**Ох уж этот режим !**



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, чтобы эта игрушка «сопровождала» ребенка в кроватке. В обстановке детского сада, когда ребенок ложиться спать и видит высокий потолок и большие люстры все, это может вызывать 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, чтобы ребенку надевали подгузник на прогулку. Учитывая, что прогулки, как правила, 2,5 – 3 часа, а ребенок не в состоянии иногда выдержать это время, чтобы  не ходить в туалет, то часто воспитатели соглашаются, чтобы на прогулку на ребенка надевался подгузник. Главное, чтоб 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-то 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 – кушать. 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, чтобы ребенок не привык и не сидел и не ждал, что вот-вот должна придти 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.