

*Вы уже окончательно решили отдать свое чадо в садик? Тогда вам просто необходимо хорошо подготовиться к этому морально и, конечно же, провести предварительную работу с ребенком. Какую именно? Давайте в этом попробуем разобраться вместе.*

Малышу будет более комфортно и гораздо легче адаптироваться в садике, если им уже освоены элементарные навыки самообслуживания:

- он умеет самостоятельно пить из чашки, ест;
- проявляет самостоятельность в попытках одеться и раздеться;
- может играть с ровесниками, не привлекая к своим действиям маму;
- сам ходит или просится на горшок;
- достаточно хорошо разговаривает, может попросить о помощи или рассказать о прошедшем дне.

В большинстве случаев дети овладевают этими навыками ближе к 3 годам, но, к сожалению, далеко не каждый родитель может позволить себе не выходить на работу к этому времени. Очень часто мамы и папы вынуждены сдавать своего малыша гораздо раньше. Как помочь своему чаду легче адаптироваться к новой окружающей среде?

Большое внимание уделите выбору детского сада. Наиболее оптимальным будет сад, который находится недалеко от дома. Постарайтесь поговорить с родителями, чьи дети ходят в этот садик, узнайте их мнение, попробуйте найти информацию об этом заведении в Интернете. Узнайте распорядок дня, как развлекают детей и чем их кормят.

Параллельно с этим приучайте малыша к детсадовскому режиму – в большинстве случаев садик принимают детишек до восьми часов. Если у вашего ребенка есть какие-то проблемы со здоровьем или физические особенности (к примеру, ребенок – левша), стоит это обсудить с воспитателем или нянечкой. Рассказы о саде должны быть только позитивные. Сводите малыша туда на экскурсию, пусть он убедится, что там весело, есть много детей, игрушек, книг. Не забудьте познакомиться с воспитателем и представьте ребенка.

### *Родительские задачи*

Узнайте, что необходимо принести в садик. Как правило, это сменная одежда и обувь. Особое внимание обратите на то, чтобы обувь была достаточно легкой и, если возможно, то без шнурков (отдайте предпочтение обуви с липучками или застежками).

Не забудьте взять с собой несколько комплектов одежды: пижаму, сменное белье, носки, шорты и хлопчатобумажные штанишки для мальчиков, сарафанчик или юбочку для девочек, футболки с длинным и коротким рукавом.

Одежду желательно подписать (это может быть и вышивка инициалами вашего ребенка, можно заказать и пришить бирки с фамилией). Если вы до сих пор пользуетесь подгузниками, то не забудьте и о них. В некоторых детских садах еще просят принести полотенца и салфетки.

Особое внимание следует уделить и уличной одежде. Малышу должно быть максимально удобно передвигаться, а воспитателю или нянечке – легко одеть и раздеть ребенка. Не стоит приобретать для детского сада комбинезоны или брюки на бретельках. Для девочки рекомендуется выбирать штанишки, а не платья. Так ей будет удобнее прыгать и бегать. При выборе одежды постарайтесь избежать неудобных и сложных застежек – молнии, кнопки, липучки в этом случае будут гораздо удобнее.

### *Первое время*

Даже если первое посещение садика прошло неплохо, есть вероятность того, что

детские слезы все равно будут. Малыш сильно переживает неизбежное расставание с родными людьми, необходимость слушаться чужого незнакомого человека.

Некоторые дети с радостью посещают садик с самых первых дней, некоторым просто необходимо время для того, чтобы адаптироваться в новом месте. В среднем ребенку для привыкания нужно от недели до трех, а некоторым вообще месяц или два.

С ребенком следует обязательно прощаться, когда вы оставляете его в группе. Ни в коем случае не следует убежать незаметно. Не забудьте поцеловать малыша и сказать «Пока». Перед уходом объясните, когда вы придете его забирать.

Первое время ребенок может вести себя совсем не так, как обычно – меньше общаться с другими детьми, отказываться от приема пищи. По мере того, как к нему возвращается аппетит или возникает желание участвовать в играх, можно видеть, как происходит адаптация.

Не надо пугать ребенка детским садом и не стоит обсуждать с посторонними людьми его слезы в садике, таким образом, вы можете отбить все желание появляться в саду. Попробуйте поиграть с малышом в детский сад, привлекая игрушки. Пускай в вашей игре мама всегда возвращается к ребенку, а он, в свою очередь, кушает кашу, играет с детками, рисует.

Что же хорошего и полезного принесет садик вашему ребенку?

Кроха научится есть и пить без посторонней помощи, ну а если он этому уже научился, то станет более аккуратным. Детская психика такова, что они учатся быстрее и лучше в окружении ровесников, которые уже могут это делать.

Пройдет пару недель, и вы заметите, что ребенок самостоятельно обувается перед прогулкой на улицу, а после возвращения с нее – сам раздевается.

Именно в детском коллективе дети начинают больше разговаривать. Проводя больше времени с ровесниками, малыш начинает принимать в расчет не только свое мнение, но и позиции окружающих.

Посещая детский сад, малыш свыкается с режимом, легче усваивает нормы поведения, становится более организованным.

*Однако не стоит забывать о том, что никакой садик, будь он самый прекраснейший, не сможет заменить родительскую любовь и тепло.*

**Автор статьи:** Татьяна Щербачук