**Адаптация ребенка к детскому саду**

     Огромное значение имеют первые два месяца в жизни ребенка в детском саду. Мы их называем адаптационными.

•  Адаптационный период фактически начинается в тот момент, когда Вы приняли решение о том, что Ваш ребенок будет посещать детский сад. Постарайтесь выяснить все интересующие Вас вопросы и в разговорах подготовить ребенка к изменению в его жизни. Придите вместе с ребенком в детский сад на прогулку, зайдите в гости к игрушкам и детям, на праздник. Заинтересуйте малыша всем происходящим в детском саду.

•  Первый день в детском саду, первое впечатление имеют для ребенка огромное значение. Выберите Вашему малышу шкафчик, кроватку. Вечером подробно обсудите с ребенком увиденное. Желательно обратить внимание ребенка на радостные воспоминания дня и вызвать интерес к посещению детского сада.

•  Во время адаптационного периода желательно, чтобы ребенка забирала мама, папа и другие близкие люди, в то время, на которое договорились

    - это дает возможность воспитателю подготовить ребенка к уходу домой и не обмануть его ожиданий. Постарайтесь не оставлять первые дни ребенка на тихий час.

•  Расскажите воспитателю об особенностях и привычках ребенка. Какие сказки любит читать, каких героев сказок и мультфильмов особенно любит, во что предпочитает играть. Опишите, как Ваш малыш реагирует на большие коллективы детей, громкие звуки, как Вы его успокаиваете, если он плачет…

•  Принесите в детский сад любимую игрушку, книжку или фотографию. Это поможет малышу не чувствовать себя оторванным от дома, будет частью его привычной обстановки.

•  С вниманием и интересом расспрашивайте ребенка о том, чем он занимается в детском саду, радуйтесь за его успехи, хвалите за старания.

•  Соблюдайте дома режим дня и рекомендации воспитателей детского сада.

•  Не обсуждайте при ребенке, если вам что-то не понравилось в детском саду, не формируйте негатив по отношению к воспитателям, сотрудникам.

**ПРИМЕРНАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА  РЕБЕНКА**

**1 неделя.**Знакомство:

* Можно привести ребенка во время прогулки: играя рядом с другими детьми малыш может найти себе друга и через несколько дней согласится вместе с другими детьми войти в незнакомый дом.
* Можно привести ребенка в группу, когда остальные дети гуляют и дать ему возможность не спеша освоить все, что непривычно и пугает его: туалетную комнату, раздевалку со шкафчиками, спальню, игровую комнату. Желательно в течение всего времени присутствие мамы.

**2 неделя.**

* Кратковременное отсутствие близкого взрослого, начиная с 10-15 минут и доведя до 2-3 часов.
* Увеличение времени пребывания малыша в дошкольном учреждении (по его желанию).

**3 неделя.**Адаптация к приему пищи.

* Желательно, чтобы на второй-третьей неделе мама приходила за малышом к концу прогулки, помогала ему раздеться и присутствовала при кормлении детей.

**4 неделя.**Сон.

* Организация деятельности после сна.

**Надеемся, что предложенные рекомендации помогут успешно адаптироваться в новой жизненной ситуации  не только детям, но и родителям!**