

*консультация для родителей*

# Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду.



# Уважаемые родители!

Совсем скоро ваши малыши переступят порог нашего детского сада. Но для любого ребенка начало посещения детского сада – сильнейший стресс. Ведь меняется не только привычный режим дня, но и полностью изменяется окружающая ребенка среда.

Для некоторых детей переход от домашней обстановки, знакомых и любимых игрушек, близких взрослых дается более или менее легко, и через 2-3 недели они привыкают к детскому саду.

Для других же он превращается в трагедию, чреватую нарушениями поведения, резким ухудшением здоровья, плохим настроением. Малыш плачет, стремится к контакту со взрослыми или, наоборот, отказывается от него, сторонится и не хочет общаться со сверстниками. Эмоциональное неблагополучие сказывается на сне, аппетите.

Так как же сделать вхождение ребенка в детский сад безболезненным?

- **Заранее подготовьте ребенка к мысли о детском садике,** к необходимости посещать его. Подробно расскажите ему о детском саде, сводите его туда, чтобы у него сложилось собственное мнение о нем. Скажите ребенку, что вы гордитесь им - ведь он такой уже большой, что может ходить в детский сад.
- **Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми:** посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

- **Расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка воспитателю, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается.**
- **В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка надолго.**
- **Когда вы уходите – расставайтесь с ребенком легко и быстро.**
- **Если ребенок с трудом расстается с матерью, то желательно, чтобы отводил отец.**
- **Некоторые дети впервые дни устают в детском саду от новых впечатлений, постарайтесь раньше забирать с садика.**

## Как снять напряжение у ребенка после дня в детском саду?

- Наиболее распространенный источник напряжения – это публичность, присутствие большого количества чужих людей вокруг. Поэтому хорошо, если после дня в детском саду ребенок имеет возможность уединиться, побыть в тишине.
- Ребенок может и соскучиться по родителям – поэтому не следует, приведя его домой, сразу же приступать к выполнению домашних дел. Пусть он посидит на коленях у взрослого, пусть расслабится от прикосновений. Не пожалейте немного времени для того, чтобы побыть с ребенком, почитать или поиграть.

Самое главное назначение детского садика в том, чтобы дать ребенку возможность общаться и играть со сверстниками.

Помните, детский сад не заменяет семью.