

### «Адаптация ребенка в детском саду»

Уважаемые **родители!** Мы очень рады всех вас видеть! Вы сейчас вступаете в важный период вашей жизни и жизни вашего **ребенка – он идет в детский сад.**

И для того, чтобы **адаптация** его к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать побольше об особенностях этого сложного периода.

У **ребенка все взаимосвязано:** состояние здоровья и эмоциональный настрой, физическое и психическое развитие. Необходимое развитие малыш получает через игрушки, самое важное занятие для него – игра.

И **родителям надо помнить**, что добиваться желаемого можно через предложение: «*Давай поиграем!*» Мы же здесь постоянно играем с детьми, потому что именно в игре они знакомятся с окружающим миром, изобразительной деятельностью, **конструированием**, художественной литературой.

Для каждого **родителя именно его ребенок самый лучший**, самый умный. Но вот его отдают в **детский сад**. Естественно, у мамы с папой возникают первые переживания, связанные с садом. А как **ребенок привыкнет?** Понравится ли ему? .

Обычно период **адаптации** детей к условиям ДОО не превышает двух месяцев. Но для того, чтобы он прошел без лишних потрясений, мы все должны постараться максимально избавить новичков от травмирующих их факторов.

Что же для этого нужно?

1. **Родители** должны привыкнуть к мысли: «**Мой ребенок идет в детский сад**, там ему будет хорошо, о нем будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошел в садик» Самое главное — ваше эмоциональное состояние! Принимаете ли вы для себя то, что ваш **ребенок будет посещать детский сад**. Если вы негативно относитесь к садику, испытываете чувство вины за то, что приводите туда **ребенка**, и не ждете от садика ничего хорошего — ваш **ребенок** обязательно будет чувствовать то же самое. Если для вас садик — это новый этап в жизни вашего **ребенка**, вы уверены в необходимости его посещения, в том, что **ребенку** в нем будет хорошо — эти же чувства будут передаваться и ему. -Играйте с **ребенком в "детский сад"**, рассказывайте ему о **детском садике**. О том, что если мама и папа работают, то они отводят своих деток в **детский сад**, туда, где много других ребят, где есть интересные игрушки, веселые занятия. Расскажите, что в садике дети едят и спят, там у каждого есть кроватка, шкафчик, полотенце. Пусть ваши игрушки станут "детками", которых привели в садик, а ваш малыш как заботливая воспитательница будет кормить их обедом и укладывать спать. Если вы будете регулярно

говорить о садике и играть в него — больше вероятность того, что кроха начнет ходить туда с радостью, и конечно он уже будет знать, что это за место и чем там занимаются.

-Учите **ребенка** знакомиться — сначала вы будете спрашивать детей, как их зовут, и представлять им своего стеснительного кроху, но рано или поздно он начнет брать с вас пример. Попробуйте на прогулках организовать игры для детишек — пусть это будет даже самая обычная игра в мяч — главное, чтобы малыш увидел, что играть вместе с другими детьми может быть очень весело.

- Дайте **ребенку** с собой какую-нибудь вещь, которая будет напоминать о маме (*платочек, фотографию*). Можно дать ему с собой "ключ от квартиры", без которого вы не попадете домой, пока не заберете его из садика.

-Если у **ребенка** трудности с укладыванием на сон, договоритесь с воспитателем о том, чтобы она разрешила брать с собой любимую игрушку для засыпания.

Придумывайте, как мотивировать **ребенка для похода в садик**, например, в садике ему нужно будет обязательно поздороваться с черепахой, посмотреть, как кормят рыбок, а может быть, в садике по нему будут очень скучать любимая машинка или кукла?

2. В уголке для **родителей** висит листок режима дня **ребенка**. Это еще один важный пункт привыкания. Чтобы **адаптация** проходила благополучно, уже сейчас нужно приучать малыша к режиму дня, сходному в большей степени с режимом **ДОУ**: завтрак 8-9 утра; обед 12-13 часов; сон с 13 до 15 часов; полдник в 16 часов, укладывание на ночь не позднее 21-22 часов. И стараться максимально придерживаться этого режима.

