***Групповая консультация для родителей по теме:***

**«Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада».**

***Материал подготовила педагог-психолог: Старостина Н. В.***

***МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №5»***

“Детство — это важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира — от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш”.

*В.А. Сухомлинский*

*Адаптация –* это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

*КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ*

Оформляя ребенка в детский сад, родители часто переживают: как встретят ребенка? Будет ли ему хорошо в детском саду? Как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение это вполне объяснимо: родители впервые оставляют ребенка с незнакомыми людьми. До этого все происходило на их глазах. Было внимание, любовь всех близких. А будут ли любить ребенка в детском саду?

Это волнение усугубляется, если ребенок не хочет расставаться с привычным и близким, отказывается порой идти в группу. Мамы или проникаются еще большим сочувствием к ребенку, порой в ущерб интересам воспитателей, или, стараясь не реагировать на слезы и просьбы сына, дочери, молча ведут их в детский сад.

Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирают, чем им заняться, и начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, боятся не только расстаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут. Чем же объясняется такое разное поведение детей?

Причины могут быть самыми разными:

* отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского учреждения;
* наличие отрицательных привычек (сосание соски, укачивание при укладывании);
* неумение занять себя игрушкой;
* несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков и др.

***И чтобы малыш как можно легче и спокойнее прошёл этот нелёгкий, но очень важный период в жизни, мы хотим предложить Вам несколько рекомендаций:***

* *Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.* Чаще хвалите ребёнка, обнимайте, говорите, что очень любите. Уделяйте ребёнку больше внимания, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте малейшие изменения в настроении.
* *Познакомьте ребёнка с режимом дня в детском саду.* Чем чаще Вы будете его соблюдать, тем спокойнее ребёнок воспримет новые правила. Спрашивайте, куда он будет складывать свои вещи после прогулки, что он будет делать после обеда. Такими вопросами Вы сможете проконтролировать, как ребёнок усвоил последовательность режимных моментов в дошкольном учреждении. Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит так, как было обещано, то чувствует себя увереннее.
* *К началу посещения детского сада прививайте ребёнку элементарные навыки самообслуживания.* Ребёнок должен уметь самостоятельно:

-мыть руки с мылом и вытирать их;

-ходить в туалет;

-пользоваться ложкой и вилкой;

-одеваться самостоятельно с небольшой помощью взрослого.

Поговорите с ним о возможных трудностях, объясните, к кому он может обратиться за помощью и как он это должен сделать. Например: Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить». И воспитатель нальёт тебе воды. Если захочешь в туалет, обязательно скажи об этом. Попробуйте проиграть все эти ситуации дома.

* *В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.* Не пугайте ребёнка д/с, например: «Не хочешь есть сам, вот придёшь в д/с- там тебя научат» или «Учись есть сам, тогда тебя возьмут в д/с ».
* *Расширяйте круг общения ребёнка с другими детьми и взрослыми.* Поощряйте игры с другими детьми. Личным примером учите ребёнка общаться, знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои. Не пренебрегайте такими простыми фразами, как: «Если хочешь поиграть с девочкой (мальчиком), подойди и скажи: «Как тебя зовут?». В присутствии своего ребёнка называйте этих детей по имени. Говорите дома о новых знакомых.
* *Будьте спокойны и уравновешенны, так как дети очень легко перенимают тревожность от своих близких.* Личная тревожность матери часто является причиной беспокойства у ребёнка. Когда Вы уходите, расставайтесь с ребёнком быстро и легко, иначе у ребёнка появиться тревога.
* *При расставании с ребёнком в группе: будьте настойчивы и спокойны.* Даже, если ребёнок плачет и хватается за Вас, ***улыбнитесь ему***и скажите: **«*Всё будет хорошо, вечером я приду за тобой*»** и не оглядываясь, уходите.
* *Не спрашивайте у малыша: «Хочешь ли ты ходить в детский сад?».* Еслион ответит отрицательно, а вопрос о походе в сад Вами уже предопределён, это может дополнительно расстроить Вашего ребёнка.
* *Ребёнок может принести в группу любимую игрушку, книжку или милый пустячок, с которым он не расстаётся дома.* Это поможет ребёнку легче и безболезненнее привыкнуть к дошкольному учреждению. Предложите ребёнку рассказать своей любимой игрушке про детский сад, пусть ребёнок покажет ей свой шкафчик, кроватку и т.д.
* *Постарайтесь уговорить оставить игрушку переночевать в садике, чтобы ребёнок наутро снова с нею встретился.* Если ребёнок на это не соглашается, пусть игрушка «ходит» вместе с ним ежедневно и «знакомится» там с другими детьми.
* *В первые дни оградите ребёнка от дополнительного общения:* походов в гости, детские площадки и т.д. Лучше после детского сада вместе с ребёнком побыть дома. Так как ребёнку (его нервной системе) необходимо отдохнуть от эмоционально насыщенного дня.
* *Скажите честно ребёнку, куда и зачем Вы идёте спокойной, уверенной интонацией.* Ни в коем случае не обманывайте малыша. Если Вы сказали, что пошли в магазин – покажите ребёнку покупки…
* *Скажите точно ребёнку, когда Вы вернётесь.* Например: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь».

В 2 года ребенок:

* ест аккуратно, не облизываясь;
* при умывании трет ладони и части лица, вытирается при помощи взрослого;
* самостоятельно одевается (натягивает носки, шапку, обувь при незначительной помощи взрослого), частично раздевается; расстегивает и застегивает одну - две пуговицы;
* знает места хранения одежды, обуви, игрушек и посуды;
* пользуется носовым платком (при напоминании);
* контролирует физиологические потребности.

В 3 года ребенок:

* одевается с незначительной помощью взрослого, а раздевается самостоятельно;
* складывает свою одежду перед сном;
* застегивает несколько пуговиц, завязывает (связывает) шнурки;
* знает назначение многих предметов и их местонахождение;
* выполняет поручения из двух-трех действий (отнеси, поставь, принеси);
* умеет мыть руки с мылом, умываться, вытираться полотенцем;
* замечает беспорядок в своей одежде, пользуется носовым платком;
* регулирует свои физиологические потребности;
* вытирает обувь при входе в квартиру;
* аккуратно ест, правильно держит ложку, пользуется салфеткой;
* не выходит из-за стола до конца еды и не мешает за столом другим;
* говорит слова благодарности, здоровается, прощается.

***Помните, что Ваш ребёнок в надёжных и профессиональных руках!***

***Постарайтесь быть терпимыми в период адаптации ребёнка к детскому саду, иногда на привыкание ребёнка к дошкольному учреждению может потребоваться не один месяц. Рассчитывайте свои планы и возможности.***