**В детский сад – с радостью!**

Что такое адаптация к дошкольному учреждению?

Почему одни дети привыкают к новым условиям более легко, чем другие? Зачем надо готовить ребенка к поступлению в дошкольное учреждение? Что следует делать дома, чтобы ребенок не болел после поступления вдетский сад? Почему нельзя оставлять ребенка в первый день его поступления на целый день в дошкольном учреждении?

Эти и еще множество вопросов возникает у заботливых родителей когда приходит время поступления крохи в детский сад. Постараюсь ответить на самые часто возникающие.

Дело в том, что поступление в дошкольное учреждение всегда сопровождается определенными психологическими трудностями для ребенка и еще большими трудностями для родителей**.**

**Прежде всего убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас.**

**Ребенок отлично чувствует**, когда родители сомневаются в целесообразности *«садовского»* воспитания. Любые ваши колебания он использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

**Прежде всего, вы сами должны быть психологически готовы к расставанию.**

Наложите вето на домашнее обсуждение будущих детсадовских проблем в присутствии ребенка. Расскажите малышу, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад. Например: «Детский сад это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих малышей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду дети кушают, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в детский сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было там интересного, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе».

**Познакомьтесь с меню дошкольного учреждения и введите в рацион питания малыша новые для него блюда.**

**Приведите домашний режим в соответствие с режимом группы.**

Расскажите малышуо режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать: когда и где кушать, спать умываться; куда складывать вещи, где играть и проч. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Малышей пугает неизвестность**.**

**Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.**

Выполняя дома тот или иной режимный момент, не забудьте напоминать при этом: «А сейчас детки в саду ложатся спать *(идут гулять, садятся обедать)*».

Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки;

**Формируйте у ребенка положительное отношение к детскому саду и воспитателю.**

Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло – скоро он сможет ходить сюда. Все члены семьи должны радоваться, удивляться: «смотрите-ка, а Танюшка совсем большая стала, уже в детский сад собирается! Там хорошо, весело, интересно!».

**Советы родителям по подготовке ребенка к поступлению в ДОУ:**

• укрепляйте иммунитет ребенка, проводите закаливание;

• приучайте малыша к самообслуживанию, умению самостоятельно потреблять пищу;

• учите чистоплотности и аккуратности, приучайте к ежедневному выполнению гигиенических процедур;

• постепенно корректируйте режим дня ребенка, приближая его к режиму детского сада;

• учите ребенка играть самостоятельно;

• водите ребенка на детскую площадку и учите общаться с другими детьми;

• перенести начало посещения детского сада на более раннее время, если в семье ожидается прибавление;

• Проходя, мимо детского сада, с радостью напоминайте ребёнку, что он скоро сможет сюда ходить и играть с детьми.

• первый раз привести ребенка в детский сад только для знакомства с группой и воспитателем, не оставлять одного;

• постепенно увеличивать время пребывания ребенка в детском саду, оставляя его сначала до завтрака, потом до обеда. Затем забирать после сна и только через 3-4 недели оставлять на целый день;

• рассказать воспитателю и медперсоналу ДОУ об особенностях и привычках ребенка (какие нравятся сказки, во что любит играть, как реагирует на громкие звуки, большое количество людей, от чего плачет и т. д.);

• принести из дома игрушку, фотографию, книжку, чтобы ребенок не чувствовал себя одиноким, брошенным, имел хоть что-то из «привычной» ему обстановки;

• обязательно расспрашивать ребенка о том, как прошел его день в ДОУ, похвалить его за поведение, удачи;

• в выходные, период болезни и другие дни, когда ребенок находится вне детского сада, уделять ему достаточно внимания, чтобы он не чувствовал себя брошенным;

**Приёмы, облегчающие ребёнку утреннее расставание**

• Научитесь прощаться с ребёнком быстро. Не затягивайте расставание. Ребёнок почувствует ваше беспокойство за него, и ему будет еще труднее успокоиться;

• Положите малышу в кармашек какую-нибудь памятную вещицу, которая будет напоминать о вас и о том, как сильно вы его любите;

• Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребёнка, если хотите, чтобы он вам доверял;

• Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например, всегда целуйте ребёнка в щечку, а потом нежно потритесь носиками или что-нибудь подобное;

• Не пытайтесь подкупить ребёнка, чтобы он остался в детском саду за новую игрушку;

• Четко дайте понять, что какие бы он истерики не закатывал, он всё равно пойдёт в детский сад. Если вы хоть раз ему поддадитесь, в дальнейшем вам уже будет гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.

Надеюсь, что эти советы помогут вам пережить сложный период начала взросления вашей крохи.

С уважением педагог – психолог Прокофьева Ирина Валентиновна.