**Ребенок идет в детский сад… Как ему помочь?**

****Пришло время отдавать РЕБЕНКА в детский сад… Что ждет вашего кроху за стенами садика, быстро ли он привыкнет, будет ли часто болеть... Вопросы, сомнения, переживания естественны для родителей, ведь детский сад станет частью вашей жизни.

***Садик - это важная веха в жизни, поэтому очень важно, сможет ли ваш малыш успешно адаптироваться к детскому саду, и помочь ему в этом — задача не только воспитателей. В первую очередь — это забота мамы и папы.***

Готовиться к переменам желательно за несколько месяцев до начала посещения садика:

- Постарайтесь расширить круг общения ребенка — чаще ходите с ним в гости, на детскую площадку, поощряйте и поддерживайте его инициативу в общении с окружающими.

- Развивайте речь ребенка. Нужно, чтобы он умел сообщить о своих потребностях и самочувствии.

- Познакомитесь с режимом дня детского садика и постепенно начинайте приучать к нему своего малыша.

- Учите малыша играть! Ребенку, умеющему занять себя игрой проще влиться в коллектив детского сада.

- Читайте и рассказывайте ребенку стихи, сказки и приучайте его внимательно слушать. Старайтесь постепенно увеличивать время чтения, развивая у малыша произвольное внимание.

- Приучайте ребенка к самостоятельности в сфере гигиены и самообслуживания. Если на момент поступления в детский сад ваш малыш будет уметь сам надевать сандалии, садиться на горшок, он будет чувствовать себя в группе более уверенно. Дайте малышу в руки ложку, покажите, как нужно ей правильно пользоваться. Собираясь на прогулку, не торопитесь одеть ребенка — пусть он попробует справиться сам, даже если это займет больше времени.

- В этот период родителям нужно постараться ограничить нагрузку на нервную систему ребенка — свести к минимуму просмотр телевизора, избегать шумных мероприятий, и, наоборот, как можно больше времени проводить с ним в спокойных играх, за чтением книг.

- Заранее поговорите с воспитателем о вашем ребенке. Расскажите о его привычках, особенностях поведения, что он любит (не любит), какие предпочитает игры (занятия), о методах воспитания, принятых в вашей семье — обо всем том, что, по вашему мнению, должен знать воспитатель. Эта информация очень поможет в дальнейшей работе с вашим ребенком, поможет найти к нему индивидуальный подход.

- Не стоит устраивать долгое прощание перед группой, твердо и уверено скажите малышу, что сейчас вы оставите его и придете за ним на прогулке (после обеда, сна). И сразу уходите. Можете договориться о "прощальном ритуале", например, что обязательно помашете ему в окошко.

- Придумывайте, как мотивировать ребенка для похода в садик, например, в садике по нему будут очень скучать любимая машинка или кукла.

- Постарайтесь не делать перерывов в посещении садика в период адаптации, исключение — болезнь. Не обсуждайте при ребенке моменты, которые вас не устраивают в детском саду, не говорите при нем плохо о воспитателях. Говорите малышу, как вы рады, что он уже такой большой и самостоятельный, что ходит в детский сад. Расскажите об этом вашим родственникам и друзьям, и пусть он слышит, как вы им гордитесь.

Детский сад – это важный период жизни ребенка, помогите ему пройти адаптацию безболезненно и приятно, тогда каждое утро он будет с улыбкой собираться к своим друзьям.

Источник: <https://www.babyblog.ru/user/LillaWang/3025759> © BabyBlog.ru

*Пятина Е.В., учитель-дефектолог*