**Адаптация к детскому саду в кротчайшие сроки.**

Чтобы ребёнок адаптировался в кротчайшие сроки к детскому саду, его необходимо начинать учить самостоятельности ещё с рождения. Да, с рождения!

Какая речь может быть о быстрой адаптации к детскому саду, когда малыш, даже на минуту, не расставался с мамой?

1. Постепенно учите ребёнка играть самостоятельно.
2. Узнайте, какой режим в детском саду и придерживайтесь его дома.
3. Ребёнок должен уметь обращаться с горшком.
4. Расскажите крохе историю о прекрасном доме, где детки играют, пока мамы зарабатывают деньги.
5. Заранее начните водить малыша в сад, чтобы он привык к группе.
6. Познакомьтесь с воспитательницей.

Есть ряд правил поведения, которые нужно соблюдать при нахождении в садике.

**Вот такое должно быть поведение детей в детском саду:**

1. Когда мама приводит ребёнка в садик, он не должен плакать. Кроха должен понимать, что за ним обязательно придут, и никогда не забудут.
2. Слушаться воспитателя.
3. Не прятаться от воспитателя
4. Перед тем как что-то сделать, хорошенько обдумать этот поступок
5. Если что-то заболело, немедленно сообщить это воспитателю
6. Помогать другим деткам
7. Примерять друзей
8. Бережно относиться к игрушкам
9. Мыть ручки
10. Опрятно выглядеть
11. Кушать не спеша и аккуратно
12. Не привередничать
13. Помогать, няне накрывать на стол и убирать с него
14. Уметь самостоятельно играть
15. Не стесняться, если нужно поучаствовать в мероприятиях

 Советы, как приучить ребёнка ходить в садик. Ребенка нужно приучить к общению с другими людьми: и детьми, и взрослыми. Поэтому чаще гуляйте с ним, причем в многолюдных местах: парках, площадках и т.п. Моя дочка раньше стеснялась других малышей, пряталась за меня и не хотела общаться. Мы стали почаще гулять на детский площадках и малышка уже тянется к другим деткам, вместе пытаются играть. Часто мы после того, как забираем сына из детского сада остаемся гулять на его территории, чтобы Настёнка привыкала; Для более легкой и быстрой адаптации постепенно приближайте режим дня ребенка дома к детсадовскому. Это нужно сделать заранее, за один-два месяца до поступления. Я писала раньше про наш режим дня, он примерно похож на режим детского садика, в который мы поступаем. Если вы не знаете режим дня вашего детского сада – сходите и поинтересуйтесь, думаю, воспитатели с удовольствием вам расскажут; Внушите ребенку, что детский сад – это хорошо. У него не должно быть боязни этого учреждения. Я дочке постоянно рассказываю, как в садике хорошо, там много деток, игрушек, добрые воспитатели. В садике играют, занимаются, спят, а вечером детки идут домой; Не приводите своего ребенка на ознакомительную экскурсию детсад рано утром, когда туда приводят других детей. Ведь не исключено, что он увидит их слезы. У него может сложиться мнение, что детский сад – это плохо. Он задаст вам вполне резонный вопрос: «Раз другие тут плачут – зачем мне туда идти?»; Когда ребенок уже начнет ходить в детский сад, в первое время не оставляйте его в группе больше, чем на 2-3 часа. Постепенно увеличивайте время его пребывания там. Сын у меня ходил до обеда, наверное, месяц, не меньше. Хотя многие детки через пару недель уже оставались на сон. Я не хотела ускорять процесс приучения, мы постепенно входили в новую жизнь. Как будет с дочкой – не знаю. Но будем ходить неполный день до тех пор, пока не пойму, что малышка готова остаться на сон. Все-таки я хочу приучить ребенка к детскому садику без слез и стресса; На первых порах ребенку в саду что-то должно напоминать о доме. Должно быть что-то свое. Это может быть игрушка. Убедите ребенка взять ее с собой в сад, и оставить там. Вот увидите – на следующий день он уже пойдет в сад с большим воодушевлением. Ведь он знает, что там его дожидается «друг»; Тяжелее всего адаптируются в детском саду те дети, с которыми постоянно сидела мама. Поэтому постарайтесь сделать так, чтобы рядом с вашим чадом были какие-то другие родственники, кроме вас – ваша сестра, брат, и т.п. Раньше с дочкой практически всегда находилась я или муж, сейчас же она может остаться на некоторое время с моей сестрой, моим папой или свекровью; Провожая ребенка в детский сад, уверьте его, что непременно вернетесь за ним. В детском садике психолог посоветовала нам (родителям) оставить в ящичке ребенка ключик и сказать, что мы идем на работу, а после работы зайдете за малышом, возьмете ключик и пойдете вместе домой. Без малыша и ключика вы домой все-равно не сможете попасть, так что заберете кроху в любом случае; Берегите хрупкую нервную систему ребенка, снизьте на нее нагрузку. Постарайтесь на время сократить походы в театр, цирк; Заранее научите ребенка навыкам самообслуживания. Ребенок к моменту поступления в детский сад должен уметь самостоятельно кушать, одеваться, обуваться, ходить на горшок, вытирать попу, мыть ручки и самостоятельно засыпать – на ручках в детском саду качать не будут; Во время адаптации старайтесь проводить больше времени с ребенком. Не лишними будут совместные прогулки. Разговаривайте с малышом, спрашивайте, как прошел его день, хвалите за достижения. Даже за то, что он пошел в детский сад! Старайтесь выработать у ребенка положительное отношение к детскому саду. При нем не ругайте, не критикуйте воспитателя, нянечку или группу; Если ребенок вдруг отказывается идти в детский сад, позвольте ему эту маленькую шалость. Однако ненадолго. Перерыв должен составлять всего один-два дня. В эти дни говорите ему о том, сколько всего интересного ожидает его там; На первых порах, когда я отводила сына в садик, я обещала ему, что поеду в магазин и куплю для него сюрприз. Когда вернусь из магазина – сразу заберу его из садика. Я всегда сдерживала обещания и к моменту, когда надо забирать ребенка из садика, в моей сумке был какой-нибудь «сюрприз» — небольшая игрушка, киндер-сюрприз, какая-нибудь полезная вкусняшка (к примеру, мармелад) или что-нибудь еще. Но с этим методом необходимо соблюдать осторожность, чтобы не переросло в постоянную практику. Иначе малыш будет постоянно требовать подарки)) Соблюдая все эти правила и рекомендации, вы с легкостью подготовите своего ребенка к детскому саду, а период адаптации пролетит практически безболезненно.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |