

Как родителям самостоятельно подготовить ребенка к ДОУ

1. Дети очень чувствительны к настроению мамы, поэтому если она сильно переживает и не верит, что в саду все будет хорошо, ребенок на бессознательном уровне тоже будет рассматривать эту ситуацию как опасную. Необходимо желание отпустить ребенка в детский сад.
2. Важно рассказывать ребенку, что такое детский сад, причем в максимально позитивном ключе. Чем больше он знает о предстоящем событии, тем меньше тревоги оно вызывает. Можно почитать книжки, истории про детский сад, рассказать о своем опыте, расспросить об этом бабушек, дедушек и т. д.
3. Если ребенок все время до детского сада проводил исключительно с мамой и ни разу не оставался с другими взрослыми, хотя бы на пару часов, ему будет сложнее адаптироваться. Он не знает, что такое остаться с чужими людьми на целый день и, конечно, в такой ситуации с большей вероятностью будет чувствовать себя брошенным.
4. Если ребенок привык спать до 12, то перспектива вставать в 7 и куда-то идти ему не понравится. Важно соблюдать режим, хотя бы перед детским садом приблизиться к требованиям, которые предъявляются в ДОУ. В противном случае неизбежен протест со стороны ребенка по отношению к жестким рамкам.
5. Необходимо, чтобы ребенок мог (хотя бы недолго) играть самостоятельно, без активного включения родителей.
6. Хорошо, если у ребенка есть опыт взаимодействия со сверстниками, если мама ходила на детские площадки или какие-либо подготовительные занятия, где в совместной деятельности помогала ребенку понять, как общаться, делиться игрушками, вместе играть с другими детьми.
7. Когда ребенок начал ходить в детский сад, важно не осуждать при нем работу воспитателей. Даже если кажется, что ребенок увлечен игрой, он слышит все интересующие его разговоры. И ему, безусловно, будет сложно уважать, слушаться и позитивно относиться к людям, которых осуждает его мама.

Источник: <https://www.psihologsite.ru/roditelyam/pri-postuplenii-v-detskij-sad/kak-roditelyam-samostoyatelno-podgotovit-rebenka-k-dou>