**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №8 «ДЮЙМОВОЧКА»**

**(МБДОУ №8 «ДЮЙМОВОЧКА»)**

**М.О. г.Мытищи, Новомытищинский проспект, тел. 8 (495) 581-73-75,**

**дом 43 корпус 2** **dou\_8@edu-mytyshi.ru**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Консультация для родителей на тему:**

**«Адаптация ребенка к детскому саду»**

 **Подготовила и провела:**

воспитатель Брагоренко Т. А.

**г. о. Мытищи**

**2016 год**

Основной проблемой для родителей при поступлении ребенка в детский сад является благоприятная адаптация малыша к новым условиям. Каждая мама и каждый папа хочет, чтобы этот процесс прошел без особых трудностей.

Вы первый раз привели ребенка в детский сад. Волнуетесь. Переживаете. Как справится ребенок с новой ситуацией; как сделать так, чтобы она прошла наиболее безболезненно для Вашего малыша? Вот он ходит день, второй, неделю... Только почему-то вы не рады, а скорее озабочены всем этим. Ваш малыш почти неузнаваем, его словно подменили.  По любому поводу истерики, причем несколько часов подряд. Снова стали мокрыми штанишки. Ничего не ест и плохо спит. Да еще пуглив, как никогда. Он боится даже своей тени. Не хочет ходить в детский сад. Каждый день имеет отговорки. Упирается, когда насильно тащишь. Расстается с плачем, причитая, что его уже никто не любит, что он обещает быть хорошим, лишь бы рядом была его мама.

Да, с ребенком что-то происходит, словно он вдруг "развивается назад". У него регресс во всем достигнутом: в речи, навыках, умениях, игре. И все это только за неделю. Не волнуйтесь, это все естественно. И, конечно, в скором времени пройдет. Ваш ребенок просто адаптируется (приспосабливается) к саду. У него период адаптации к нему. Адаптация обычно протекает сложно, нередко с различными сдвигами в детском организме. Эти сдвиги происходят на всех уровнях, во всех системах. Только родителям обычно видна лишь надводная часть айсберга - поведение ребенка.

По тому, как малыши приспосабливаются к детскому саду, их можно разделить на три группы:

* Первая группа - дети, которые реагируют на перемену обстановки настоящим нервным срывом. К этому почти всегда добавляются частые простудные заболевания.
* Вторая группа - дети, не проявляющие признаков нервного перенапряжения, "всего лишь" начинающие часто болеть.
* Третья группа - это детишки, привыкающие к садику без особых проблем и сложностей.

Так вот, каждый второй ребенок относится к первой или ко второй группе. Значит ли это, что только половина детей, которые ходят в садик, имеет шанс "прижиться" там, а все остальные должны сидеть дома до школьного возраста? Конечно нет.
В большинстве случаев проблемы адаптации разрешимы, причем на это не требуется очень слишком много времени. Детский сад - стресс для ребенка, но стресс вполне преодолимый. Только малышу обязательно нужно помочь справиться с этим новым и очень серьезным опытом. Столь большое число детей, испытывающих трудности в адаптации к детскому саду, во многом объясняется их неподготовленностью к новому образу жизни. Нельзя бросать ребенка в незнакомую обстановку, как в воду, в расчете на то, что он немедленно научится "плавать". Стоит заранее уделить время и внимание подготовке к посещению садика, и тогда ваш малыш, скорее всего, окажется в третьей, благополучной группе.

Адаптация закончена, если:

* у ребенка стабильное положительное психо-эмоциональное состояние в течение недели, т.е. ваш ребенок в основном пребывает в хорошем настроении, активно играет, взаимодействует со взрослыми и сверстниками, соблюдает режим дня, хорошо кушает и спокойно спит;
* у него отсутствуют заболевания;
* есть динамика массы тела;
* динамика психомоторного развития.

