

**Вот несколько рекомендаций, которые помогут подготовить ребенка к «детсадовскому» этапу:**

**1. Заблаговременно формируйте у ребенка положительную установку к детскому саду.** Рассказывайте истории из жизни знакомых вам детей, посещающих детсад, делитесь личным опытом.

**2. Ориентируйте ребенка на воспитателя.** Он должен твердо знать: чтобы ни случилось, всегда можно обратиться к нему за помощью. Имя и отчество будущей воспитательницы должно постоянно фигурировать в ваших разговорах, ее образ должен войти в сознание ребенка.

**3. Обязательно расскажите воспитателю об особенностях ребенка, его пристрастиях и привычках.**

**4. Следите за своими эмоциями.** Часто мамы, готовя ребенка в сад, ведут себя так, словно провожают сыны на фронт. Если вы действуете уверенно, то и ребенок будет спокоен. Перестаньте волноваться, не проецируйте тревогу на ребенка.

**5. Обратите внимание на режим дня ребенка.** Он должен быть перестроен так, чтобы малыш легко просыпался за час-полтора до времени, когда вы планируете выходить из дома в детсад. Если ребенок не спит днем, приучите его просто лежать в постели одного. Научите его каким-нибудь играм в слова, рассматриванию окружающих предметов с запоминанием мелких деталей. Очень полезны так называемые «пальчиковые» игры. Постарайтесь приучить ребенка ходить в туалет в одно и то же время.

**6. Максимально приблизьте меню ребенка к детсадовскому.**

**7. Закаляйте ребенка!** Хождение босиком укрепляет иммунную и нервную системы. Полезны любые водные процедуры.

**8.** Часто дети плачут при расставании с мамой. Но если после того как она ушла, ребенок чувствует себя хорошо, не грустит, то скорее всего **надо изменить лишь сложившуюся «традицию» расставания.** «Почетной обязанностью» малыша может стать помощь маме при сборах на работу, а также такие ритуалы, как провожать маму до лифта или махать ей рукой из окна.

Но есть дети, сильно нервничающие в мамино отсутствие. Как правило, такое поведение детей является следствием поведения взрослых. Повышенная тревожность мамы, неправильная оценка собственной в жизни ребенка все эти причины могут провоцировать подобное поведение.

**9. Последите, как ребенок играет с другими детьми.** Подходит ли он к группе играющих детей? Если ему трудно это сделать, помогите: научите его правильно здороваться с группой детей, предлагать им свои игрушки, просить разрешения играть с ними, правильно реагировать на отказ, находя компромиссный вариант.

Источники:

1. Nanya.ru

2. 7ya.ru

3. Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога. Р-н-Д, 2003.

