***Как подготовиться к детском саду?,***

***Или как адаптироваться к детскому саду?***

Консультация для родителей.

Приходит пора, когда ребенка необходимо отдавать в детский сад. И здесь перед родителями встаёт масса вопросов. Как сделать процесс адаптации к саду более мягким? Как вести себя родителям, что стоит объяснить малышу? Мы постараемся ответить на эти вопросы и дать несколько советов.

До начала посещения детского сада ребёнку обязательно нужно учиться общаться не только с членами своей семьи, но и с другими детьми и взрослыми. Довольно сложно предположить, как поведет себя ваш ребенок в первый день, когда вы отведете его в детсад. Возможно, он, увидев игрушки и своих сверстников, с которыми разрешено играть, вообще забудет о вашем существовании. А может быть, зальется слезами. Но скорее всего, он захочет сначала все обследовать, и при этом вам лучше находиться рядом с ним. Родителям обязательно стоит рассказать малышу о детском саде, о том, чем там занимаются дети, о других детях, о режиме. Также необходимо заранее обратиться в конкретный детский сад, куда Вы собираетесь отдать ребёнка, узнать там, что необходимо для посещения конкретного дошкольного учреждения, и поинтересоваться режимом дня. Гуляйте с ребёнком рядом с детским садом, чтобы Ваш малыш мог привыкнуть к обстановке. И вот настал долгожданный день! Пора собираться! Осталось только решить, кто поведет малютку в детский сад. Конечно, вам хочется увидеть, как отреагирует ребенок. Но будет лучше, если его отведет тот, с кем кроха меньше капризничает. Это избавит его от лишних переживаний. Очень важно в первый день прийти вовремя. Тогда ребенок увидит, как приходят другие дети, как они прощаются с родителями и остаются с воспитателями. Одной из правил быстрой адаптации в детском саду – не затягивайте утреннее прощание. Не нужно стоять над малышом с грустным лицом, если он капризничает. Быстро прощайтесь и уходите. Воспитатель наверняка найдет способ как его отвлечь. К тому же в большинстве случаев, как только за мамой закрывается дверь, ребенок успокаивается. Настраивайте себя на то, что все будет хорошо. Тогда малыш тоже почувствует себя увереннее. И первые дни в детском саду пройдут без каких-либо трудностей.

Некоторые родители подходят к детской площадке, когда группа выходит на прогулку. Делать этого категорически не рекомендуется. Как впрочем, и названивать воспитательнице, чтобы узнать, что делает кроха. Поверьте, в случае необходимости она сама вам позвонит. Да и лишние переживания ни вам, ни вашему ребенку сейчас ни к чему.

В выходные дни максимально приблизьте домашний режим к режиму детского сада и не нарушайте его и в другие дни недели, когда малыш бывает дома.

**Дадим несколько рекомендаций для быстрой адаптации в детском саду на каждый день:**

**Первый и второй день** в детском саду должен стать для малыша настоящим праздником, ведь у него появится много новых друзей. Поэтому к такому событию нужно заблаговременно подготовиться. Проведите с ребенком 1 до 3 часа в садике, пусть он там позавтракает. Тогда вы оба узнаете, какую в садике дают еду. А потом заберите малыша домой, с каждым днём увеличивайте время пребывания постепенно. Пусть он первые дни будет ходить туда с вами, что бы он привык к воспитателю и к детям. Поговорить с ребёнком как хорошо в детском саду, какие там хорошие детки, как хорошо там кормят, и воспитатель там добрый, чтобы ребёнок захотел снова прейти в детский сад завтра. Можете взять туда любимая игрушка она поможет облегчить адаптацию в садике. Так он будет чувствовать себя спокойнее. К тому же игрушка может помочь в знакомстве с другими детьми: им точно захочется узнать, как зовут медвежонка или насколько быстро ездит машинка.

**Третий и четвертый день.** Останьтесь с ребенком в садике на несколько часов. Посидите рядом, понаблюдайте и постарайтесь, чтобы он играл без вас. Находитесь в пределах видимости ребенка, тогда он будет лучше себя чувствовать. Через несколько часов уйдите, что бы ребёнок вас не видел, и к обеду вернитесь и заберите его. Удостоверьтесь, что малыш понял, что вы уходите и скоро вернетесь. Никогда не уходите без предупреждения — иначе ребенок обидится и перестанет вам доверять.

**Пятый и шестой день**. Пойдите в садик на пару часов, поцелуйте ребенка на прощание, объясните, что придете позже, что вам надо на роботу, и вы прейдёте за ним, и уходите. Приходите за ребёнком после обеда. (обязательно спросите что он ел в детском саду, понравилось ли ему там и может он согласится завтра остаться на весь день).

**Седьмой день.** Пойдите с малышом всего на несколько минут. Убедитесь, что он нормально устроился, попрощайтесь, скажите, что придете за ним вечером, и уходите. (Решив уходить, поцелуйте ребенка и сразу же уходите. Не тяните, объясняя, почему вам нужно идти. Расстроенный или рассерженный ребенок вас не поймет. Не переживайте: малыш не будет плакать весь день, так как обычно дети легко переключаются. Когда вы уйдете, воспитатель поможет ребенку освоиться и занять­ся чем-то, что отвлечет его от вашего ухода). Возвращайтесь в конце дня.

Также родителям малыша необходимо знать, что должен уметь делать ребёнок и чему следует его научить до начала учебного года.

     1.     Культурно-гигиенические навыки (проще говоря, как он ходит в туалет, переодевается, т.е. как он умеет себя обслуживать, малыш должен есть самостоятельно, хотя бы ложкой, и уметь пить из чашечки. Безусловно, его будут докармливать, не беспокойтесь, но прививать самостоятельность необходимо).

2.     Режим бодрствования и сна в детском саду и дома должен быть одинаковым. Узнайте заранее, в какое время детей укладывают спать, и аккуратно перестройтесь, если будут несовпадения.

3.      Ребёнок должен уметь произносить своё имя. Если он говорит гораздо больше – замечательно.

4.     Необходимо формировать позитивный настрой - ведите дома рекламную компанию садика. «Ах, как там хорошо! Какие там игрушки (куклы, мишки и т.д.), если будешь хорошей девочкой (мальчиком), будешь ходить в этот самый лучший детский сад».

Помните, что полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Через некоторое время вы с удивлением, а потом и с гордостью начнете замечать, что ваш малыш стал гораздо самостоятельнее и приобрел много полезных навыков.