

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида №70 «Березка»**

**Консультация для родителей
«Что делать в период адаптации ребенка к детскому саду»**

**Подготовила педагог-психолог
Лысенко С.Н.**

Не показывайте ребенку свое волнение относительно поступления в детский сад. Ребенок должен понять, что выбора у него нет – детский сад это неизбежность. Ваша уверенность, оптимизм передастся ребенку.

Важно учить ребенка общаться. Водите его гулять на детские площадки, посещайте детские праздники, берите его с собой в гости и приглашайте друзей к себе в гости. Расширяйте круг общения ребенка. Поощряйте его за контакты со сверстниками.

Оставляйте ребенка с другими близкими и знакомыми, сначала не надолго, а затем увеличивайте время. Объясняйте, что у вас есть дела, работа.

Дома поиграйте в детский сад, роль ребенка можете выполнять Вы или любимая игрушка малыша. Покажите ребенку в игре, как он может познакомиться, вступить в игру. Соблюдайте в ходе игры режимные моменты.

Придумайте ритуал встречи и прощания.

Необходимо обсуждать с воспитателем длительность пребывания малыша в детском саду и домашний режим ребенка на период адаптации к детскому саду.

Обычно ребенок привыкает к новым условиям в течение 2-3 недель. В это время ребенок может стать капризным, плохо есть и спать, плакать, когда видит уходящих родителей. Не торопитесь немедленно забрать малыша на домашний режим. Пройдет немного времени и он привыкнет к новому общению.

Расскажите воспитателю заранее об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

Желательно приучить ребенка к горшку (как минимум, чтобы ребенок спокойно на него садился).

Малыш должен уметь самостоятельно мыть руки с мылом и сморкаться в носовой платок. Уметь пользоваться ложкой.

Отводите ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров.

Планируйте свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.

Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Все время объясняйте ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Во время адаптации у детей часто нарушатся аппетит и сон. Быстрее всего восстанавливается аппетит. Со сном часто бывают проблемы. Поэтому не отчаивайтесь, если ваш малыш ни с первой попытки сможет заснуть в группе.

Приводя ребенка в детский сад, не передавайте ему свое беспокойство: не стойте у дверей, не подсматривайте в окно, отдавайте ребенка воспитателю спокойно. Не обсуждайте при ребенке проблемы, касающиеся сада.

Старайтесь в выходные соблюдать такой же режим дня, что и в саду.

В период адаптации уменьшите просмотр телевизора, посещение гостей и любых новых событий. Новизны у ребенка и так хватает!

В первые несколько дней ребенок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации ребенку просто необходимо «выпускать» эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бежит – это ему необходимо.