**Консультация для родителей «Адаптация к детскому саду»**

Здравствуйте, уважаемые **родители**!

Мы рады видеть Вас в нашем **детском саду**. Отныне на протяжении нескольких лет **детский** сад будет вторым домом для вашего ребенка. Чтобы жизнь в этом гостеприимном доме была комфортной, пожалуйста, прислушайтесь к нашим рекомендациям.

Отрыв от дома, близких и родных и встреча с новыми взрослыми людьми и незнакомыми детьми может вызвать у ребенка нехарактерное для него беспокойство. Малыш воспринимает эту ситуацию как отчуждение, лишение **родительской любви**, внимания и защиты.

Внутренний дискомфорт малыша обычно выражается в капризах, слезах, истериках, отказе от еды и сна, общения со сверстниками. В этот период у ребенка могут появиться так называемые *«вредные привычки»*: малыш сосет пальцы, грызет ногти, облизывает губы и т. п.

Порой тяжелая **адаптация** ребенка может сопровождаться частыми простудными, болезненными состояниями. Поэтому очень важно, чтобы переход в стены **детского сада был плавным**, мягким, безболезненным. Этот период обычно длится около месяца. Придерживайтесь рекомендаций воспитателей и у вас все получится!

Дети, привыкшие к общению только с **родителями** и лишенные возможности общаться со сверстниками, могут испытывать трудности, так как у них не сформирован навык общения.

Установки и стереотипы, которые формируются в семье, накладывают отпечаток на поведение ребенка и могут затруднять привыкание малыша к **детскому саду**. Например, малыш засыпает только в том случае, если рядом ложится мама.

Как помочь ребенку легче пережить процесс перехода из дома в **детский сад**? Вот некоторые советы **родителям**.

• Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним **детские парки и площадки**, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

• Перед посещением садика соблюдайте его режим: часы приема пищи, сна, прогулок. Посещая **детский сад**, даже в выходные дни для наилучшей **адаптации**придерживайтесь режима.

• К началу посещения **детского** сада прививайте ребенку элементарные навыки самообслуживания: малыш должен уметь самостоятельно мыть руки с мылом, вытирать их; ходить в туалет; пользоваться ложкой; частично одеваться *(кроме верхней одежды)*.

• Поддерживайте и настраивайте ребенка на положительное отношение к **детскому саду**. Его посещение он должен воспринимать как праздник, а не как наказание.

• Познакомьтесь с воспитателями группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается. Определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для Вашего ребенка. Необходимо, чтобы ребенок понимал, что между **родителями** и воспитателями установились добрые отношения: тогда он спокойно примет человека, которому его доверяют.

• Не опаздывайте, особенно в первые дни забирайте ребенка вовремя. В течение первого полугодия посещения ребенком сада рекомендуется забирать малыша сразу после ужина.

• Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь уговорить оставить ее переночевать в садике, чтобы ребёнок наутро снова с нею встретился. Если ребенок на это не соглашается, пусть игрушка *«ходит»* вместе с ним ежедневно и *«знакомится»* там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в **детском саду**, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удается привыкать к садику.

• Оставляя ребенка в садике, не показывайте ему свою озабоченность. Нужно весело попрощаться с ним, объяснить, что ему будет хорошо с другими детьми, с которыми так интересно играть. Не стоит затягивать момент расставания! Если вам что-то не понравилось в **детском саду**, не обсуждайте это при ребенке, формируя негатив по отношению к воспитателям, сотрудникам **детского сада**.