



Рекомендации родителям по подготовке ребенка к посещению детского сада

***Автор-составитель: педагог-психолог
МБДОУ «Детский сад № 13»
г.о. Самара
Потанова Наталья Александровна***

1. Убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности «садовского» воспитания. Любые ваши колебания он использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад.
3. Расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать.
4. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сможет сделать. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и Елена Николаевна нальет тебе воды».
5. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки; предлагать свои игрушки, услуги другим детям. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ему в этом.
6. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте ребенка, скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда происходит что - то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, у тебя все получится». Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпускать вас. Максимально сократите процесс прощания в утренние часы. Если через месяц ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте

список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли.

Психологический аспект



Первые дни на новом месте работы — серьезный стресс для взрослого человека. Что же говорить о детях, которые несколько лет находились под присмотром родителей и вдруг оказались в окружении незнакомых людей. Малыши иногда испытывают настолько сильное волнение, что взрослые вынуждены решать, какой вариант в данной ситуации предпочтительнее — [детский садик](#) или няня. Детские психологи, в свою очередь, уверяют, что решить проблему можно с помощью предварительной психологической подготовки.

Оставляйте ребенка с родственниками или близкими друзьями. Пусть малыш постепенно привыкает к тому, что мамы или папы какое-то время нет рядом. Не стоит сразу оставлять его на несколько часов, начните с малого — полчаса или час.

При встрече со знакомыми похвалите малыша, расскажите, что он становится взрослым и совсем скоро пойдет в детский сад. Ребенок почувствует себя увереннее, если будет слышать от взрослых мотивирующие и приободряющие слова.

Наблюдайте за поведением ребенка во время игры в компании сверстников. Умеет ли он делиться игрушками? Быстро ли находит контакт с другими детьми?

Рассказывайте малышу о детсаде. Поделитесь своим опытом посещения учреждения, постарайтесь настроить ребенка позитивно. При этом постепенно знакомьте его с правилами поведения в садике — это поможет ему избежать неловких ситуаций.

Приучайте малыша к режиму. Во многих семьях родители сами четко соблюдают режим дня и с детства приучают к нему ребенка. Если же дни не распланированы, нужно восстановить этот пробел. В детском саду малыши живут по четкому расписанию, и не привыкшему к такому распорядку дня ребенку будет сложнее адаптироваться.

Наконец, для создания благоприятных психологических условий родителям необходимо [научить малыша самостоятельности](#). Подготавливаем ребенка к садику следующим образом — учим его выполнять простые действия:

- ✓ Самостоятельно кушать и пользоваться столовыми приборами;
- ✓ Одеваться и раздеваться;
- ✓ Соблюдать правила гигиены.

Подготовка малыша к посещению детского сада занимает несколько месяцев, зато сам процесс адаптации в этом случае пройдет практически «безболезненно». Родители смогут спокойно уходить на работу, а их дети — [общаться со сверстниками](#) и воспитательницей.

