

Как быстро собираться в садик.

7 советов

09 Ноябрь 2014. Раздел От 3 до 7



Каждое утро, находясь неподалеку от детского сада, можно увидеть такую картину: спешащая на работу мама тянет кричащего и упирающегося малыша. Чаще это связано не с тем, что ребенок не желает посещать садик, а с тем, как происходят сборы по утрам. Малышу не хочется рано вставать. Даже деток, которые обычно встают рано, в будние дни по утрам поднять почему-то невозможно. Опаздывающая на работу мама, которая сама не выспалась, сердится, кричит, торопит. Ну как с таким настроением идти в садик?

Помните уроки физики – сила действия равна силе противодействия? И ничего, что карапуз едва достает вам до колена. Упрямства ему не занимать. Поэтому не стоит пытаться его переупрямить. Нужно постараться избегать возникновения подобных сцен. Вот несколько советов, как собираться в садик быстро и сохранить при этом хорошее настроение.

1) Ребенку нужно выспаться. Кроватка должна быть удобной, матрас умеренной или повышенной жесткости, помещение проветренным. Важным является и соблюдение режима дня. Даже в выходные ложиться спать и пробуждаться нужно в одно и то же время. Отклонение не должно превышать 1 час.

2) Бодрый и здоровый малыш легче просыпается и быстрее собирается. Давайте ему много свежих фруктов и овощей в течение дня. Не подменяйте газировкой молочные и витаминные напитки, натуральные соки и чай. Делайте вместе зарядку, совершайте прогулки, закаляйтесь. При необходимости, вводите в рацион поливитамины.



3) С раннего возраста приучайте кроху к самостоятельности. Конечно, вы сами делаете все за него лучше и быстрее, но не лишайте ребенка возможности как можно быстрее самому научиться делать это так же хорошо. Просто помогайте ему в мелочах. Если он что-то сделал плохо или не полностью, укажите на это, а не ругайте и старайтесь уязвить. Не забывайте контролировать ребенка. Учитывайте его возраст. Он запросто может что-то забыть сделать или надеть вещи наизнанку.

4) Проверьте порядок ваших действий с утра. Может, следует его изменить. Старайтесь готовить все с вечера. Многим людям намного проще лечь позже, чем подняться даже на 10 мин раньше.

5) Заведите привычку пребывать утром в хорошем настроении. Есть множество способов искусственно его поднять. Ваш настрой отражается на ребенке. Будьте спокойны, доброжелательны, не кричите, не ругайтесь. Выяснение острых вопросов лучше оставить на потом, а не распалиться с самого утра.



6) Разговаривайте с малышом по пути в садик. Обсудите сюжет нового мультфильма, сценарий ближайшего праздника или предстоящую поездку на выходные. Рассказывайте ему веселые стишки, забавные истории. Вполне можно слегка пошалить. Превратите дорогу в садик в интересное приключение. Пусть он с нетерпением ждет момента выхода из дома. Это заставит его быстро поесть и одеться. У него даже останется время убрать после себя тарелку и вытереть стол.

7) При любых обстоятельствах нужно помнить, что ваш малыш – самая большая ценность. Даже если вы очень торопитесь, даже если кроха заупрямился или раскричался, не ругайте его, не шлепайте, не обзывайте, не переходите на крик. Никакие материальные блага и важные дела не заменят сияющих глаз вашего малыша.

<http://www.kraskizhizni.com/>

Фото с сайта [shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)