***Что могут сделать родители для того чтобы помочь ребёнку привыкнуть к детском саду?..***

1). Морально подготовить ребёнка к тому что его ожидает в садике (распорядок дня, общение с детьми, тихий час и так далее), рассказать ему для чего нужен садик (для развития самостоятельности, для того чтобы научиться чему-то новому, для подготовки к школе и тому подобное).

2). За несколько дней до того как ребёнка поведут в садик можно погулять рядом с садиком, понаблюдать за тем что делают дети на прогулке.

3). Рассказать о своём дошкольном детстве, если сами когда-нибудь ходили в детский сад и показать свои детские фотографии. Ребёнку будет интересно узнать о том, как мама была маленькой или как папа был маленьким, и он не будет бояться садика, зная что его мама и папа тоже когда-то ходили в садик и всё у них было нормально.

4). Важно установить контакт с воспитателями. Желательно рассказать об особенностях своего ребёнка. Что он любит кушать, что не кушает категорически, приучен ли к горшку, во что любит играть и так далее.

5). Первое время нельзя оставлять на долго. Ребёнок не должен думать, что его бросили и ушли. Первую неделю желательно оставлять ребёнка на 2-3 часа, а потом уже можно будет оставлять на более долгое время.

6). Если родитель уходит, то ребёнок должен иметь представление о том, куда он уходит чтобы быть уверенным что за ним придут. Можно сказать "я схожу в магазин и вернусь" или "я буду убираться дома пока ты в садике, сделаю уборку и приду".

Надо иметь в виду, что не только, вы, родители, можете думать о том где ребёнок и как он там. но и ребёнок может думать о том, где мама (папа) и как она (он) там?..

7). Можно дать ребёнку с собой любимую игрушку, но не большую и чистую (пусть она ждёт маму или папу вместе с ним).

8). Можно дома поиграть с ребёнком и с его игрушками в игру "Детский сад".

9). Желательно спрашивать ребёнка о том, как он провёл день в садике и не только о том, кушал ли он, но и о том, с кем он подружился, во что играл и так далее.

 ****

***Кризис трёх лет: куда бежать и где прятаться?***

Если на любое ваше предложение ребёнок отвечает «Нет», а раньше он это делал с удовольствием, если он стремится всё делать сам, отвергая любую вашу помощь, если грубит вам, бабушке и дедушке, если требует от вас ему подчиняться посредством истерик, капризов, плача, если ребёнок стал упрямым и строптивым - поздравлем, вы переживаете один из самых острых и важных детских кризисов: кризис трёх лет.
Ваш ребёнок учится быть самостоятельным и независимым, отстаивать своё мнение. Не нужно его наказывать и ругать, просто помогите ему.

• Дорогие мамы и папы, признайте, наконец, что ваш ребёнок стал взрослым (почти стал), а это значит нужно научится уважать его мнение и желание стать самостоятельным. Хочет он помыть пол, пусть моет. Влажная тряпка и немного воды в тазике не испортят паркет. Потом, когда ребёнок уснет со счастливой улыбкой от сделанной работы, вы можете пол и перемыть. Главное здесь, он сделал это САМ.

• Предоставьте ребёнку выбор. «Ты будешь есть борщ из красной или жёлтой тарелки?» Глядишь, и тот факт, что придётся съесть нелюбимый борщ, останется незамеченным.

• Не заставлять, а просить. «Солнышко, помоги мне нести пакет, а то мне тяжело.» И ребёнок будет усердно помогать, а не стремиться сбежать подальше от мамы и поближе к проезжей части дороги.

• Лучше начать одеваться за час до предполагаемого выхода из дома, чем потом ругаться на ребёнка, когда он скажет, что будет одеваться сам. Рассчитывайте время и избежите истерик.

• Никогда не унижайте ребёнка. Вместо «Я же тебе говорила, что у тебя ничего не получится!» скажите: «Ну, конечно, ты не сможешь сам застегнуться, тут вон сколько пуговок. Я бы тоже сразу не смогла»

Кризис трёх лет не будет столь страшным, если подойти к нему с терпением и юмором. Бывший мамин хвостик отпускает подол вашей юбки и уходит в самостоятельное плаванье. Порадуйтесь за вашего малыша, хотя какой он теперь малыш? Он уже самостоятельный маленький взрослый.

****

***Психологическая подготовка***

Чтобы ребенок легче адаптировался в саду, проведите первичную подготовку:

- не отбивайте у него охоту общаться с детьми.

- если гуляете с ним во дворе - постарайтесь не вмешиваться в его общение с другими детьми (по крайней мере, пока нет открытого конфликта)

Подробности прогулки или поездки с кем-то из родителей непременно обсудите дома (попросите ребенка рассказать другому родителю о прогулке - заодно и речь потренируете).

Опять же - не отгораживайте ребенка от реальной жизни. Развивайте его помехоустойчивость, создавайте ему время от времени своего рода безопасные трудности (например, иногда над ребенком можно подтрунивать - добродушно. И чувство юмора развивается, и реакция на обзывания в саду будет более спокойная). Во всяком случае, научите малыша не пасовать перед проблемами, не бежать сразу за помощью, но и не отвечать на обиду упреждающей агрессией.

Научите ребенка говорить "нет", особенно тем взрослым, которые предлагают ему неприемлемые для него вещи. Приучите ребенка сообщать вам о ЛЮБОМ случае, когда кто-то его просил о чем-то "папе с мамой не говорить" - за этой просьбой может скрываться опасность. И сверстникам, которые могут его подбивать на какой-нибудь неблаговидный поступок, тоже нужно уметь отказать. Вообще ребенка нужно учить думать. Вот тогда это будет личность, и тогда садик станет полноценным тренингом общения, подготовкой к школе и к взрослой жизни вообще!