-Чтобы **ребенок** не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку (*туалету*) и отучить от пустышки и бутылочки.

Вот мы и подошли к самому **главному**: все документы готовы, **ребенок и родители** настроены идти в садик, к детям.

1-й день – вы приводите **ребенка к 8-30 часам**

(*забираете через 1,5-2 часа*) Затем в течение недели приводите малыша и оставляете в **саду до обеда**. А мы наблюдаем за ним и в зависимости от его поведения (*привыкания, эмоционального настроения*) сообщаем вам, когда лучше будет оставить его на дневной сон, а потом уже и на целый день.

Говорите малышу, как вы рады, что он уже такой большой и самостоятельный, что ходит в **детский сад**. Расскажите об этом вашим родственникам и друзьям, и пусть он слышит, как вы им гордитесь! Учите малыша играть! К сожалению, современные дети все меньше умеют заниматься этой естественной для них деятельностью. Они не умеют играть самостоятельно, строить игровой сюжет, и вся их игровая деятельность сводится к простым манипуляциям с игрушками (*постучать, покидать, поломать*). **Ребенку**, умеющему занять себя игрой проще влиться в коллектив **детского сада**, найти себе друзей.

Вовлекайте **ребенка** в совместные сюжетно-ролевые игры (куклы, домики, больница и т. д., они учат **ребенка общению**, развивают эмоции, знакомят

с окружающим миром. Но вот **ребенок заплакал**, и у **родителей возникает вопрос**: «*Как быть?*» Да ведь это очень хорошо, что малыш плачет, большую тревогу вызывают тихие, «*Равнодушные*» дети, ведь они все переживания держат в себе.

**Ребенок** плачет – и успокаиваются эмоционально, он дает «*сигнал*» обратить на него внимание. Со всей ответственностью можно сказать, что плачущие поначалу дети в будущем посещают **детский сад** с большим удовольствием, чем тихие и спокойные.

Первые занятия и знакомства со специалистами проходят у нас в группе, поэтому малыши к новым людям привыкают постепенно.

В процессе нашего с вами общения будут возникать различные вопросы, пожалуйста, не стесняйтесь, подходите к нам и спрашивайте. Мы с удовольствием на них ответим, а если нужно, проведем **консультацию**. Не держите вопросы в себе, не надейтесь на советы знакомых. С вами и вашими детьми будут работать специалисты высокой квалификации. Имейте в виду, что пока ваш **ребенок не адаптируется к детскому саду**, не стоит водить его в гости. Пусть для него на это время привычными будут только стены родного дома и своей группы.

3. И еще один маленький, но очень важный момент: перед каждым из вас лежит анкета-знакомство. Для того, чтобы мы лучше узнали вашего **ребенка**, помогли ему скорее освоиться в **саду**, как можно более полно ответьте на вопросы анкеты.

Заранее поговорите с воспитателем о вашем **ребенке**. Расскажите о его привычках, особенностях поведения, что он любит (не любит, какие предпочитает игры (занятия, о методах воспитания, принятых в вашей семье — обо всем том, что, по вашему мнению, должен знать воспитатель. Эта информация очень поможет в дальнейшей работе с вашим **ребенком**, поможет найти к нему индивидуальный подход. Об успешности **адаптации** будет свидетельствовать нормализация эмоционального состояния крохи, однако это не означает, что он будет радостно бежать в **детский сад**. **Ребенок** имеет полное право не любить ходить в **детский садик**, грустить и плакать при расставании с вами. Однако **ребенок, адаптировавшийся к детскому саду**, принимает для себя необходимость его посещения.

И в заключении хочется пожелать вам успехов в воспитании ваших малышей. Любите их безусловной любовью, просто за то, что они у вас есть. Удачи вам!