

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

Адаптационный период – серьезное испытание для малышей **раннего возраста**: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него **условия**, что неизбежно влечет изменение поведенческих реакций ребенка, расстройство сна и аппетита. Поступление в **детский сад** часто вызывает у ребенка стресс. Это **обусловлено тем**, что в корне меняется не только режим дня, привычный с рождения, но и окружающая ребенка среда, появляется большое количество незнакомых людей.

Как подготовить ребенка к посещению **детского сада**? Как помочь ему легче **адаптироваться**?

1. Начните готовить малыша к садику заранее.
2. Важно учить ребенка общаться. Расширяйте круг общения ребенка. Поощряйте его за контакты со сверстниками.
3. Оставляйте ребенка с другими близкими и знакомыми, сначала не надолго, а затем увеличивайте время. Объясняйте, что у вас есть дела, работа, Вы помогаете папе зарабатывать денежки, чтобы покупать продукты, игрушки и др.
4. В ходе подготовки к садику приведите малыша гулять на участок, познакомьте с детьми и воспитателями, покажите группу, кроватку, рассказывайте ему как весело и интересно будет ему с другими детьми.
5. В период подготовки к **детскому** садику рассказывайте малышу больше о **детском саде**, придумывайте истории, сказки в которых любимый персонаж малыша пошел в садик и что он там делал.
8. Не показывайте ребенку свое волнение относительно поступления в **детский сад**. Ребенок должен понять, что выбора у него нет — **детский сад** это неизбежность. Ваша уверенность, оптимизм передастся ребенку. Первое время водить ребенка в **детский сад может папа**.
9. Придумайте ритуал встречи и прощания, делайте ребенку сюрприз, который он найдет в шкафчике, когда придет в **детский сад**. Разрешите взять ему игрушку, украсить шкафчик по его усмотрению.
10. Необходимо обсуждать с воспитателем длительность пребывания малыша в **детском саду**, возможность вашего присутствия в садике в течении какого-то времени и домашний режим ребенка на период **адаптации к детскому саду**.
11. Обычно ребенок привыкает к новым **условиям** в течение 2-3 недель. В это время ребенок может стать капризным, плохо есть и спать, плакать, когда видит уходящих **родителей**. Не торопитесь немедленно забрать малыша на домашний режим. Пройдет немного времени и он привыкнет к новому общению.
12. Расскажите воспитателю заранее об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

Что нужно сделать перед поступлением в **детский сад**:

1. Режим дня дома должен быть похож на режим дня **детского сада**.
2. Желательно приучить ребенка к горшку (*как минимум, чтобы ребенок спокойно на него садился*).
3. Научить ребенка есть ложкой.
5. Кормите ребенка едой, совпадающей с меню **детского сада**.
9. Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
10. Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Единственный совет, который можно дать **родителям** в этот период – терпение и еще раз терпение. Помните, что маленькому человеку очень тяжело, попробуйте помочь ему справиться с эмоциями, не провоцируйте его лишней раз, старайтесь сохранять в доме спокойную обстановку.

Доверяйте опыту и

чутью воспитателей, прислушивайтесь к их рекомендациям.

В добрый путь!