



### ***Если ребенок не хочет ходить в детский сад. Как ему помочь?***

*Уважаемые родители!*

*Если ваш ребенок все еще с трудом расстается с вами по утрам и испытывает отрицательные переживания, предлагаем вам несколько рекомендаций:*

*Продемонстрируйте свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему со словами: «Я вижу, у вас сегодня будет хороший день!»*

*Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).*

*Скажите ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто: "Я иду в парикмахерскую стричь волосы", или "Я иду на работу, чтобы лечить людей"). Спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, - хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное.*

*Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом: "Ну нет, живого цыпленка я не смогу тебе принести..."*

*Скажите ребенку, как он может определить время, когда вы должны за ним прийти (например, сразу после обеда, прогулки), но тогда уж будьте точны.*

*Скажите ребенку уверенным доброжелательным тоном, что вам пора идти. Поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите, не задерживаясь и не оборачиваясь. Мама, которую плачущий малыш "вернул с порога", которая решила "не травмировать" ребенка, тем самым просто "оттягивает" адаптацию ребенка. А ребенок, чтобы не расставаться с мамой, снова будет использовать все свои возможности: слова, слезы, капризы, манипуляции...*

*Уделяйте ребенку дома повышенное внимание, проводите с ним больше времени, общайтесь и играйте.*

*Не наказывайте ребенка за капризы в этот период.*

*Не акцентируйте внимание на видимые отклонения в поведение ребенка дома.*

*Способствуйте общению со сверстниками и взрослыми. Дома можно поиграть в «детский сад» с игрушками и показать от имени игрушки, как можно поступать и отвечать в различных ситуациях.*

*Необходимо снизить нервно-психическую нагрузку, избегайте сильных как отрицательных, так и положительных впечатлений. Дома ребенок должен эмоционально отдохнуть.*

*Каждый вечер делайте расслабляющий массаж ребенку, организуйте оздоровительные профилактические мероприятия (закаливание, прогулки на свежем воздухе, прием витаминов и иммуностимулирующих средств).*

*Физиологами доказано, что к 9-му дню адаптации защитные силы (иммунитет) ослабевают и ребенок заболевает. А после болезни адаптацию приходится проходить заново. Поэтому к концу второй и четвертой недели посещения детского сада желательно оставить ребенка дома отдохнуть и набраться сил.*

*Удачи вам!*