

### ***Как быстрее привыкнуть к детскому саду?***

Если вы решили отдать малыша в дошкольное учреждение, взвесьте все последствия этого шага, представьте, как изменится ваша жизнь и для Вас, и для Вашего ребенка. Не обольщайтесь радужными надеждами, что он легко и с радостью будет ходить в детский сад каждый день, а вечерами будет встречать Вас веселый и жизнерадостный. Не стоит планировать что Вы сразу сможете работать в полную силу по плотному графику. К сожалению, скорее всего, будут и слезы, и частые болезни.

Заранее ознакомьтесь с организацией периода адаптации детей в ДОУ, с режимом дня. Дома старайтесь, по возможности, придерживаться такого же режима дома, чтоб ребенку было легче настроиться на режим ДОУ. Заранее предупредите воспитателя о том, что любит Ваш ребенок, есть ли какие-либо противопоказания к определенным видам пищи, во что больше всего любит играть, что поможет его быстрее успокоить, как он привык засыпать...

По дороге в детский сад обсудите с малышом что его сегодня там ждет. Ваш спокойный голос создаст для него некую опору в незнакомом мире. Когда Вы находитесь с ребенком в раздевалке, постарайтесь все мерно поощрять его интерес к другим детям: называйте их по именам, говорите о них как о друзьях.

По дороге домой поинтересуйтесь что они с детками делали в детском саду, что видели как играли. Почаще хвалите ребенка за то, что сам вымыл руки; упал, но не заплакал; построил высокую башню. Очень важно чтоб разговоры о детском саде были окрашены положительными эмоциями.

Когда придет время оставить ребенка в группе на дневной сон, предупредите его заранее. Лучше всего в течение нескольких дней время от времени говорить, что детки сейчас ложатся спать, а в другой раз он тоже останется, поспит.

Оставляя ребенка в группе до вечера, помните, что в эти дни он очень устает, бывает перегружен впечатлениями, с пониманием отнеситесь к его «необоснованным», на Ваш взгляд, просьбам и капризам. Он может попроситься на руки, может отказаться есть сам - чтоб Вы его покормили как маленького. Побоится засыпать один. Все это результат усталости и тоски по маме. Пойдите ему на встречу, не сердитесь, помните что ему сейчас на много тяжелее, чем Вам и ему нужна Ваша помощь.