Как подготовить ребёнка к посещению детского сада.

 Большинству детей бывает сложно адаптироваться к детскому саду. Это сложное привыкание выражается в плохом сне ребёнка, потере аппетита, плаксивости, частых заболеваниях. Родители задают себе вопрос: «Как же помочь моему ребёнку справиться с этой ситуацией?». Мы предлагаем вам ряд советов, которые помогут вашему ребёнку легче пройти этот болезненный период.

Изначально объясните ребёнку, что такое детский сад и зачем туда ходят дети. Главное, создать положительный образ детского сада. Например, сюда приходят такие же дети как и ты, они здесь играют, занимаются, в детском саду много игрушек и добрые воспитатели, которые заботятся о детях и т. д.

Никогда не позволяйте себе критики в адрес детского сада и воспитателей в присутствии ребёнка, поскольку это вызовет в нём страх, неуверенность и нежелание идти в это место.

Вступление в детский коллектив легче переносится ребёнком, если он уже до того привык к контактам со взрослыми и детьми, не принадлежащими его семье. Адаптация ребёнка во многом будет зависеть от того, насколько легко он может устанавливать отношения в коллективе. Хорошо, если в группе есть дети, которых ребёнок знает (дети ваших друзей, соседи по площадке).

Можно заранее познакомить ребёнка с воспитателем группы, в которую отправится малыш.

Заочно познакомьте ребёнка с детским садом во время вашей прогулки. Можно во время прогулок ненадолго заходить с малышом на территорию сада, чтобы ребёнок постепенно привыкал.

Заранее познакомьтесь с режимом дня в дошкольном учреждении и постепенно вводите этот режим дома.

В возрасте от 2 до 3 лет у ребёнка появляется потребность многое делать самостоятельно. И формулировка «ты можешь» отвечает стремлению ребёнка, способствует его развитию. Каждый самостоятельный поступок малыша обязательно нужно отмечать и хвалить его за это. Только так он с радостью будет выполнять необходимые действия, и это прибавит ему уверенности в себе и сделает более самостоятельным. А самостоятельный, уверенный в себе ребёнок легче адаптируется в окружающем мире, а значит и в детском саду.

До того, как отвести ребёнка в детский сад, рекомендуется провести комплекс мероприятий по закаливанию ребёнка, а также пройти медицинский осмотр, чтобы убедиться, что ребёнок здоров. Можно также обратиться к детскому психологу, который подскажет, готов ли ваш ребёнок к посещению детского сада.

Постарайтесь построить своё время с учётом того, что в начале ребёнок будет оставаться в детском саду только несколько часов. Лишь постепенно это время можно довести до целого дня пребывания.

Помните, период адаптации у разных детей занимает от месяца до полугода. Вам следует запастись терпением и с пониманием относиться к капризам ребёнка, уделять ему как можно больше внимания, чтобы ребёнок понимал, что он по-прежнему любим. А самое главное не забывайте, что вместе легче справиться с любыми трудностями.

**![MCj04282590000[1]]()**