**Рекомендации родителям по адаптации ребёнка к детскому саду.**

Родители, отдавая сына или дочь в дошкольное учреждение, часто сталкиваются с трудностями. Рассмотрим типичные ошибки и способы их предотвращения.

В первую очередь, это ***неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение.*** Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растерянны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не мог заранее представить себе полную картину. Плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

Частой ошибкой родителей является ***обвинение и наказание ребенка за слезы.*** Это не выход из ситуации. От старших требуются только терпение и помощь. Все, что нужно малышу, – это адаптироваться к новым условиям**.**

 Еще одна ошибка родителей – ***пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности.*** Родители заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли "мамы" и "папы". Родителям очень важно понимать, что ребенок проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы, и это усиливает детскую тревогу, процесс адаптации.

*Основные правила поведения взрослых в период, когда ребенок начал посещать детский сад.*

|  |
| --- |
|  1. Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно в ближайшее время, поскольку колебания родителей передаются детям.2. Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму детского сада.3. Приучать детей есть разнообразные блюда, ежедневно употреблять супы, каши, придерживаться меню детского сада.4. Необходимо формировать у ребенка навыки самостоятельности.5. Отправлять ребенка в детский сад необходимо только при условии, что он здоров, т.к. различные заболевания осложняют адаптацию ребенка. |

6. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте детские парки, площадки, берите с собой в гости. Наблюдайте, как он себя ведет: легко находит общий язык с окружающими, хочет общаться или, наоборот, замкнут, застенчив, робок, конфликтен в общении.

|  |
| --- |
| 7. Готовьте ребенка к временным разлукам с близкими людьми, внушайте ему, что он уже большой и должен обязательно ходить в детский сад.8. Приводить ребенка вначале желательно на 1-2 часа в течение недели или двух.9. Перед тем как идти в детский сад, не следует кормить ребенка; нет ничего страшного в том, что ребенок подождет с приемом пищи.10. Пройти вместе с ребенком в группу и оставаться там в течение некоторого времени, чтобы ребенок мог найти себе занятие по интересам. |
| 11. Во время прощания всегда демонстрировать хорошее настроение, чувствовать себя уверенно, общаться с ребенком только доброжелательным тоном и обязательно уточнить, когда заберут его домой. |

12. Необходимо продумать ритуалы прощания. Они могут быть разные: поцеловать ребёнка, прочитать стихотворение, помахать рукой и т.д.

13. Ребенок может принести из дома фотографию близких людей, свою любимую игрушку, что также придаст ему уверенность. Обеспечивает психологический комфорт.

14. После детского сада малыша нужно похвалить за проведенный день: «Молодец! Ты хорошо ведешь себя, я горжусь тобой», продемонстрировать свою любовь и заботу.