

В жизни каждой семьи наступает такой важный период, как поступление малыша в детский сад. Подготовка к нему - ответственное занятие. Начинать подготовку рекомендуется за несколько месяцев до поступления в группу.

Естественно, возрастает количество сезонных простудных заболеваний. Ребенок, идущий в сад, конечно же, адаптируется к новым условиям, но это связано с большими психологическими нагрузками, которые снижают защитные силы организма, из-за чего малыши начинают часто болеть.

Поэтому конец весны – лето – это замечательное время для начала подготовки к детскому саду. На улице тепло, мы легко одеваем детей. Малышам легче одеваться самостоятельно, справляться с пуговичками и застежками, липучками и шнурками. Постепенно, по мере приближения осени, мы будем одевать деток теплее, увеличивать количество предметов одежды, но это постепенная нагрузка соответствует воспитательным задачам.

Очень важно, что в теплое время года дети много времени проводят на улице: играют в подвижные игры, проводят время в песочнице, что снижает эмоциональную нагрузку от большого коллектива и раскрепощает ребенка. Намного сложнее адаптироваться сразу в группе, где в силу ограниченности пространства намного острее воспринимается общий шум.

Трехлетний возраст не совсем благоприятен для начала адаптации, потому что накладываются дополнительные факторы всем известного «кризиса трех лет», что делает более проблематичным переход к детсадовской жизни. С психологической точки зрения, идеальный возраст для адаптации – 1 год 8 месяцев, когда в развитии ребенка отмечается прогресс, и малыш настолько понятлив, что мы приступаем к его планомерному обучению и развитию.

Для того, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно в детском саду, начинайте готовить ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях, на новогодних праздниках, ходите на дни рождения друзей. Все время наблюдайте, как малыш себя ведет: стесняется или конфликтует, уединяется или дерется, или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

Важно, чтобы начало посещений детского сада не было первым опытом общения со сверстниками и первого самостоятельного пребывания без родителей. Начинайте с посещения бабушек и дедушек и иногда на час-два часа оставляйте ребенка с ними, братиков, сестричек, знакомых с детьми. Полезны будут также «детские комнаты», где с малышами занимается педагог: вначале с мамой, а потом постепенно и без нее.

  Приведем несколько полезных советов.

**Расскажите ребенку, что тоже ходили в детский сад.**

Воспитатели в детском саду играют важнейшую роль в жизни наших детей, помогая им расти, развиваться и открывать мир вокруг. Их труд неоценим: они каждый день вкладывают душу и сердце, создавая атмосферу любви и заботы для наших малышей.

Поделитесь в комментариях именами воспитателей, которые оставили след в вашем сердце, и расскажите, за что вы им особенно благодарны. Пусть этот пост станет теплыми словами признательности тем, кто посвятил свою жизнь нам и нашим детям.

**Нужно уметь показать ребенку садик со сказочной стороны**

Для того чтобы заинтересовать ребенка не нужно специально учить какую-то интересную историю, достаточно самой придумать рассказ о путешествии маленького слоненка Бимбо в садик. О том, как этому беззащитному животному не хотелось идти туда так же, как и вашему Мише или Машеньке, и что когда он попал туда и увидел сколько там всего интересного и как много деток с улыбкой на лице встречали его, то вы заметите на глазах что ребенок заинтересовался и ему уже потенциально хочется туда попасть. Ведите, с вашим ребенком диалог, например, Зайка: «Сегодня такой замечательный день! Я иду в садик. Меня накормят там вкусной волшебной кашей, а потом мы вместе с другими лесными зверятами будем играть на лесной опушке!»

Мишка (им играет ребенок): «А я не хочу в садик, там…»

И вот тут главное обратить внимание на то, о чем рассказывает малыш. Что именно ему не нравится в садике? И уже исходя из конкретной проблемы искать выход, проигрывая ситуации. Этот метод помог не одному ребенку полюбить садик!

**Положите в рюкзак малыша его игрушечного друга**

Почему дети чаще всего боятся идти в садик, потому что они остаются там одни, без мамы и папы, вдали от дома и ему становится страшно, поэтому чтобы убрать все неприятные мысли и страхи ребенка, нужно дать ему с собой частичку дома и объяснить, что твой друг Тигрюля или куколка Даша отправится в детский сад с тобой, и вы там будете вместе играть, и тебе там не будет так страшно, потому что если станет плохо, то твой друг окажется рядом, и никто не сделает ничего плохого по отношению к тебе. Это поможет малышу адаптироваться и свыкнуться с тем, что он не дома, но те, кто ему дорог с ним все равно рядом.

