#### F:\ВСЕ\Общее\для родителей\готовые консультации\Новая папка\рамки\1579526874_14-23.jpg****Адаптация детей к детскому сад****

#### *****Как сделать процесс адаптации к саду наиболее мягким?*****

#### *****Как вести себя родителям, что стоит объяснить малышу заранее?*****

#### 

#### Рекомендации психолога:

* Необходимо заранее познакомиться с условиями ДОУ и приблизить к ним условия воспитания в семье (режим дня, характер питания).
* Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы малыш пошел в сад. Например: “Детский сад - это такой большой дом с красивым садиком, куда мамы и папы приводят своих детей. Тебе там очень понравится: там много других детишек, которые все делают вместе - кушают, играют, гуляют. Вместо меня там будет с тобой тетя-воспитательница, которая станет заботиться о тебе, как и о других малышах. В детском саду очень много игрушек, там замечательная детская площадка, можно играть с другими детьми в разные игры и т.д.”.
* Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.
* Формируем позитивный настрой.   Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим. Когда вы идете мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло - осенью он сможет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, - ведь его приняли в детский сад. И через некоторое время ваш ребенок будет сам с гордостью говорить окружающим о том, что скоро он пойдет в детский сад.

***Честно говорим о возможных трудностях***

Поговорите с ребенком о трудностях, которые могут возникнуть у него в детском саду. Обговорите, к кому в этом случае он сможет обратиться за помощью, и как он это сделает. Например: “Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: “Я хочу пить”, и воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом воспитателю”.

Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по его первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу: “Воспитатель не сможет помочь одеться сразу всем детям, поэтому тебе придется немного подождать”.

* Первое время лучше не оставлять ребенка в детском саду на полный день.
* Важно научить ребенка общаться со сверстниками (поделиться игрушкой, поблагодарить). Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки.
* Уменьшайте нагрузку на нервную систему: на время прекратите походы в цирк, в театр, в гости и другие многолюдные и шумные места, сократите просмотр телепередач

***Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.***

* Введите режимные моменты детского сада в домашний режим дня.
* Забирайте первое время пораньше домой, создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
* Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить Вас. Например, поцелуйте его в одну щечку, в другую, помашите ручкой, после чего он спокойно идет в садик. Не надо затягивать утреннее расставание с ребенком, если он плачет: разденьте его, передайте в руки воспитателю, скажите, когда придете, и уходите
* Подчеркивайте, что Ваш ребенок, как и прежде Вам дорог и любим. В период адаптации усиленно эмоционально поддерживайте  его. Все время объясняйте ребенку, что он для Вас, как прежде, дорог и любим. Чаще обнимайте его и целуйте.
* Не угрожайте ребенку детсадом как наказанием за детские грехи,  за его непослушание.



* В присутствии ребенка избегайте критических замечаний

в адрес детского сада и его сотрудников.

Никогда не пугайте ребенка детским садом!

**Как спросить?**

|  |  |
| --- | --- |
| **не стоит говорить…** | **лучше сказать…** |
| Тебе понравились детский сад /дети/ воспитатели? | Что тебе понравилось больше всего  /с кем бы ты хотел играть/  какие игрушки тебе понравились? |
| Придешь сюда еще? | Какую игрушку мы принесем из дома, когда завтра придем снова? |
| Тебя обижали?  Тебе было здесь плохо?  Ты плакал? | Я же обещала прийти во время прогулки, (после сна) – и пришла!  Во что вы играли? |
| Я понимаю, что тебе здесь плохо /тоскливо/  не нравится, но ты уж потерпи, так надо… | Как здорово, теперь ты как папа  /мама/ тоже ходишь на работу.  Ты у меня совсем взрослый. |
| Что вы сегодня делали? | Вы сегодня лепили или рисовали? |
| Что вы сегодня кушали? | На завтрак была каша или яйцо? |
| При буйных детских фантазиях:  Зачем ты меня обманываешь!  Зачем ты врешь! Это некрасиво! | То, что ты рассказываешь, это же, как будто бы понарошку. Ведь так? |

Теперь, когда вы знаете, что многие негативные проявления в поведении ребенка являются нормальным проявлением процесса адаптации, вам нужно понять: очень скоро они начнут уменьшаться, а потом и вовсе сойдут на «нет». Полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Проявляйте как можно больше интереса к его занятиям в детском саду, внимательно выслушивайте его рассказы, сохраняйте рисунки и аппликации, которые он приносит; любознательность и стремление к действию возникают и развиваются (как и умение говорить или ходить) при доброжелательном и терпеливом участии взрослых, благодаря их постоянным поощрениям. Через некоторое время вы с удивлением, а потом и гордостью начнете отмечать, что малыш стал гораздо самостоятельнее и приобрел много полезных навыков.