 Тема этой статьи – **как подготовить родителям своего малыша к поступлению в детский сад.** Для ребенка, не посещавшего детское учреждение, непривычно все: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п. Обращение персонала с детьми также резко отличается от того, к которому они привыкли дома. Новая обстановка выводит ребенка из равновесия и нередко вызывает у него бурные реакции, происходит снижение речевой и игровой активности и, в связи с этим, малыш начинает часто болеть.

Важно накануне поступления в детский сад максимально к нему подготовиться. Минимум за месяц, лучше **за полгода, на­чать** **следовать** **детсадовскому режиму дня**: зав­трак - в 8.20, обед в 11.20, уплотненный ужин в 16.00. **В меню** - каши, омлет, запеканки, супы, котлеты, макароны, гуляши, компот и т.д., малыши должны уметь кушать **разные блюда.** **И сон** **в послеобеденное время**. Если привычки спать днем у него до сих пор не было, можно поначалу просто укладывать его в кровать и читать ему книжку. Пусть не спит, но хотя бы полежит. Понемножку приучайте его тихо лежать одного, без постоянного вашего присутствия рядом. Будьте готовы к тому, что такое обучение займет немало времени. Старайтесь ходить в гости со своим ребенком, где есть маленькие дети, чтобы он не боялся сверстников.

**В первые дни приводите малыша пораньше**, когда детей в группе меньше и воспитатель может уделить вновь прибывшему больше времени. **А забирать его после обеда** до начала дневного сна. **Постепенно увеличивайте вре­мя пребывания в группе**, советуясь с воспитателями.

Период адаптации к условиям детского сада, чтобы малышу было спокойней, пусть он возьмет с собой из дома игрушку и «познако­мит» её с детсадовскими. Пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомит там с другими, расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удается привыкать к садику.

После садика обсудите с ребенком то, что он делал днем, расспросите, во что они играли, что кушали, о чем читали - пусть он поделится своими впечатлениями. Не скры­вайте радости, если он там чему-то научил­ся. Хвалите воспитателей, игрушки, кашу, спор­тивную площадку, цветочную клумбу…

**А еще в этот период, просто обязательно, дарите своему малышу побольше ласки и тепла: целуйте, обнимайте, ласкайте его.** Объясните родным и близким, что им тоже необходимо быть внимательным к малышу. Ни в коем случае в присутствии малыша не об­суждайте свои опасения, проблемы детского сада, поведение сотрудников. Категоричес­ки запрещено при ребенке выяснять отноше­ния с воспитателем или младшим воспитателем - даже если вы десять раз правы!

Исходя из вышеперечисленного, самым главным и необходимым условием успешной адаптации Вашего малыша является согласованность действий, Вас, родители, и ваших воспитателей, сближение подходов к детям в семье и детском саду.

С уважением, педагог-психолог Гладкова Ю.В.