

## **Как подготовить ребенка к детскому саду**

Детский сад занимает важное место в жизни ребенка. Он помогает приобрести первых друзей, получить опыт общения со сверстниками и т.д. В детском саду малыш получает первые навыки самостоятельной работы, проявляет себя. Поэтому очень важно, чтобы малыш с радостью шел в сад. Не должно быть никаких негативных эмоций. Так как подготовить ребенка к детскому саду правильно?

### **Распорядок дня в детском саду**

Подготовка ребенка к детскому саду должна начинаться с того, что мама должна ознакомиться с принятым режимом дня в выбранном детском саду. Это очень важно, так как малыша надо приучать именно к нему. Поэтому распорядок дня в детском саду мама должна изучить заранее и постепенно готовить к нему малыша.

Что же это значит и как это работает на практике? Например, мама привыкла с малышом до обеда нежиться в кровати, а работа детского сада начинается с девяти часов. И если ребенка не приучить раньше вставать, то первый визит в сад омрачиться слезами, так как ребенка заставят подняться с кровати намного раньше, чем он привык. Это первый момент. Второй касается режима питания. Следует постепенно переходить на тот режим, который принят в саду, строго следуя времени первого и второго завтрака, обеда, полдника и ужина (не во всех садах кормят ужином, поэтому это надо уточнить). Также очень важно уделять особое внимание дневному сну. Он важен для правильного роста и развития малыша. Поэтому, если ребенок не привык днем спать или засыпает только с мамой, надо научить его засыпать самостоятельно.

Следуя этим рекомендациям, адаптация в детском саду пройдет на «Ура!».

### **Что должен уметь ребенок при поступлении в детский сад**

Прежде, чем отдавать малыша в детский сад, необходимо научить его определенным навыкам, которые он должен выполнять самостоятельно. В процессе обучения ребенка надо запастись терпением, так как малышу трудно учиться что-либо делать, когда мама нервничает и кричит. Поэтому «терпение и труд все перетрут» – этот принцип, как нельзя лучше подходит для процесса обучения. Возраст 2 года наиболее оптимальный для того, чтобы учить малыша необходимым навыкам и умениям.

Итак, что должен уметь ребенок при поступлении в детский сад? Перечень необходимых навыков выглядит следующим образом:

- кушать при помощи ложечки;
- проситься на горшок;
- уметь высказать свои пожелания и потребности;
- самостоятельно умываться;
- вытирать личико и ручки полотенцем;
- самостоятельно играть с игрушками.

Это первоначальные навыки, которые должны быть у малыша, когда он идет в детский сад. В последующем именно на их основе будут формироваться другие, более сложные навыки и умения. Расставание с мамой Расставание с мамой является болезненным для любого малыша, для кого-то это более ощутимо, а для кого-то менее, но все равно. Однако этот процесс можно сделать менее трагичным, если следовать рекомендациям. В этом процессе необходимо следовать двум основным правилам: Познакомить малыша с будущей воспитательницей, представив ее как тетю, которая очень любит деток и которой очень нравится с ними играть. Почаще ходить с малышом в гости или посещать различные развлекательные заведения, где малыша можно оставить под присмотром других людей. Так малыш привыкнет к посторонним людям, которые не хотят причинить ему вред, и не будет плакать при расставании с мамой. Если начинать отучать ребенка от мамы при помощи положительных эмоций, то поход в детский садик станет приятным мероприятием.

### **Адаптация ребенка в детском саду**

Адаптация ребенка в детском саду пройдет намного легче, если ребенка приучать к саду постепенно. Необходим период в две-три недели, чтобы малыш привык к посещениям детского сада. Одни детки плачут во время первого визита, а другие, наоборот, радуются. Поэтому надо присмотреться, как ребенок ведет во время первого визита. Желательно какое-то время отводить ребенка на пару часов в садик, попросить воспитательницу называть малыша привычным для него именем (как дома). Мама должна постараться найти контакт с воспитательницей, чтобы процесс обучения ребенка в саду проходил плодотворнее и более гладко.

Для того, чтобы процесс адаптации к новым условиям проходил легче, необходимо взять в сад любимую игрушку или тапочки, или еще какую-то вещь, которая нравится крохе. Придя домой, малыш будет о ней вспоминать, и у него появится желание в очередной раз посетить сад.

Таким образом, рекомендации по поводу того, как подготовить ребенка к детскому саду, помогут вашей крохе с желанием посещать сад и играть с детками и безболезненно приучат его к расставанию с родителями.

Источник: <http://мамашки.рф/развитие-ребенка/как-подготовить-ребенка-к-детскому-саду>