Консультация для родителей

**Адаптация в детском саду**

Адаптация – это приспособление организма к новым обстоятельствам, а для ребенка детский сад как раз и является новым, еще неизвестным пространством, с новой средой, новыми взаимоотношениями.

**Признаки дезадаптации ребенка:**

* **Несформированность положительного настроя на посещение детского учреждения.** Важно сформировать у ребенка позитивное ожидание будущих изменений. Часто родители с сочувствием относятся к посещению ребенком детского сада. Вследствие такого отношения ребенок тоже начинает страдать, капризничает, отказывается посещать ДОУ. Иногда родители запугивают ребенка посещением садика. Часто дети даже не знают, что их ждет в садике.
* **Несформированность навыков самообслуживания.** Часто родители, экономя время, спешат накормить, одеть ребенка, сдерживая этим формирование у него практических умений и навыков – дети не умеют самостоятельно одеваться, пользоваться туалетом.
* **Отсутствие общения со сверстниками.** В некоторых случаях родители сознательно ограничивают общение ребенка с ровесниками, чтобы оградить его от дурного влияния. Как следствие, конфликтность, неумение попросить, неумение подождать.
* **Несоответствие домашнего режима – режиму детского учреждения.** Если режимы кардинально отличаются во времени и последовательности режимных моментов, ребенок в саду будет чувствовать дискомфорт.

### Советы родителям по правильной адаптации ребенка к детскому саду:

* Сформируйте у себя положительное отношение к детскому саду, настройте себя на то, что ребенку здесь будет хорошо, он будет окружен вниманием, он получит поддержку.
* Избегайте любых негативных разговоров в семье о детском саде в присутствии ребенка, поскольку они могут сформировать у него негатив по отношению к посещению детского сада.
* Создайте спокойный, бесконфликтный климат в семье
* Заранее позаботьтесь о том, чтобы распорядок дня ребенка дома был приближен к распорядку дня в детском саду (ранний подъем, время дневного сна, приема пищи, прогулки).
* Ознакомьтесь с режимом питания и меню в детском саду
* Учите ребенка есть неперетертые блюда, пить из чашки, приучайте держать ложку.
* Отучите ребенка от подгузников. Воспитывайте у него потребность проситься в туалет.
* Учите ребенка узнавать свои вещи: белье, одежду, обувь, носовой платок.
* Учите играть игрушками. Скажем, куклу можно кормить, баюкать, качать; пирамидку собирать, разбирать.
* Приучайте ребенка после игры класть игрушки на место.
* Поиграйте дома в детский сад с куклами: покормите их, почитайте сказку, поведите на прогулку, положите спать.
* Воспитывайте у ребенка позитивный настрой и желание общаться с другими детьми.
* Тренируйте систему адаптационных механизмов у ребенка и приучайте его к ситуациям, в которых требуется менять формы поведения.
* Подготовьте для малыша индивидуальные вещи: обувь и одежду для группы, 2-3 комплекта сменного белья, чешки для музыкальных занятий, носовой платок.
* Сообщите медицинской сестре о состоянии здоровья вашего малыша.

Подготовила:

Педагог-психолог МБДОУ

«ЯСЛИ-САД № 367 Г.ДОНЕЦКА»