



Детский сад — новый период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие — соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребенок, тем быстрее он способен адаптироваться.

Первый раз в детский сад. Кое – что об адаптации.

При адаптации ребенка к детскому саду встречается три степени тяжести:

1 степень – поначалу ребенок капризничает, плачет. Обычно через 2 – 3 недели он будет оставаться в детском саду без проблем.

2 степень – слезы, крики, странное поведение ребенка. Ребенок отказывается идти в детский сад, но успокаивается постепенно в группе. На фоне такого эмоционального состояния ребенок начинает болеть. Постепенно ребенок становится спокойнее и затем привыкает.

3 степень – самая тяжелая. Ребенок никак не может привыкнуть к детскому саду. Ребенок начинает часто и длительно болеть. От этого страдает его нервно – психическое развитие: ребенок может забывать новые слова, демонстрировать мнимое неумение есть ложкой, проявлять замкнутость и отчужденность.

Чтобы ребенок быстрее привык ходить в детский сад, готовьте его к этому заранее. Можно сходить на экскурсию в группу, познакомиться с воспитателями, с детьми, которые уже посещают детский сад. Также рассказывайте ребенку, как интересно в детском саду, сколько там много интересных игр и игрушек, чем занимаются дети в детском саду.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЁНКА К ПОСЕЩЕНИЮ ДЕТСКОГО САДА

1. **Убедитесь в собственной уверенности** в том, что детский сад необходим Вашему ребёнку именно сейчас.
2. **Расскажите ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему** Вы хотите, чтобы он пошёл в детский сад. Но ни в коем случае не делайте из этого события проблему, не говорите часто о предстоящей перемене в его жизни. Вообще, всех бабушек-дедушек, нянечек или просто друзей-знакомых, которые твердят, что детский сад - это зло, слезы и болячки, изолировать на время. Сейчас Ваша задача – позитивно настроить ребёнка на грядущие перемены.
3. Проходя мимо детского сада, радостно напоминайте ребёнку, как ему повезло – он сможет ходить сюда. **В присутствии малыша рассказывайте** родным и знакомым об ожидаемом событии, о том, что **Вы гордитесь тем, что его приняли в детский сад.**
4. Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении (упорядочить часы сна, бодрствования, питания и т.д.), при выполнении режимных моментов поощряйте и развивайте детскую самостоятельность.
5. **Готовьте ребёнка к общению с другими детьми и взрослыми:** посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Ходите с ним на праздники, на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведает: стесняется, уединяется, конфликтует или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.
6. **Приготовьте вместе с ребёнком "Радостную коробочку"**, с которой он отправится в детский сад: положите туда небольшие игрушки (не очень нужные, недорогие, может, самодельные), которые нравятся Вашему малышу и точно обрадуют других детей. От этого выигрывают все: ребёнок более спокоен, быстрее адаптируется, родители видят, что малыш чувствует себя уверенно, входя в группу, ведь у него в руках – частичка дома и тепла рук мамы, которая изготовила вместе с ним эти вещицы. Воспитатели тоже будут рады пополнению игрового материала группы. И ещё один плюс: когда у малыша есть, чем играть, чем поделиться с товарищем – он быстрее освоится в новом коллективе, подружится с ребятами.
7. Дайте ребенку в детский сад любимую игрушку, уговорите оставить ее переночевать в садике, а на утро снова с нею встретиться. Если ребенок не соглашается, пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете, как ребенку удастся привыкнуть к детскому саду.
8. **Поиграйте с ребёнком домашними игрушками в детский сад**, где какая-то из них будет самым ребёнком. Понаблюдайте, что делает он с этой игрушкой, что говорит, помогите вместе с ребёнком найти ей друзей и порешайте

проблемы вашего ребёнка через неё, ориентируя игру на положительные результаты.

9. **А теперь очень важный момент.** Поймите и запомните: чем лучше будут Ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще Вашему ребёнку будет привыкнуть к детскому саду и тем комфортнее он будет себя чувствовать.
10. **Познакомьтесь с воспитателями и педагогами группы заранее**, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребёнка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребёнка.
11. **В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребёнка детским садом**, иначе позже Вам придётся пожинать эти горькие плоды. Если Вы заметите, что ребёнок опасается воспитателя или не очень ему доверяет, постарайтесь почаще говорить о воспитателе, хвалить его, спрашивать о воспитателе ребёнка, подчеркивая, какая она добрая, красивая, хорошая, заботливая и т.д.
12. В период адаптации **поддерживайте малыша эмоционально**. Теперь Вы проводите с ним меньше времени, поэтому компенсируйте это **качеством общения** – чаще обнимайте, разговаривайте. Скажите ему: "Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает грустно. Когда что-то новое начинается, сначала всегда бывает трудно, а потом привыкаешь и становится интересно. У тебя все получится".
13. **Не устраивайте ребёнка в садик только потому, что у вас родился ещё один ребёнок**, даже если это и облегчит вам жизнь. Ваш старший сын или дочь и без того почувствует, что в доме появился непрошенный гость, и ваше решение ***он непременно истолкует как своё изгнание***, сделав вывод, что вы предпочитаете ему новорождённого. Поэтому если вы, ожидая ребенка, все же решите отдать старшего в детский сад, сделайте это заранее, до появления малыша.
14. **Самое главное назначение** детского сада в том, чтобы дать ребёнку возможность общаться и играть со сверстниками. И каким бы ни был детский сад хорошим, не допускайте непоправимую ошибку - не считайте, что он заменяет семью.
15. Помните, что на привыкание к детскому саду ребёнку может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. **Лучше, если в этот период у семьи будет возможность подстроиться под особенности адаптации своего малыша.**

Подготовила
педагог-психолог МБДОУ «Детский сад №44 г. Челябинска»
Анисимова Людмила Витальевна