**Консультация для родителей**

**«Адаптация ребенка к условиям детского сада»**

Перед ребенком, который начал посещать детский сад, возникает проблема изменения уже сформированного поведенческого стереотипа, обусловленная изменением привычных условий жизни и установлением новых социальных связей. Часть детей входит в новую обстановку почти без проблем, и слезы, вздохи и тяжелая утренняя разлука с родителями продолжаются только в первые несколько дней. Некоторые переживают негативные эмоции несколько дольше – 3-10 дней. А у других **процесс адаптации к детскому саду** растягивается на две-три недели.

1. Чтобы негативные эмоции не помешали ребенку в период овладения новыми способами жизнедеятельности, очень важно сформировать у него положительное ожидание, связанное с посещением детского сада. Не  стоит пугать ребенка детским садом: «Не будешь слушаться - отдам в детсад», а впоследствии, когда он уже посещает его, угрожать оставить его там, если не перестанет плакать или капризничать. Это вызовет у ребенка боязнь перед пребыванием в доу, удлинит процесс адаптации, а о будущем посещении детского сада надо говорить дома, как о хорошем событии.

2. Спокойной и уверенной адаптации малыша в детском саду способствует осведомленность о жизни в нем. Необходимо познакомить сына или дочь с воспитателем группы, поговорить с ним так, чтобы ребенок слышал, что он уже подрос и будет посещать детский сад, где обо всех малышах заботится добрая, отзывчивая воспитательница, которая гуляет и играет с ними; пусть малыш также познакомится с детьми, с помещением группы, с игрушками, и, поощряемый взрослыми проявит интерес к окружающим. Дома следует вызвать у него приятные воспоминания от увиденного, желание побыстрее пойти в детский сад. Перед тем как идти в детсад нелишне, договорившись с заведующей и педагогом, несколько дней погулять с ребенком на его территории.

3. Не обязательно в первый день оставлять ребенка в группе до вечера: длительное пребывание в незнакомом окружении еще тяжеловато для него. Лучше постепенно удлинять время пребывания в детском саду. Пусть первый раз он пробудет в новом коллективе 1,5 - 2 - 2,5 часа.

А еще неплохо, чтобы этот первый день в детском саду выпал на середину недели, ближе к выходным. И пусть бы это было (при возможности) весной, летом или ранней осенью. В это время дети много гуляют, а ситуация прогулки-привычная для них.

[Родителям](https://psichologvsadu.ru/rabota-psichologa-s-roditelyami) не следует забывать также о такой особенности малышей, которую можно назвать «заражением эмоциями»: заплакал кто-то один, а за ним, смотри, еще несколько заплакали среди тех, чей детсадовский «стаж» короткий. Подобная «цепная реакция», конечно, негативно влияет на психофизическое состояние ребенка, а потому справедливо заранее узнать, сколько новичков придет в группу в течение недели и когда именно их приводить. Если это будет утром, то лучше привести своего малыша во второй половине дня. Когда новоприбывших окажется трое-четверо и больше, посещение дошкольного учреждения целесообразно отложить на следующую неделю.

4. Кроме официального имени ребенка, воспитателям полезно знать его «домашнее» имя. Ведь, может произойти, в группе окажется несколько Артемов или Олечек, поэтому Сашуля, Люся? Зайчик, Солнышко охотно будут отзываться на привычные для них обращения.

Обсудив поведение малыша в первый день, стоит договориться о продолжительности его пребывания в саду на следующий день. Вечером дома стоит отпраздновать начало детсадовской жизни и ознакомить всех членов семьи с тем, как прошел день, и чем он был интересен ребенку.

В дальнейшем следует чаще советоваться с воспитателем, анализировать с ним поведение и настроение ребенка. Если будет замечено, что он немного утомился, пусть несколько дней приходит в сад только на прогулку. Определенные неудобства от этого (временные) компенсируются осознанием главной пользы такого варианта режима: сохранение физического и психического здоровья малыша, его позитивного отношения к дошкольному учреждению.

Факторы, которые непосредственно влияют на процесс адаптации ребенка к детскому саду :

- взаимное соответствие режимов, по которым живет ребенок дома и в дошкольном учреждении;

- определенная самостоятельность в бытовом обслуживании (по возрасту);

- уровень умственного развития.

Составил: Березовская Н.О.