

## Консультация для родителей

### «Собираемся в детский сад быстро и без слез»

подготовила воспитатель  
А.С. Цветкова

Утренние сборы в детский сад – это важный момент, который задаёт настроение на весь день. Если утро проходит в спешке, криках и конфликтах, то и у ребенка, и у родителей сохраняется напряжение. Чтобы утренние сборы стали более спокойными, нужно создать комфортные условия и правильно организовать процесс.

Чтобы сократить утреннее время на поиски, стоит с вечера подготовить одежду и необходимые вещи, положить её на видное место; положить всё необходимое (сменная одежда, игрушки, если разрешено) в рюкзак или сумку.

Перед сном спокойно поговорите с ребенком, что его ждёт в саду, обсудите планы на завтра. Это помогает создать у ребенка позитивное ожидание.

Регулярное время отхода ко сну помогает ребенку легче просыпаться утром. Убедитесь, что ребенок спит достаточно времени (10-12 часов в зависимости от возраста).

Начинайте утро с ласкового пробуждения. И пусть утро будет предсказуемым. Постоянный порядок действий помогает ребенку чувствовать себя увереннее. Чтобы не создавать спешки, постарайтесь вставать чуть раньше. Время на сборы без лишней суеты снимает стресс как у ребенка, так и у родителей.

Если ребенок капризничает, дайте ему немного времени: «Я понимаю, что ты ещё не совсем проснулся. Давай обнимемся, а потом будем собираться».

Позвольте ребенку принимать участие в утренних делах: самому выбрать игрушку, которую он хочет взять с собой. Хвалите за любую самостоятельность.

Напоминайте ребенку о приятных моментах: «Сегодня будет музыкальное занятие». Расскажите о том, что будет после детского сада.

На прощание используйте короткий и привычный ритуал: обнимите ребенка, пожелайте хорошего дня и уверенно уходите. Спокойствие родителей передаётся ребенку.

Ваше настроение утром задает тон для ребенка. Если вы торопитесь и раздражены, ребенок будет чувствовать это. Постарайтесь сохранять спокойствие даже в сложных ситуациях.

Что делать, если утро всё равно начинается с капризов?

Проанализируйте причины. Возможно, ребенок недостаточно выспался или переживает о чём-то (например, не хочет идти в сад из-за конфликта с другом).

Обсудите с воспитателем ситуацию. Узнайте, что может беспокоить ребенка, и вместе найдите решение.

Дайте время на привыкание. Иногда дети проходят через временные этапы отказа от детского сада, но с вашей поддержкой они быстро их преодолевают.

Утро – это возможность подарить ребенку вашу любовь и поддержку, которые помогут ему начать день с хорошим настроением!