

Консультация для родителей «Адаптация детей 2–3 лет в детском саду»

Родители часто задают воспитателям вопрос: «Почему ребенок идет в детский сад со слезами и когда это закончится?».

У большей части детей младших групп адаптация к детскому саду проходит болезненно: малыши долго не могут привыкнуть к детскому саду, устраивают истерики, некоторых от мам по утрам приходится *«оттаскивать»*.

Дети привыкают к детскому саду по-разному: кто-то с первых дней ходит в детсад с радостью, но, это скорее исключение из правил, а кто-то не может успокоиться целый день и родителей вечером встречает со слезами на глазах. И это нормально процесс. Так как **адаптация** - это приспособление детского организма к новой обстановке, процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.

Выделяют 3 фазы **адаптационного периода**: легкая (1 - 16 дней), средняя (16 -32 дней), тяжелая (до 64 дней).

Чтобы **адаптационный период** проходил легко необходимо **устранить** следующие причины:

1. Малыш не подготовлен к посещению детского сада.
2. Не сформированы культурно-гигиенические навыки.
3. Не умеет самостоятельно играть с игрушками.
4. Режим в семье не совпадает с режимом детского образовательного учреждения.
5. Болезненному ребенку адаптироваться в новых условиях тяжелее, чем здоровому.

Индивидуальные причины. Некоторые малыши в первый день посещения дошкольного учреждения ведут себя тихо и спокойно, а на 2-3 день начинают плакать, другие — наоборот, в первые дни устраивают истерики, а потом их поведение нормализуется.

Условия жизни в семье. Если ребенок общался часто с родственниками, посещали с ним знакомых, брали с собой в путешествия, то он гораздо быстрее привыкнет к новой обстановке детского сада.

Ограниченное общение со сверстниками. Труднее всего адаптируются дети, круг общения которых был сведен к минимуму *«мама-бабушка-папа»*. У таких малышей большое количество детей вызывает страх, желание спрятаться куда-нибудь, чтобы побыть одному.

Чтобы **период привыкания** у ребенка проходил легко необходимо:

- устраивать в детский сад во время тарифного отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов (*это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом*);

- соблюдайте самое важное правило: спокойная мама — спокойный ребенок. Отдавая сына или дочку воспитателю, попробуйте сохранять спокойствие, потому что дети очень хорошо чувствуют эмоциональное состояние

- дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новых игрушек. Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

- о первом приходе договориться с воспитателем группы, придя заранее в группу за несколько дней до начала посещения малышом детского учреждения. Педагоги подскажут вам время прихода, чтобы смягчить впечатления и не травмировать плачем других детей вашего малыша.

- некоторые **родители ошибочно полагают**, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так.

- первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если

малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.

- не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой **адаптации**, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов. **Посещайте детский сад регулярно.**

Ошибки родителей, затрудняющие адаптацию ребенка:

1. Нельзя пугать ребенка **детским садом**. *«Вот не будешь слушаться меня — пойдешь завтра в садик».*

2. Никогда не сердитесь на ребенка за то, что он не хочет идти в **детсад** и **плачет**. Это вполне нормальная реакция для **детей 2-3 лет**. Лучше поцелуйте, обнимите его и еще разок уверьте, что вы его очень любите и обязательно заберете из **детсада**.

3. Нельзя обещать ребенку то, что потом не сможете выполнить. Например, если мама сказала, что заберет сразу после обеда, то она должна так и поступить.

С помощью простой игры можно быстрее **адаптироваться к детскому саду**.

Игра — важный вид деятельности для ребенка. Психологи утверждают, что с помощью простых игр можно значительно облегчить период **адаптации к детскому саду**.

«Детский сад»

Во время игры в «Детский сад» может быть много сюжетных линий:

«Дети собираются на прогулку».

«Дети обедают».

«Дети приходят в детский сад».

«Дети готовятся к дневному сну».

«Дети на прогулке».

В заключение еще один важный **совет родителям**: старайтесь приходить за ребенком раньше, чтобы он не оставался одним из последних в группе, поддерживайте его во всем, хвалите за маленькие достижения, чаще улыбайтесь, сохраняйте спокойствие и скоро вы заметите, что ребенок начал ходить в **детский сад с удовольствием**.

