо себя вести – отведу в детский сад».
* В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Малышам трудно в этом возрасте рассказать, чем они занимались в детском саду. Поэтому можете поиграть в игру: давай я угадаю, что вы в саду сегодня делали. Вы говорите, а ребенок соглашается или нет.
* Хорошо после садика неспешно погулять. Дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами. Распределите бытовые обязанности со своими домашними так, чтобы вечером не менее часа кто-то из вас играл и общался с малышом, не занимаясь одновременно просмотром телепередач, приготовлением ужина и т.д.
* Будьте снисходительны к капризам малыша вечером, т.к. после целого дня в детском саду ему необходимо снять накопившееся нервное напряжение. Однако придерживайтесь золотой середины и не бросайтесь в крайности, когда ребенку позволяется вести себя как ему вздумается или когда ему каждый вечер приносится новая игрушка.
* Создайте в доме атмосферу уютной тишины и спокойствия, не надо отправляться в гости, цирк или собирать у себя большие компании в этот период.
* В период адаптации не оставляйте ребенка в дошкольном коллективе на целый день, постарайтесь как можно раньше забирать домой.

*Как облегчить утренние расставания?*

* Придумайте вместе с ребенком ритуал прощания-расставания. Это могут быть какие-то смешные приятные действия – пожатие руки, поцелуй в нос, волшебная абракадабра, или простое: «пока, скоро увидимся».
* Любимая игрушка помогает пережить расставание. Постарайтесь уговорить ребенка оставить ее переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Если ребенок на это не согласится, пусть игрушка ходит с ним ежедневно.
* Научитесь прощаться с ребенком быстро, давая таким образом понять, что вы уверены в нем и в его умении справиться с собой. Не затягивайте процесс расставания. Ребенок почувствует ваше беспокойство за него, и ему будет еще труднее успокоиться.
* Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
* Не пытайтесь подкупить ребенка, чтобы он остался в саду за купленную игрушку.
* Четко дайте ребенку понять, что какие бы истерики он ни закатывал, он все равно пойдет в садик. Если вы поддадитесь, в дальнейшем вам будет уже гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.
* Привлеките внимание воспитателя. Вам нужен человек, который будет радушно встречать ребенка.
* Обсудите, кому из взрослых членов семьи ребенок менее привязан, с кем легче расстаться. Пусть этот человек приводит ребенка в период адаптации.
* Заранее обсудите с ребенком, чем будете заниматься, когда вернетесь домой, - приятное ожидание улучшает эмоциональное состояние.
* Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой, а она опять возникла после болезни ребенка или после больших выходных, когда ребенок долго находился дома.

У родителей тоже происходит период привыкания. Складываются отношения не только с педагогами, но и с родителями других детей.

Если ребенок сложно адаптируется к условиям детского сада, то за помощью можно обратиться к воспитателям и педагогам-психологам детского сада «Малиновка».

Надеемся на сотрудничество!