**Первый раз в детский сад или мама тоже идет в детский сад!**

Поздравляем Вас! Ваш малыш пошел в детский сад!

 Все волнения по поводу выбора детского сада и хлопоты с документами уже позади.

 И вот, малыши идут первый раз в детский сад. Для них, и тем более для их родителей – это очень важный день. Ребенок, до этого момента бывший центром вселенной своей семьи, открывает для себя новый мир, где таких, как он, много, где необходимо следовать правилам и подчиняться требованиям. Святая обязанность родителей – сделать этот период менее болезненным, сократить время адаптации ребенка к дошкольной организации. Вот некоторые рекомендации:

* Будьте внимательны к малышу. Ваши положительные эмоции помогут ему принять новый порядок.
* Утром прощайтесь легко и быстро. Придумайте церемонию прощания.
* Будьте терпеливы и спокойны. Если слезы не прекращаются, ребенок цепляется за Вас и не поддается уговорам, нужно хладнокровно встать и уйти. За неимением зрителей в группе, как правило,  «концерт» прекращается.
* Если малыш очень привязан к маме и расстается с ней с трудом, то пусть в детский сад его отводит папа или другой член семьи.
* Не форсируйте время пребывания ребенка в детском саду. Малыш еще очень устает, и привыкание к новым условиям должно быть постепенным.
* Беседуйте с ребенком о том, что он делал, как играл, радуйтесь успехам, даже самым маленьким.
* Не обсуждайте в присутствии малыша свои опасения, проблемы детского сада.
* Категорически запрещено при ребенке выяснять отношения с воспитателем, помощником воспитателя или другим родителем – даже если вы десять раз правы.
* Участвуйте во всех мероприятиях в детском садике, и вы будете знать все, чем живет ваш малыш, находясь в стенах детского сада.
* Прислушивайтесь к рекомендациям воспитателей и старайтесь выполнять их требования.
* Запаситесь терпением, и детский сад будет привычным и уютным миром для вашего малыша!

**А ведь мама тоже идет в детский сад!**

 В свои двадцать-тридцать лет мы вдруг возвращаемся назад во времени и снова переступаем порог детского сада – на этот раз уже не как маленькие девочки, а как взрослые люди под названием мама. Но так же, как много лет назад, мы робеем перед воспитательницами и так же плачем, расставаясь у дверей садика с самым дорогим на свете существом – своим ребенком.

 О том, насколько тяжел период адаптации к детскому саду для малыша, написано много книг  и статей. Но часто и мама крохотного создания подвергается сильному стрессу.

 Не только малыш готовится к своему первому дню в новом коллективе, но мама тоже должна как следует подготовиться, чтобы первый день не стал сумбурным, чтобы все прошло как можно более гладко, насколько это возможно.

* Заранее составьте список всего необходимого, что надо иметь с собой.
* Заранее попытайтесь приблизить режим своего ребенка к режиму детского сада, постепенно измените, рацион питания так, чтобы он был более или менее похож на питание в саду.
* Сделайте все приготовления заранее. Накануне вечером сложите все необходимые вещи. Заведите будильник с таким расчетом, чтобы утром было достаточно времени на все сборы и приготовления.
* Заранее продумайте, какой дорогой вы будете ходить или ездить в садик, сколько времени она занимает и когда надо выйти из дома.
* Заранее подготовьте  детский гардероб. Одежда и обувь должны быть удобной, чтобы ребенок  мог справиться самостоятельно.
* Старайтесь общаться с воспитателями доброжелательно, избегайте конфликтов по пустякам. Убедитесь, что в распоряжении воспитательницы есть список всех ваших контактных телефонов на случай, если вы срочно понадобитесь.

 Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка. Особенно, когда этот плач сопровождает ее каждое утро в течение нескольких недель и весь день звучит в памяти. Через это надо пройти, если вам действительно нужен садик, а иначе не стоит и начинать!

 Уходя – уходите! Не травите себе душу, наблюдая за окном или подслушивая за дверью. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.

* Будьте уверены и последовательны в своем решении. Будьте оптимистичны сами и заражайте этим оптимизмом окружающих. Не показывайте ребенку своей тревоги.
* Не переносите на малыша свой детский негативный опыт. Если вам в садике было плохо – это не значит, что ребенок пройдет тот же путь.
* Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении – неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть другой вариант, которого всеми силами можно добиваться.

 Конечно, маме, которая с рождения сидела с ребенком дома и практически не расставалась в течение 3 лет даже на несколько часов, будет очень трудно смириться с фактом, что она не знает, чем в данную минуту занят ее малыш.

 Пройдет немного времени, и, возможно, вам покажется, что поведение малыша поменялось. Он стал более капризным, могут быть неожиданные истерики по поводу и без повода. Некоторые родители могут прийти в настоящий ужас при виде такой резкой перемены и обвинить в ней садик.

Причин может быть несколько.

* Во-первых, действительно, адаптация к садику – большой стресс для малыша, его нервы напряжены, и им требуется разрядка.
* Кроме того, в окружении посторонних кроха часто старается сдерживать негативные эмоции, так что выплескиваются они только вечером на головы родителей.
* Еще одной причиной «плохого» поведения малыша может быть… его возраст. Садик может ускорить проявления трехлетнего кризиса. И этот самый кризис свалится вам на голову без предупреждения вместе с проблемами адаптации крохи в коллективе.

Единственный совет, который можно дать родителям в этот период,  – **терпение, терпение** и еще раз **терпение**. Помните, что маленькому человеку очень тяжело, пытайтесь помочь ему справиться с эмоциями, не провоцируйте его лишний раз, старайтесь сохранять в доме спокойную обстановку. И очень скоро вы заметите положительное влияние садика на развитие ребенка. Малыш станет более самостоятельным, научится, кушать, одеваться и  обуваться самостоятельно. Он принесет из садика новые слова, новые выражения лица и жесты. Не грустите, когда-то это должно было произойти. Ваш птенец понемногу расправляет крылышки и пробует вылететь из теплого и мягкого маминого гнездышка.

 Посмотрите, как ваши детки проводят время в детском саду!

( фотографии будут пополняться)

Педагоги группы раннего возраста 2 «Солнышко»

Е.В.Шевченко

О.А.Камышкова