**Здравствуй, детский сад!**

***Советы как приучить ребенка ходить в сад***

Несмотря на многомесячную подготовку, адаптационный этап неизбежен. Что следует делать взрослым, чтобы не навредить нервной системе ребенка, которая трудится на максимальных оборотах?

Внушите ребенку, что детский сад – это хорошо. У него не должно быть боязни этого учреждения. Расскажите как в садике хорошо, там много деток, игрушек, добрые воспитатели. В садике играют, занимаются, спят, а вечером детки идут домой.

Старайтесь выработать у ребенка положительное отношение к детскому саду. В присутствии детей давайте положительную оценку деятельности сотрудников ДОУ, даже если вас что-то не устраивает. Говорите малышу, в какой замечательный садик он посещает, какие милые там няни и воспитательницы.

Придерживайтесь «садиковского» распорядка не только в будни. Конечно, в субботу можно разрешить крохе просыпаться немного позже, но основные режимные моменты должны соблюдаться неукоснительно.

Создайте дома приятную и неконфликтную атмосферу. Не наказывайте ребенка за случайные проступки, напротив, чаще хвалите и ласкайте (см статью: наказывать или нет ребенка за случайные проступки?). Особо следует отмечать каждое его достижение, изменение в поведении в лучшую сторону.

Дайте в садик своеобразный мамин заместитель – любимую мягкую игрушку. Прижимая ее к себе, дети быстрее успокаиваются и успешнее переживают расставание с родителями.

Если каждое утро в группе начинается одинаково – слезами и нежеланием отпускать маму на работу, пусть в сад отводит папа, старшая сестра или другой родственник.

При прощании доступно объясните, когда вы вернетесь (после дневной прогулки, обеда или полдника). Обязательно придите вовремя! Совет психолога (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.

Выработайте особый ритуал расставания: целуйтесь в обе щечки, машите ручками, тритесь носиками. Чтобы малыш не расстраивался, уходите сразу же – спокойно и не обращая внимания на крики. Ваша нерешительность и беспокойство лишь усилят его переживания.

Чтобы ребенок не видел слез сверстников при расставании с мамочками, приводите его в первую неделю попозже – к девяти часам. Так вы переждете эмоциональную бурю в раздевалке и не опоздаете к завтраку.

Оставляйте на весь день постепенно: сначала забирайте после утренней прогулки, со второй недели – после обеда, а примерно через месяц (можно и раньше) попробуйте оставить и на дневной сон.

При встрече не демонстрируйте собственную обеспокоенность. Поинтересуйтесь у крохи, чем он занимался, с кем подружился, что нового успел узнать. Как он кушал, плакал ли без вас, можно узнать и у воспитательницы.

Придумайте сказочную историю о том, как маленький зайчик пошел в садик, где ему сначала было чуточку страшно, но затем он сдружился с остальными дошколятами и зайчихой-воспитателем. Суть сказки – возвращение любимой мамочки. Так вы ненавязчиво рассказываете ребенку, что родители обязательно заберут его домой.

***Итак, большинство негативных проявлений в детском поведении – нормальная реакция организма на процесс адаптации. Если вы будете прислушиваться к своему ребенку, совсем скоро тревожные признаки сойдут на «нет», а он скорее станет самостоятельным и успешно вольется в коллектив сверстников.***

*Воспитатель МДОУ детский сад «Теремок» Кудрявцева Е.П.*