Николаева Юлия Юрьевна

МБОУ "Темкинская СШ (дошкольная группа)"

Воспитатель

**Ребенок и детский сад**

Проблема подготовки ребенка к детскому саду остается актуальной с прошлых лет и по настоящее время. Это психологический стресс не только для ребенка, но и для родителей в большей степени (так как переживания о родном чаде берут верх над разумными доводами).

По своему опыту знаю, что родителям  необходимо раньше узнать ясельный режим дня, начать переходить на него в течение нескольких месяцев. Если режим поменять резко, то ребенок будет испытывать стресс. Результатом могут быть частые болезни, психологическая подавленность и замкнутость ребенка.

Постоянство в жизни ребенку необходимо для хорошего развития, поэтому готовить ребенка к яслям рекомендую за 3-4 месяца. Рассказывайте ребенку о том, что делают детки вместе, показывайте играющих детей, ходите вместе на детские площадки или во двор детсада, настраивайте на позитивный исход, дружелюбное общение и интересное времяпрепровождение малыша в детском саду.

    Родителям нужно перестать искать легкие пути: кормить ребенка с ложки, самим одевать и раздевать малыша, собирать за него игрушки. Поэтому родителям важно позаботиться о том, чтобы научить малыша самостоятельности: есть с ложки каши и супы, пить из кружки, самостоятельно проситься в туалет. Также рекомендую приучить малыша не бегать по всей квартире во время еды, а сидеть за столом. Нужно дать ребенку понять, что еда - это не развлечение с песнями и шутками. И будет лучше отказаться от грудного вскармливания заблаговременно, потому что грудной малыш привязан к маме сильнее, что доставит массу проблем и физических, и психологических при первом посещении детского сада. Если ваш ребенок ест из бутылочки, то следует ограничить ее использование в пределах своего дома.

      Учить ребенка использовать горшок нужно заранее, пусть и ходит он дома в подгузниках. Будет идеально, если малыш научится им пользоваться, самостоятельно снимая и надевая трусики и штаны.

    Дневной сон, несомненно, полезен для организма. Но в яслях мамы не будет, поэтому стоит научить ребенка засыпать без укачиваний, без мамы и без соски. Учите малыша общаться со сверстниками. Ходите на игровые площадки, знакомьтесь с детьми, пусть малыш поиграет с ними. И тогда, зайдя в группу, ваш ребенок не будет бояться оставаться без мамы, особенно, если Вы заранее рассказали ребенку о воспитателе только хорошие моменты, познакомили их (по возможности).

    Будет хорошо, если ваш ребенок умеет сообщать о своих потребностях. Если нет, научите его показывать жестами или объяснять короткими фразами то, что он хочет. Просите его показывать желаемое. Быстрая адаптация детей в саду также зависит от настроя родителей по отношению к воспитателям и яслям в целом.

    Подготовка к детскому саду поможет вашему ребенку легче привыкнуть к новым людям, к новому месту. Следовательно, ребенок в меньшей степени перенесет стресс от расставания с мамой и папой.