**Как подготовить ребенка к режиму детского сада.**

   Ребенка необходимо готовить к детскому саду заранее. Изменить ему режим, примерно за месяц, потихонечку «не ломая ребенка», и «свою жизнь». Постепенно, по 15-20 минут подводить к режиму детского сада. Надо заранее планировать, когда по времени будете приходить в детский сад, заранее приноровиться к тихому часу, спросить у воспитателей – какой режим в детском саду, какие особенности, и стараться уже дома выполнять все правила детского сада.

   Отдельное внимание уделите укладыванию спать. Не укладывайте ребенка спать с мамой, маме можно почитать сказку ребенку, побыть рядом, но стараться не гладить его, не трогать, что бы ребенок засыпал самостоятельно. Возможно, будет лучше укладывать ребенка спать с мягкой игрушкой, которую в будущем, если ребенок плохо засыпает,  можно будет взять с собой в детский сад, и попросить воспитателя, что бы эта игрушка, «сопровождала»  ребенка в кроватке. В обстановке детского сада, когда ребенок ложиться спать, и видит высокий потолок и большие люстры, все это может вызвать у ребенка страх, а игрушка, которую вы принесете заранее из дома, «заменит» ему маму. Это очень хороший прием привыкания.

   Также важно перед тем, как идти в детский сад, отучить ребенка от подгузников, сосок, кормления грудью, и по возможности, научить ребенка пользоваться ложкой и кружкой.

   От подгузников лучше отучить ребенка до детского сада. Однако, если это еще не произошло, то можно, (на усмотрение  педагога, в каждом детском саду свои правила)  предложить воспитателям, что бы ребенку одевали подгузник на прогулку, учитывая, что прогулки, как правило 2,5-3 часа¸ а ребенок иногда не в состоянии выдержать это время, что бы не ходить в туалет, то часто воспитатели соглашаются, что бы на прогулку на ребенка одевался подгузник. Главное, что б использование подгузника была временная мера предосторожности.

   Детей постарше, приучая к садику, лучше приводить на прогулку после завтрака, когда в группе прошли все занятия. Первое время ребенок ходит на прогулку, и заходит в раздевалку не с утра, с большим количеством  взрослых людей, а с теми детьми, с которыми он будет дальше находиться в группе.

   На прогулке ребенка легче отвлечь и привлечь к какому-либо виду деятельности. Мамочка в это время уходит, предварительно с утра предупредив ребенка, что он останется один. Ребеночек спокойно заходит в группу, садится, раздевается, кушает и потом к назначенному времени приходит мама.

   На первый день обычно ребенку хватает самой прогулки, на второй день, если ребенок захотел пойти в группу он идет, затем-кушает. Если же ребенок не захотел кушать, не надо его обременять.  И так дальше, время препровождения в садике удлиняется.

    Как только педагог видит, что этот режимный момент ребенок прошел, следуем дальше. После обеда переодеваемся в пижаму, ложимся спать. Если в этот день ребенок лег в кровать и закапризничал, заплакал, педагог звонит маме. Вы идете домой,  и там ложитесь спать.  Все происходит поэтапно, не раня психику ребенка.

   За ребенком родителям лучше приходить в разное время, что бы ребенок не привык,  и не сидел и не ждал, что вот-вот должна прийти мама. Хотя бы первое время, пока ребенок не привыкнет, приходите в разное время.

   Привычки у детей уходят сами по себе, рано или поздно, дети замещают прежние привычки  интересным и ярким, что есть в детском саду.

воспитатель Овчинникова Н.А.