**Консультация для родителей**

**«Как подготовить ребенка к детскому саду»**

Чтобы адаптация вашего ребенка к новому месту прошла легко и безболезненно, сами перестаньте переживать и займитесь **подготовкой ребенка к детскому саду**.

Для начала расскажите **ребенку**, что такое **детский** сад и зачем туда ходят дети.

*Например:* «Это большой и красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Тебе в нем понравится. Там много других детишек, которые вместе играют, гуляют, кушают. У тебя появится много друзей». Объясните сыну или дочке, что, отдавая чужой тете, вы его *(ее)* не бросаете.

В присутствии **ребенка** рассказывайте родственникам и друзьям о том, что в **детский** сад берут не всех детей и что Маше *(Васе)* очень повезло — осенью она *(он)* тоже пойдет в садик.

Подробно расскажите **ребенку о режиме детского сада**: когда он будет туда приходить, когда кушать, спать, гулять. Малыш, который заранее узнает все подробности своей будущей жизни, будет чувствовать себя на новой территории более уверенно.

Перестраивайте свой распорядок дня к режиму детского сада: времени приема пищи, дневного сна.

Обговорите с **ребенком** всевозможные трудности, которые могут возникнуть в **детском саду**. Подскажите, что, если у него возникнут проблемы (заболит живот, голова, захочет пить или в туалет, нужно сказать об этом воспитательнице. Приучайте **ребенка** ходить в туалет заранее — перед прогулкой, сном, занятиями.

Постарайтесь наладить режим питания малыша, максимально приблизьте его к **режиму детского сада**. Если у **ребенка нет аппетита**, попробуйте снизить калорийность пищи. Скорее всего, организм быстро проголодается, а **ребенок** попросит супа и котлет. В любом случае расскажите об этих проблемах воспитательнице, попросите ее быть терпеливой и не заставлять есть, если **ребенок не хочет**. К сожалению, именно из-за проблем с едой дети с истериками выходят из дома и заставляют маму или папу опаздывать на работу.

Закаливайте **ребенка**. Пусть он как можно больше ходит босиком по траве, песку или полу, спит с открытой форточкой, купается в открытых водоемах. Постепенно приучайте **ребенка** к холодным напиткам — соку, молоку, кефиру.

Методично заставляйте **ребенка** самостоятельно одеваться, застилать кровать, завязывать шнурки, пользоваться столовыми приборами, убирать игрушки. Все это должно доставлять ему удовольствие.

Проследите, как ваш малыш общается с другими детьми. Научите его правильно здороваться с ними, просить разрешения играть вместе, предлагать свои игрушки другим ребятам, прощаться. Спрашивайте **ребенка о его новых друзьях**, называйте их по именам. Чем легче и быстрее он научится выстраивать отношения со сверстниками и взрослыми, тем меньше проблем возникнет в **детском саду**.

В присутствии **ребенка** не допускайте критических замечаний в адрес **детского сада**, воспитателей, правил и порядков, которые там установлены. Никогда не пугайте сына или дочку **детским садом**!

Заранее будьте готовы к тому, что первую пару недель **ребенок**, собираясь в садик, будет плакать. Не переживайте: такое поведение малышей считается абсолютно нормальным. Как только пройдет немного времени, малыш привыкнет.

Поступление ребенка в детский сад — это настоящий кризис для **него**. Эмоционально поддерживайте **ребенка**, почаще обнимайте, целуйте, говорите, что очень его любите.

Педагог-психолог Корниенко А.О.