***Консультация для родителей***

**Как подготовить ребенка к детскому саду.**

Первые дни в детском садике – серьезное испытание для любого ребенка. Но в наших силах максимально облегчить малышу вхождение в новую жизнь. Подготовка ребенка к детскому саду требует времени, поэтому начинать её надо заранее. Готовить малыша лучше не навязчиво, пользуясь ситуацией.

1. Рассказывайте о детском саде. Если вы живете недалеко от детского садика, старайтесь почаще гулять около него, чтобы ребенок успел привыкнуть к месту. Чем больше знакомых деталей будет в его новом окружении, тем легче ему будет пройти адаптационный период. Желательно, чтобы ребенок видел, как дети гуляют в садике. Пусть в голове малыша появится представление о детском саде, как о месте, где дети играют вместе (и с ними ничего плохого не происходит). Рассказывайте ребенку, что он, как другие детишки, тоже будет ходить в садик. Там он будет гулять, кушать, играть с другими детьми. А потом придет мама (папа, бабушка) и вы вместе пойдете домой. Не забывайте завершать рассказ возвращением домой - ребенок должен твердо знать, что расставание с мамой будет недолгим. А что делать родителям, у которых нет возможности гулять мимо садика? Для того чтобы поговорить с ребенком о детском садике, вовсе не обязательно ездить к нему каждый день. Гуляя во дворе или на улице, вы будете видеть других малышей, которые возвращаются с родителями из детского сада. Возможно, кто-то из более старших друзей вашего ребенка ходит в садик. Это тоже прекрасный повод рассказать о садике.

2. Соблюдайте распорядок дня. Все мы прекрасно знаем, что нарушение режима дня само по себе ведет к нервному перевозбуждению ребенка. Чтобы не усиливать стресс адаптационного периода, заранее приведите режим ребенка в соответствие с распорядком дня, принятого в садике. Если ваш ребенок еще пользуется соской-пустышкой, не может заснуть без бутылочки молока, или привык спать в памперсах, то постарайтесь заранее отучить ребенка от этих вещей. К сожалению, никакая подготовка не способна полностью избавить ребенка от эмоционального потрясения первых дней в садике. Даже взрослый, отправляясь на новую работу в незнакомый коллектив, испытывает заметное волнение. Что же говорить о ребенке, для которого меняется не только коллектив, но и весь образ жизни. Малыш отправляется в совершенно новый мир – и это не просто красивый оборот речи. Поэтому будьте готовы к тому, что первое время ребенок будет капризничать, оставаясь в садике.

3. Не затягивайте сцены прощания. Большинство детских слез и капризов - не более чем «шоу для мамы». Как только мама уходит, ребенок успокаивается и идет играть с другими детьми. Но, как любой талантливый актер, ребенок сам искренне верит в свою игру, и чем дольше длится шоу, тем больше малыш убеждает себя, что ему в садике плохо. Если ребенок ходит в садик уже давно, но капризы по дороге в садик стали уже частью утреннего ритуала, попытайтесь изменить этот сценарий. Например, встаньте на 15 минут раньше и погуляйте немного перед садиком. Включите с утра музыку, чтобы ребенок просыпался, умывался и одевался под звуки его любимых песен. Можно завести новый ритуал, который будет вызывать у ребенка положительные эмоции – три раза прокатиться с горки по дороге в садик, пройти через парк или что-то другое, в зависимости от места вашего проживания.

4. Подготовьте к садику СЕБЯ. И еще один очень важный момент, про который, тем не менее, часто забывают. Дети очень тонко чувствуют настроение родителей. Если мама боится оставлять ребенка в садике, естественно, ребенок будет бояться там оставаться. Если вы хотите, чтобы ребенок поверил, что ему в садике ничего не угрожает – поверьте в это сами!