

 Адаптация ребёнка к детскому саду.

***ДЕТСКИЙ САД*** *- Новый период в жизни ребёнка.*

*Для малыша это, прежде всего первый опыт социализации и коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей, не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагирует на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, капризничают и плачут перед входом в группу. Детям любого возраста, очень непросто начинать посещать сад. В их жизни все меняется кардинальным образом. Родителям важно уделить особое внимание новому этапу жизни ребёнка. Для того чтобы она прошла успешно, предлагаем Вам ознакомиться с небольшой памяткой. Надеемся, наши рекомендации помогут вам, и Ваш малыш с радостью и удовольствием будет находиться в новом детском коллективе.*

 **Ребёнок идёт в детский сад: адаптация родителей**

**«Подготовка ребёнка к посещению** **детского сада».**

**Уважаемые родители!** Скоро вам и вашему ребёнку предстоит начать новую жизнь. Чтобы малыш вступил в неё увереннее, был радостным и общительным, мы хотим предложить несколько рекомендаций.

**1**. Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребёнок чувствует, если родители сомневаются в целесообразности общественного воспитания, и любые их колебания использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с ними.

**2**. Расскажите ребёнку, что такое детский сад и почему вы хотите, чтобы он, как и другие дети, тоже его посещал. Содержание беседы зависит от возраста ребёнка. Например, беседа может быть такой: ***Детский сад*** *- это красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду маленькие столы и стулья, маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Дети здесь едят, гуляют, играют и узнают много нового.*

*Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошёл в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя туда, а вечером заберу домой. Ты мне расскажешь, как у тебя прошёл день, а я расскажу тебе, что у меня было интересного на работе. Многие мамы и папы хотели бы отправить в детский сад своего ребёнка. Тебе повезло, что ты будешь туда ходить. Но сначала нам надо подготовиться».*

1. Проходя мимо детского сада, с радостной интонацией напоминайте ребёнку, как ему повезло: *осенью он сможет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, о том, что гордитесь своим сыном (дочерью), - ведь он (она) уже подрос (ла) и скоро начнёт ходить в детский сад.*
2. **Познакомьте ребёнка с режимом в детском саду.** Чем подробнее будет ваш рассказ и чем чаще вы, будете его повторять, тем спокойнее ребёнок воспримет новые правила.

**Обсудите с ребёнком последовательность всех режимных моментов.**

 Спрашивайте, куда он будет складывать свои вещи после прогулки, кто ему будет помогать раздеваться, что он будет делать после обеда. Такими вопросами вы сможете проконтролировать, как ребёнок усвоилпоследовательность режимных моментов в дошкольном учреждении. Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит так, как было обещано, то чувствуют себя уверенней.

 **Максимально приблизьте домашний режим к распорядку жизни в детском саду.**

 **7.30 -8.00 приём детей**

 **8.00- 8.10 гимнастика**

 **8.10 -8.40 подготовка к завтраку**

 **8.40 - 9.00 завтрак**

 **9.00 -9.10 образовательная деятельность**

 **9.10 – 11.10 игры, прогулка**

 **11.10 -12.00 подготовка к обеду, ОБЕД**

 **12.00 - 15.00 дневной СОН**

 **15.00 -15.30 подъем, полдник**

 **15.30 – 16.00 игры, организованная деятельность**

 **16.30 - 17.00 УЖИН**

 **17.00 – 19.00 свободная деятельность, игры, прогулка**

**5.** **Формируйте у ребёнка навыки самообслуживания и личной гигиены**. 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 Виктория Николаевна нальёт тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Попробуйте проиграть все эти ситуации дома, например вы воспитатель, а медвежонок, за которого вам тоже придётся говорить, просит пить. **Научите ребёнка:**

**самостоятельно есть любую пищу (ложкой из своей тарелки);**

**частично одеваться (с помощью взрослого);**

**обращать внимание на грязное лицо и руки;**

**положительно относиться к процессу умывания;**

**пользоваться платком (салфетками);**

**правильно очищать нос (сморкаться) ;**

**контролировать физиологические потребности;**

**проявлять желание к самостоятельным действиям.**

Не создавайте у ребёнка иллюзий, что всё будет так, как он захочет. Объясните, что в группе много детей, поэтому воспитатель, например, не сможет помочь всем сразу одеться, придётся немного подождать, пока помогут другим.

**6.** Приготовьте вместе с ребёнком ***«радостную коробочку».*** В течение лета складывайте в неё небольшие игрушки, лоскутки ткани, маленькие книжки с картинками, которые привлекательны для вашего малыша и обрадуют других детей. Возможно, вы владеете техникой оригами - тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или собачку.

С игрушками в детский сад и веселее идти, и проще завязывать отношения со свер­стниками.

1. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои.
2. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. В присутствии своего ребёнка называйте этих детей по имени. Говорите дома о новых знакомых - Лене, Саше, Серёже. Поощряйте обращение ребёнка за помощью и поддержкой к другим людям.
3. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку к новым условиям.
4. Разработайте вместе с малышом несложную систему знаков прощания и применяйте её дома. Ребёнок будет легче отпускать вас и в садике.
5. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться не один месяц. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы.
6. **Будьте терпеливы и последовательны. Хорошей Вам адаптации!!!**