**Улыбка вашего малыша в период адаптации к детскому саду**

Уважаемые родители!

Сегодня мы с вами поразмышляем о том, как может проходить адаптация ваших малышей в детском саду.

Какие «подводные камни», а может просто особенности ждут вас и вашего ребёнка в этом интересном процессе. Но, сначала – давайте вспомним Ваше детство. Каждый из Вас когда – то был…ребенком. Почти все ходили в детский сад. Вспомните, чем были наполнены эти будни. Хотелось бы чтобы воспоминания эти были радостными и тёплыми.

Попробуйте сейчас одним словом или короткой фразой передать ассоциацию со словосочетанием «детский сад» своему ребёнку. Сейчас вы все уже солидные и успешные взрослые и родители. Изменилось ли ваше отношение к словосочетанию «детский сад»? Я хочу , чтобы ваш малыш (и вы тоже) как можно спокойнее вошли в новый этап вашей семейной жизни – «дошкольное детсадовское детство»

Обычно ребёнок адаптируется к жизни вообще в среде своей семьи. В этом ему помогают самые близкие и любящие люди, которые в дальнейшем становятся образцом в поведении, в манере общения, в пристрастиях и привычках. Но вот наступает такой период, когда одной семьи для развития Человека становиться мало, и взрослые начинают знакомить ребенка с социумом. Сначала – друзья и знакомые, затем – игры во дворе. И вот – детский сад.

Адаптация (от латинского «приспособление») – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях – физиологическом, социальном, психологическом. Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, возможны расстройства сна и аппетита. Чтобы избежать осложнения первого этапа и обеспечить оптимальное течение адаптации наш детский сад, обеспечивает постепенный переход ребенка из семьи в детскую дошкольную организацию.

**Задача родителей при этом:**

* Формировать положительное отношение к воспитателю как к интересному, доброму взрослому.
* Быть активным помощником в решении текущих задач вхождения ребенка в социум детского сада.

Почему же так важно ваше положительное отношение к воспитателю? Дело в том, что ребенок в таком нежном возрасте доверяет, и будет доверять тому взрослому, которому будете доверять вы. Ваш малыш еще не умеет анализировать и прогнозировать ни свое поведение, ни, тем более, чужое. Поэтому, главное здесь – положительные эмоции. Почему быть помощником? Потому что никто лучше вас сейчас не знает вашего ребенка, его привычек, реакций на что-либо, особенностей в поведении. Воспитатель знает, с чем придется столкнуться вашему малышу в ходе адаптации, а вы знаете, какие ресурсы есть у вашего малыша, для того, чтобы вхождение в среду сверстников было наиболее лучшим.

Воспитатель – главный из взрослых в группе, родитель – его помощник, а ребенок (с его согласия!) – помощник мамы. То есть родитель передает часть своих полномочий по защите и обеспечению порядка вокруг своего малыша воспитателю. Дома родитель подчеркивает, как малышу интересно было в детском саду, можно проиграть все ситуации с игрушками.

Оставляя ребёнка в детском саду с воспитателем, родитель должен предупредить ребенка об уходе на небольшое время спокойно, без заискивающих и просящих интонаций, сославшись на такую деятельность, которая понятна малышу (позвонить, в магазин, за документами и т.п.). Важно учитывать заинтересованность ребенка процессом игры или другой деятельности.

Опыт показывает, что дети, соблюдающие режим дома (а дневной сон входит в режим ребенка дошкольного возраста), намного спокойнее и без особых проблем ложатся спать (или «отдыхать») и в саду. Здесь нельзя забывать об особенностях засыпания и сна именно вашего ребенка. Рассказав воспитателю все тонкости данного процесса, вы поможете благополучно адаптироваться вашему малышу.

Каждый ребенок индивидуален, поэтому и процесс адаптации вашего малыша будет зависеть от его индивидуальных особенностей и, конечно, от нас, взрослых. Если ребенок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптационный период будет проходить сравнительно легко и быстро. Другой малыш медлителен, невозмутим, любит уединяться с игрушками, а шум и громкие разговоры сверстников раздражают его. Если он и умеет сам кушать, раздевается, то делает это медленно, отстает от всех. Естественно, все это накладывает свой отпечаток на его отношения с окружающим. Такому ребенку нужен более длительный период адаптации, а родителям нужно набраться терпения.

**ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ РЕКОМЕНДАЦИИ
которые помогут пройти адаптацию:**

* ЕСЛИ ВЫ СОЗДАДИТЕ В ДОМЕ СПОКОЙНУЮ ОБСТАНОВКУ – ВАШ МАЛЫШ БУДЕТ САМ СПОКОЕН И УВЕРЕН.
* С ПОНИМАНИЕМ ОТНОСИТЬСЯ К НЕМОТИВИРОВАННЫМ КАПРИЗАМ МАЛЫША – ПОСТАРАЙТЕСЬ ПОНЯТЬ ЕГО ЖЕЛАНИЯ.
* ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ БОЛЬШЕ ГУЛЯТЬ С РЕБЕНКОМ, ТО ЕСТЕСТВЕННЫМ ОБРАЗОМ СНИМИТЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ.
* ВЕЧЕРОМ, ПОРАНЬШЕ УКЛАДЫВАЙТЕ ЕГО СПАТЬ ПОСЛЕ ВОДНЫХ ПРОЦЕДУР, ЧИТАЯ УЖЕ ПОЛЮБИВШИЕСЯ КНИГИ.
* БУДЕТ ЗАМЕЧАТЕЛЬНО, ЕСЛИ ВЫ ВОЗДЕРЖИТЕСЬ В ПЕРВОЕ ВРЕМЯ ОТ ПОХОДОВ В ГОСТИ, ПАРИКМАХЕРСКУЮ, ПОЛИКЛИНИКУ.
* РЕБЕНОК БУДЕТ ДОВЕРЯТЬ ПЕДАГОГАМ В САДИКЕ, ЕСЛИ ВЫ ПОКАЖЕТЕ ЕМУ СВОЕ ДОВЕРИЕ: СЛЕДИТЬ ЗА СВОЕЙ РЕЧЬЮ И ЭМОЦИЯМИ, РАССКАЗЫВАЯ ПРИ РЕБЕНКЕ О ЕГО ПРЕБЫВАНИИ В ДЕТСКОМ САДУ В ПЕРВЫЕ ДНИ.