

Детский сад — новый период в жизни ребенка, первый опыт коллективного общения. Большинство детей реагируют на детский сад плачем. Одни входят в группу, но плачут вечером дома, другие — соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребенок, тем быстрее он способен адаптироваться.

До **2-3 лет** у ребёнка еще не сформировалась потребность общения со сверстниками. В этом возрасте взрослый удовлетворяет все потребности ребёнка, в том числе и в доброжелательном внимании и сотрудничестве/игре. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Если даже ребенок сначала пошел в сад легко и без слез, эмоции могут проявиться позднее (спустя 1-2 недели) или же отразиться на снижении иммунитета и частых болезнях.

Советы для облегчения адаптации ребенка в детском саду.

1. Убедитесь, что оба родителя уверены в необходимости посещения детского сада. Ваша неуверенность легко считывается ребенком.
2. Расскажите ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы он пошел в детский сад. Сейчас Ваша задача – позитивно настроить ребёнка на грядущие перемены.
3. Подробно расскажите ребёнку о режиме дня в детском саду: что, как и в какой последовательности он будет делать. Уже дома начните придерживаться нашего режима.

Подъем	Прием в д/с	Завтрак	Занятия, игры	Второй завтрак	Прогулка	Обед	Сон	Полдник	Занятия
06:00 - 07:30	06:30 - 07:55	08:00 - 08:40	08:40 - 09:20	09:00 - 09:10	09:20 - 11:15	11:35 - 12:10	12:10 - 15:00	15:15 - 15:45	15:45 - 16:15

4. Готовьте ребёнка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки, площадки, играйте в песочнице. Наблюдайте как он себя ведет, но ни в коем случае не принуждайте идти на контакт.
5. А теперь очень важный момент. Поймите и запомните: чем лучше будут Ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще Вашему ребёнку будет привыкнуть к детскому саду и тем комфортнее он будет себя чувствовать.
6. В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребёнка детским садом, иначе позже Вам придётся пожинать эти горькие плоды.
7. Не устраивайте ребёнка в садик только потому, что у вас **родился ещё один ребёнок**. Ваш старший сын или дочь и без того почувствует, что в доме появился непрошенный гость, и ваше решение сменить ребёнка непременно истолкует как **изгнание**, подумав, что вы предпочитаете ему новорождённого. Поэт

если вы, ожидая ребенка, всё же решите отдать старшего в детский сад, **сделайте это заранее, до появления малыша.**

8. Помните, что на привыкание к детскому саду ребёнку может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы.

Рекомендации родителям, которые уже оставляют ребенка в детском саду.

1. Скажите ребёнку уверенным и твёрдым тоном, что Вам пора, поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите, не задерживаясь и не оборачиваясь.

2. Продемонстрируйте свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему с такими, например, словами: "Вижу, у вас сегодня ожидается весёлый день. Будете играть и гулять?"

3. Скажите ребёнку, когда вы за ним придете (например, сразу после обеда или после сна). Не обманывайте!