**Говорить о воспитателе всегда нужно хорошо**

Вот только представьте, если вы при вашем маленьком разведчике будете говорить о его воспитательнице в плохом тоне, мол она ничего не умеет и вообще плохая, то кто же захочет идти в тот садик, если там, грубо говоря, его ждет баба-яга? Поэтому в присутствии ребёнка всегда говорите о нянечках или воспитательницах, которые встречают его в садике только хорошие слова. Расскажите бабушке или дедушке в присутствии своего ребенка, в какой хороший садик теперь он ходит, какие замечательные воспитатели там работают, какой он стал большой.

**Обсуждайте с ребенком планы, которые вас ждут после садика**

Каждое утро по дороге в садик, проговаривайте, чем вы займетесь вечером. Придумывайте интересные занятия, конкурсы, развлечения. Для каждого ребенка, который ходит в детский садик, важно, чтобы за ним вовремя пришли родители. Ожидание того, что после сна или ужина вы вместе с ним отправитесь на прогулку или просто домой поиграть в его любимые игры, окрыляет! Тогда ваш ребенок будет целый день пребывать в хорошем настроении и приятном ожидании. Только не стоит злоупотреблять подарками, так как ежедневный поход в садик вам выльется в копеечку.

**Найдите друзей ребенку и дружите с его родителями.**

Когда приведете ребенка в садик, проследите с кем он дружит, и возможно тогда вам удастся познакомиться с родителями этого малыша и вне детского сада гулять всей семьей и проводить весело время. И тогда в садике у вашего ребенка будет как минимум один близкий человек.

**Устраивайте праздники в садике.**

Сейчас нанять аниматора не составит труда, да и денег много не потребуется чтобы кто-нибудь хотя бы в течение часа развлекал ребятню. Частые праздники могут понравиться деткам и тогда они с удовольствие будут ждать следующего повода, чтобы повидать в саду сказочного персонажа или любимого животного.

**Подавайте пример.**

Рассказывайте своему малышу о том, как вам нравилось ходить в садик, и что вас часами не могли оттуда забрать домой. Что там столько всего интересного, и что вас научили всему хорошему там и полезному, что если бы ваша воля и вы были маленькими, то, несомненно, бы ходили туда вместе с ним.

**Показываем, как ребенок нужен друзьям.**

Если ребенок не хочет идти сегодня в садик, то скажите ему, что сегодня видела Машу или Пашу, и они очень интересовались, почему ты не ходишь в садик, передавали привет, и то, что они очень скучают по тебе и хотят с тобой поскорее встретиться в садике. Каждому ребенку важно ощущать себя нужным. И его «нужность» в группе родителям надо подчеркивать.

**Что ты делал в садике?**

Обязательно, когда будете забирать ребенка из садика интересуйтесь чем он там сегодня занимался и продолжит ли лепить и рисовать что-то завтра, так ребенок будет думать о том, что я же недоделал маме подарок, поэтому завтра нужно вернуться и все сделать красиво. Не забывайте хвалить, ребенок чувствует, что он сделал что-то полезное, значит не зря ходит в детский сад.

**Сохраняем работы ребенка.**

Ни в коем случае не выкидывайте поделки или аппликации, которые он приносит из садика, ставьте их на видном месте. Показывайте их родственникам, чтобы ребенок ощущал свою значимость.

**Период адаптации ребенка к детскому саду** **длится** **от 2 недель до 3 месяцев**. Некоторые негативные явления в период адаптации — норма. Сохраняйте спокойствие. Будьте терпеливы. Поддерживайте ребенка. Будьте уверены, что ему под силу адаптироваться к детскому саду. Для того, чтобы отношение ребенка к детскому саду изменилось в лучшую сторону, попробуйте воспользоваться этими несложными рекомендациями.

Если ваш ребёнок с трудом сходится с другими детьми, выходите с ним чаще на улицу, старайтесь разорвать круг его замкнутости, социализировать его всеми доступными методами. Учите его жить в коллективе, социуме, обществе. Режим дня ребёнка дома и в садике должны максимально совпадать по времени приёма пищи и дневному сну. Воспитывайте своё чадо так, чтобы он прислушивался к старшим, понимал субординацию с малых лет. В ситуациях, когда ребенок отказывается от посещения детского сада, Вам не следует на него срываться. Напротив: если родители ведут себя спокойно, то и он перестанет нервничать. Не позволяйте ребёнку становиться свидетелем ссор взрослых.

Учитывая приведенные рекомендации, Вам постепенно удастся изменить отношение ребенка к детскому садику в лучшую сторону.

*Подготовила педагог-психолог Ю.Н. Юдичева*