**Адаптация к детскому саду, советы родителям.**

* Малыш привыкнет к детскому саду не сразу, для полной адаптации необходимы 2-3 месяца. Случаи, когда ребёнок пришёл в детский сад сразу на весь день и сразу не плакал, чрезвычайно редки.
* Часто бывает так, что малыш первые два дня хорошо остаётся в саду, а потом начинает плакать. Это работает так называемый «эффект новизны». Не волнуйтесь, всё скоро наладится.
* Водите в детский сад ребёнка регулярно, не пропускайте без крайне уважительных причин.
* Пусть малыша водит тот член семьи, с которым ребёнку без слёз расстаться легче. Часто это успешно делают папы.
* Опираясь на свой 25-летний опыт работы в ДОУ, предлагаю следующую схему начала посещения детского сада:

- 1 день. Приходим не позже 8.00, оставляем ребёнка одного на 30 минут, сами уходим с территории ДОУ, чтоб малыш нас не видел. Потом забираем ребёнка и идём домой. В эти 30 минут ребёнок будет занят завтраком и игрой.

- Обязательно сообщите воспитателю об особенностях поведения и состояния ребёнка, если таковые имеются. (заболевания, проблемы поведения)

- 2 день. Приходим не позже 8.00, оставляем ребёнка на 1 час, а сами уходим из детского сада. Ходим по магазинам, гуляем, затем забираем малыша и идём домой.

- Если позволяет время, увеличивайте время посещения детского сада каждый день на 30 минут.

- Не сидите в коридоре, не смотрите в окна группы.

- Не забирайте малыша домой после того, как он пообедал. Необходимо, чтобы он привык к ритуалу: пообедали, сходили в туалет, разделись и легли спать. Если хотите забрать утром, забирайте до обеда. Если оставили на обед, оставляйте на весь день. После дневного сна малыши гораздо спокойнее, чем утром. Они практически не плачут, играют, хорошо кушают.

- Приводя утром малыша в детский сад, не оставайтесь с ним в группе! Малыш постепенно привыкнет к ритуалу прощания: раздевайтесь, целуйтесь, машите друг другу ручкой и уходите. Когда ребёнок останется один без вас, он будет вынужден идти к воспитателю, познакомиться с ним, играть с ним, обращаться к нему за помощью. Малыш постепенно заинтересуется другими детьми, узнает их имена, будет играть рядом с ними, а потом и вместе с ними. А вот вечером, когда вы придете забирать ребёнка домой, останьтесь в группе: походите по помещению, посмотрите спальню, туалет, пусть ребёнок покажет вам свою кроватку, горшок, игрушки. Педагоги это всегда приветствуют. Если есть возможность, поиграйте в группе, обязательно пообщайтесь с детьми, с воспитателем. Пусть малыш видит в вас пример доброжелательного общения.

* Чаще спрашивайте воспитателя о том, как малыш провёл день, как кушал, как играл, как занимался. Особое внимание обратите на то, как ребёнок ведёт себя на занятиях (они есть и в группах раннего возраста): не уходит ли играть один, слушает ли и выполняет ли инструкции педагога, действует ли по подражанию, как общается с детьми.
* Внимательно выслушивайте рассказы малыша, сохраняйте рисунки и аппликации, которые он приносит
* Знайте, что утром малыш может плакать в садике, но после ухода мамы быстро успокаиваться и спокойно играть до вечера. Не переоценивайте негативные переживания ребёнка, адаптация в этом случае проходит успешно.
* Первое время после посещения детского сада малыш может быть возбуждённым, капризным, непослушным. Необходимо время, чтобы малыш привык к новому режиму.
* Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Случаи, когда ребёнок не может привыкнуть к детскому саду редки, но бывают. Что должно насторожить:

- Принимается плакать несколько раз в течение дня, хотя ходит в детский сад больше 3-х месяцев.

- Отказывается от еды, плохо прибавляет в весе.

- Сидит весь день на стульчике.

- Не понимает и не выполняет просьбы взрослых, поведение ребёнка не соответствует возрасту: отказывается пользоваться горшком, убегает на прогулках, агрессивен к детям, дерётся и т.д.

В таких случаях необходимо обращение к специалисту: неврологу, психологу, детскому психиатру. Не стоит бояться посещения психиатра, он лечит даже невинные речевые расстройства.

Самое главное - будьте спокойными и оптимистичными сами, и ребёнок, глядя на вас, будет меньше тревожиться и переживать.

Педагог – психолог ПМПК Антипина Н.А.

МАУ «Центр ОДО «Образование» г.Тобольска»