**Главное условие успешной адаптации не столько ребенка, сколько всей семьи – это готовность родителей к тому, что ребенок пойдет в детский сад.**

**Как подготовить**

**ребенка к поступлению в детский сад?**

* Самое главное – положительный настрой на детский сад, если вы верите, что детский сад самое лучшее место на земле для вашего ребенка, так же будет считать и ваш ребенок, пусть пока на уровне внутренних ощущений. Если вы так не считаете, займитесь аутотренингом - возьмите листочек и напишите в ответ на вопрос «Зачем мне нужен детский сад?» все позитивное, что вы знаете по этому поводу (например, «У моего ребенка расширится круг общения, а это очень полезно для его развития» - да-да, даже негативный опыт полезен, так как ребенок развивается только преодолевая препятствия, как, впрочем, и любой человек, или «Я могу спокойно ходить в магазин, не отдирая орущего ребенка от ярких коробок» и т.п).
* Чаще гуляйте с ребенком на детской площадке, не торопитесь вмешиваться в любой конфликт, дайте ребенку возможность поучиться самому найти выход из ситуации, а себе возможность погордиться за ребенка «Вот какой молодец, как ловко забрал свою игрушку, значит, может постоять за свое имущество».
* Хотя бы раз в неделю меняйте с ребенком место для прогулок – это может быть соседский двор, парк, центр города, просто прогулка пешком.
* Ходите с ребенком в гости и приглашайте гостей к себе, желательно с детьми разного возраста – учите ребенка общаться, вместе играть, давать играть свои игрушки, просить чужие и т.п. – показывайте, как это надо делать.
* Играйте с ребенком дома в детский сад, начиная от бытовых процессов (кормление, одевание, сон), до игр и занятий. Роль ребенка может выполнять сам ребенок или какая-нибудь игрушка: «Вот как Саша аккуратно кушает, как ребятки в детском саду», «Все ребятки спать легли в свои кроватки и Танечка тоже спать ляжет в свою кроватку».
* Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
* Заранее узнайте все моменты в режиме дня в детском саду и введите их в режим дня ребенка дома.
* Учите ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
* Недопустимо угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.
* Не нервничайте и не показывайте свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.
* Планируйте свой отпуск или выход на работу так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.
* Если вы определились с выбором дошкольного учреждения, начинайте осваивать его территорию, приходите на утренние и вечерние прогулки (что также поможет вам и ребенку привыкнуть к режиму детского сада), познакомьтесь с воспитателями, играйте с детьми, запоминайте их имена, чтобы потом напоминать их ребенку. Посетите психолога детского сада, проконсультируйтесь с медицинской сестрой или врачом, т.е. сами получите как можно больше разнообразной информации о том месте, где ваш ребенок будет проводить большую часть времени.

**Самое главное – это ваше доверие и вера, что все будет хорошо.**

**Как вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать детский сад?**

* Обязательно соблюдайте график адаптации, т.е. режим кратковременного пребывания ребенка в детском саду, начиная с 2-х часов. С графиком вас познакомит медицинский работник или психолог детского сада. Дайте ребенку возможность постепенно привыкнуть к новым условиям, к новым людям, к новым правилам, к отсутствию мамы.
* Можете дать ребенку с собой игрушку или книжку, словом «кусочек» дома.
* Ежедневно общайтесь с воспитателем, но не с целью выспросить, кто толкнул, а кто отобрал игрушку, а с целью выяснить, как вам скорректировать свои взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он легче и быстрее привыкал к новым условиям жизни. Пусть воспитатель станет вашим помощником в воспитании ребенка.
* Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большими.
* Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
* Щадите его ослабленную нервную систему. На время можно прекратить походы в цирк, в театр, в гости; сократите просмотр телевизионных передач.
* Как можно раньше сообщите врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
* Создайте в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
* Постарайтесь не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.
* При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратитесь к детскому врачу или психологу.
* При выраженных невротических реакциях оставьте малыша на несколько дней дома.
* Поддерживайте ребенка в период адаптации, меньше обращайте внимания на его капризы, дарите ему свое тепло и любовь. Постарайтесь не менять ничего в жизни ребенка в этот период (не отучайте от соски, груди – это лучше сделать заранее, не ездите надолго в гости, не приглашайте к себе незнакомых малышу людей и т.п.). Берегите нервную систему ребенка!

**Терпения вам и оптимизма!**Наблюдайте за своим ребенком, прислушивайтесь к нему и он вам сам подскажет наиболее оптимальные для него воспитательные методы и приемы!

**Список использованной литературы**

1. Заводчикова. Адаптация ребенка в детском саду – М.: «Просвещение», 2007.
2. Жердева Е.В. Дети раннего возраста в детском саду – Р-на-Д.: «Феникс», 2008.
3. Русаков А.С. Адаптация ребенка к детскому саду – М.: «Речь», 2011.