

## Новая жизнь маленького ребенка в большом мире.

В жизни каждого современного малыша наступает время, когда он начинает посещать детский сад. Ведь детский сад дает ребенку хорошую возможность видаться со своими сверстниками, играть и развлекаться в их обществе, получить необходимый опыт общения с товарищами.

*Адаптация* - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Она включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Конечно, многие родители переживают, как ребенок перенесет разлуку с мамой, ведь он не разлучался с ней так надолго, как перенес привыкание к новым условиям, новым взрослым (*воспитателям*) и детям. Для того, чтобы адаптация у ребенка прошла как можно успешней, родителям необходимо знать, с чего начать подготовку к поступлению ребенка в дошкольное образовательное учреждение, как заранее приобщить ребенка к мысли о детском саде, необходимости посещать его.

### *Рекомендации для родителей:*

- Целесообразно примерно за месяц до того, как ребенок начнет посещать детский сад, поменьше, чем обычно, быть рядом с ним;
- Вести себя так, чтобы ребенок почувствовал гордость родителей за него – ведь он уже большой, что может ходить в детский сад;
- Не делать из указанного события проблему, не обсуждать каждый день предстоящие перемены в жизни ребенка.
- В целях оптимизации процесса адаптации предлагаются следующие варианты вспомогательных мероприятий, направленных на регуляцию процесса адаптации:
- Использование телесной терапии (*взять ребенка на руки, обнять, погладить*);
- Сон с мягкой игрушкой;
- Рассказывание сказок, пение колыбельных;
- Использование игровых методов во взаимодействии с ребенком;
- Создание позитивной установки у ребенка на все предстоящие режимные процессы, предварительное проговаривание их.

Для протекания процесса адаптации необходимо создание такой обстановки, когда у ребенка складывается ощущение непрерывной связи между жизнью в детском саду и дома. Если взрослые хотят узнать, как же он проводит время в садике, лучше задавать точные, конкретные вопросы. Тогда ребенок почувствует, что жизнь детского сада близка и понятна родителям, и захочет, чтобы они тоже приняли в ней участие. Определив, что больше всего нравится делать ребенку в детском саду, можно и дома предложить ему такие же интересные занятия и развлечения.

При этом ВАЖНО, чтобы родители и воспитатели действовали согласованно, соблюдали одинаковый подход к ребенку в семье и в детском саду.

Таким образом, положительный настрой самих родителей, их уверенность в возможностях своего малыша могут сыграть большую роль в адаптации ребенка в детском саду.

Нужно быть терпеливыми, проявлять понимание и проницательность. И очень скоро детский сад превратится для вашего малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир.

### Если ребёнок не хочет в детский сад:

- постарайтесь привести малыша в сад в первые дни набора в группу, когда детей там ещё немного, и проще адаптироваться и привыкнуть к новым условиям и людям;

- если ребенок раним и сильно привязан к вам, попробуйте приводить его в группу сначала на несколько часов. В первые дни вы можете побыть с ним;

- заранее познакомьтесь с садом и его устройством, придите туда с ребенком и позвольте ему поиграть в группе, расскажите, как ему будет весело, что и как малыш он будет делать;

- не пугайте ребенка садом;

- оставляя ребенка, сразу уходите, не стойте под дверями или под окнами группы, это внушает малышу неуверенность и страх. Лучше оставьте свой телефон и попросите воспитателей звонить и рассказывать, как у малыша дела;

- иногда лучше, чтобы в сад ребенка отводил папа (бабушка, старшие дети): расставания с мамой часто проходят сложнее;

- побольше решительности – не кидайтесь утешать кроху, скажите ровным голосом, как вы его любите, и что сейчас вам нужно идти, но вы обязательно придете за ним вечером;

- делайте малышу поблажки – иногда забирайте его пораньше и проводите время вместе, живо интересуйтесь его делами в саду, подбадривайте, хвалите за все достижения и за то, как много он узнает.

РАДУЙТЕСЬ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ!!!

