



# РЕБЁНОК ИДЕТ В ДЕТСКИЙ САД

*Подготовила:  
воспитатель 1-й младшей группы  
Капустина В. М.*

В жизни каждой семьи наступает момент, когда приходится отдавать малыша в детский сад. Особенно в молодых семьях возникает множество вопросов, как наиболее комфортно адаптировать ребенка к детскому саду.

Процесс адаптации необходимо начать за несколько месяцев до начала посещения детского сада. Если ваш ребенок уже ходит в детский сад, то не поздно начать его прямо сейчас.

Начинаем с соблюдения режима детского сада даже в выходные. Режим дня висит на стенде вашей группы или же его можно узнать у воспитателя. По возможности включаем в рацион питания те блюда, которые употребляют в садике. Меню можно уточнить у воспитателя, или на общем стенде в детском саду.

Уделяйте максимально много времени, чтобы научить ребёнка:

- одеваться и раздеваться самостоятельно (с небольшой вашей помощью, конечно);
- просить о помощи, если что-то не получается;
- кушать ложкой за столом, не играть с едой;
- самостоятельно контролировать необходимость посещать туалет или откликаться на просьбу.

Необходимо начинать отучать от памперсов и сосок. Лучше начать этот процесс дома, прежде, чем его начнут в детском саду.

В песочнице, на детских площадках учим основам общения, приглашаем друзей ребенка в гости и ходим в гости сами.

Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло – скоро он сможет туда ходить. В присутствии малыша расскажите родственникам и знакомым о большой удаче – его приняли в детский садик.

Так как ребенок не знает, что такое «садик», и как к нему нужно относиться, то задача родителей – сформировать позитивное отношение к ДОУ. Также ребенку интересно, а как же там, внутри садика? Ведь если он будет знать, что его ожидает, то и адаптация пройдет менее эмоционально. На протяжении подготовительного периода по возможности играем в «детский сад». Строим из любого строительного материала «периметр» детского сада, в нём «группу», «раздевалку», «спальню». Называем всё это «детским садом». Выбираем участников-зверушек: «воспитательница», «дети», фигурку самого ребенка и др. В игре соблюдаем режимные моменты настоящего садика. Утром игрушечные животные приводят в детский сад своих детенышей, их встречает воспитательница. Они умываются, едят, играют, решают разные конфликтные моменты, занимаются, гуляют, спят и т.д., вечером всех зверят забирают домой.

Собираясь в детский сад, необходимо познакомиться заранее с воспитателем группы. Сообщить ему, каким ласковым именем называют дома ребёнка, рассказать о его привычках, особенностях поведения и других подробностях домашней жизни.

Научите ребенка управляться с одеждой самостоятельно. Позаботьтесь о том, чтобы все вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек или пуговиц, ботинки на липучках. Шапку и шарф лучше заменить на шапку-шлем – и шею не дует, и надевать проще. Главное, чтобы ребенок мог научиться самостоятельно одеваться без лишних негативных эмоций.

Чтобы ребенку было легко убирать свои вещи, позаботьтесь о петельках на одежде, удобных для ребенка. Сделайте маркировку одежды. Целесообразно указать не только имя и фамилию, но и условный символ (цветок, бабочка и т. д.), познакомьте с ним малыша, чтобы он легко узнал свою одежду.

Дома организуйте вешалку для верхней одежды ребёнка так, чтобы она была доступна малышу, и чтобы он сам мог самостоятельно после прогулки вешать туда свою одежду. Не делайте этого за ребёнка, но наблюдайте, направляйте его, помогайте ему, напоминайте, хвалите за то, что он сам, без напоминания, убирает свои вещи на место.

Перед сном поставьте рядом с кроваткой стульчик для одежды. Приучайте его снимать одежду самостоятельно и складывать её на стульчике, а утром надевать чистую одежду, которую вы приготовили. Стремитесь к тому, чтобы ребёнок знал название одежды и правильно указывал на неё.

Когда ребенок одевается и раздевается, будьте рядом с ним, поощряйте, используя игровые приёмы. При необходимости помогайте ребенку советами, выраженными в спокойном тоне. Не торопите ребенка, сохраняйте спокойствие: навык самообслуживания требует усилий, терпения и многократных повторений. Предоставьте ребенку возможность овладевать необходимыми навыками, в том числе и культурно-гигиеническими.

В детский сад необходимо приготовить вещи, которые понадобятся для вашего малыша:

- Комплект одежды, в которой ребенок будет находиться в группе;
- Сменную обувь для группы (с закрытым носком и задником) на удобной застёжке;
- Запасные комплекты групповой одежды на случай, если ребенок испачкается;
- Запасные комплекты нижнего белья;
- Расческа.
- Пижама (лучше – пижама, в которой ребенок уже спал, что бы ребенок чувствовал себя комфортнее).

На начало адаптации ребенка к детскому саду лучше отложить все нововведения – не стоит устраивать ребёнка в новый кружок. Создайте дома спокойную обстановку. Пусть вечером ребёнок поиграет в спокойные игры, к которым привык.

Важно помнить, что недопустимо высказывать при ребенке сожаления о том, что приходится отдавать его в детский сад. Необходимо всем своим видом, настроением, отношением к ребенку подчеркнуть, что ему бояться нечего, никто его не обидит, его ждут с нетерпением и всегда рады видеть.

**Счастливого пути!**

