

## ***Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад?***

*Консультация для родителей*

Консультацию подготовила  
педагог-психолог МБДОУ МО  
г.Краснодар «Детский сад № 81»  
Проценко Светлана Ивановна

➤ Жизнь детей в детском саду расписана поминутно и подчинена режиму дня. Режим дня – это чередование во время сна, кормления и бодрствования.

При соблюдении режима у ребенка формируется динамический стереотип на время, а это значит, что организм малыша физиологически готов к перевариванию пищи, к полноценному сну.

**Поэтому главная задача родителей – организовать жизнь ребенка дома по режиму.**

Укладывать на сон в 21 час, поднимать не позднее 7 часов утра с обязательным дневным сном с 12.30 до 15.00.

➤ Задолго до поступления в детский сад необходима психологическая подготовка:

- следует подготовить ребенка к временной разлуке с вами и давать понять ему: это неизбежно потому, что он уже большой.

Для ребенка очень важно, что вы его уже считаете взрослым, - необходимо внушать ему: это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким **большим**, и вы надеетесь, что он будет делать все, чтобы не разочаровать вас.

**Говорите так:**

- Маленькие дети остаются дома, а большие идут в детский сад. Ты весь у меня большой? Завтра пойдем к деткам...

- Ты сегодня плакал. Из-за этого я расстроилась и у меня заболела голова. Я не смогу с тобой пойти...

- Ты сегодня капризничал, кричал и топал ногами. Ты меня очень огорчил. Я не смогу тебе купить...

- Как ты меня сегодня порадовал! Воспитатель сказала, что ты хорошо кушал, спал, играл с детками. Мы обязательно в субботу...

**Объясните ребенку, что он для вас, как и прежде, дорог и любим: ему необходимо знать, что вы его любите.**

- Будьте спокойны и уверены накануне поступления ребенка в детский сад. Знайте, что все ваши переживания, тревоги

передаются ребенку и разворачиваются в его сознании иногда с невероятным размахом.

➤ Ваши собственные детские воспоминания могут пробудить у ребенка желание (нежелание) посещать детский сад. Прежде чем отдать малыша в садик, поговорите с ним об этом. Для того чтобы сформулировать у чада положительный настрой, расскажите ему о том, как вы сами в детстве его посещали.

➤ Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была возможность оставлять его там не на целый день. Желательно, чтобы в первое время ребенок находился там не более 2 часов.

➤ Для успешной адаптации малыша к детскому саду необходимо:

- сформировать простейшие навыки самообслуживания (пользоваться туалетом, держать в руках чашку, держать в руках ложку, есть ложкой, кусать и жевать пищу, держать в руке хлеб).
- научить малыша словом, жестом выражать свои желания, физиологические потребности.
- в привычной, домашней обстановке ему будет гораздо проще научиться надевать колготки, застегивать пуговицы.

➤ Адаптация малыша к детскому саду будет менее болезненной, если вы познакомите его с правилами поведения:

- играть дружно с другими детьми
- нельзя кусаться, щипаться, драться, отнимать игрушки.

➤ Приучайте Вашего малыша понимать речь взрослого и адекватно реагировать на неё, расширяйте его словарный запас.

➤ Занимайтесь закаливанием, чтобы иммунная система «не подкачала» и адаптационный процесс не прервался. По поводу способов закаливания проконсультируйтесь с врачом.