**Консультация для родителей**

*«****Адаптация детей 2–3 лет в детском саду****»*

**Родители** часто задают воспитателям вопрос: «Почему ребенок идет в **детский** сад со слезами и когда это закончится?».

У большей части **детей младших групп адаптация к детскому саду проходит болезненно**: малыши долго не могут привыкнуть к **детскому саду**, устраивают истерики, некоторых от мам по утрам приходиться *«оттаскивать»*.

Дети привыкают к **детскому саду по-разному**: кто-то с первых дней ходит в **детсад с радостью**, но, это скорее исключение из правил, а кто-то не может успокоиться целый день и **родителей** вечером встречает со слезами на глазах. И это нормально процесс. Так как **адаптация** - это приспособление **детского** организма к новой обстановке, процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.

Выделяют 3 фазы **адаптационного периода**: легкая (1 - 16 дней), средняя (16 -32 дней), тяжелая (до 64 дней).

Чтобы **адаптационный** **период** проходил легко необходимо **устранить** следующие причины:

1. Малыш не подготовлен к посещению **детского сада**.

2. Не сформированы культурно-гигиенические навыки.

3. Не умеет самостоятельно играть с игрушками.

4. Режим в семье не совпадает с режимом **детского** образовательного учреждения.

5. Болезненному ребенку **адаптироваться** в новых условиях тяжелее, чем здоровому.

 Индивидуальные причины. Некоторые малыши в первый день посещения дошкольного учреждения ведут себя тихо и спокойно, а на 2-3 день начинают плакать, другие — наоборот, в первые дни устраивают истерики, а потом их поведение нормализуется.

Условия жизни в семье. Если ребенок общался часто с родственниками, посещали с ним знакомых, брали с собой в путешествия, то он гораздо быстрее привыкнет к новой обстановке **детского сада**.

Ограниченное общение со сверстниками. Труднее всего **адаптируются дети**, круг общения которых был сведен к минимуму *«мама-бабушка-папа»*. У таких малышей большое количество **детей вызывает страх**, желание спрятаться куда-нибудь, чтобы побыть одному.

Чтобы **период привыкания** у ребенка проходил легко необходимо:

• устраивать в **детский** сад во время тарифного отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов *(это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом)*;

• соблюдайте самое важное правило: спокойная мама — спокойный ребенок. Отдавая сына или дочку воспитателю, пытайтесь сохранять спокойствие, потому что дети очень хорошо чувствуют эмоциональное состояние

• дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новых игрушек. Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

• о первом приходе договориться с воспитателем группы, придя заранее в группу за несколько дней до начала посещения малышом **детского учреждения**. Педагоги подскажут вам время прихода, чтобы смягчить впечатления и не травмировать плачем других **детей вашего малыша.**

• некоторые **родители ошибочно полагают**, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так.

• первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.

• не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой **адаптации**, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;

• искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов. Посещайте **детский сад регулярно**.

**Ошибки** **родителей**, затрудняющие **адаптацию ребенка**:

1. Нельзя пугать ребенка **детским садом**. *«Вот не будешь слушаться меня — пойдешь завтра в садик»*.

2. Никогда не сердитесь на ребенка за то, что он не хочет идти в **детсад и плачет**. Это вполне нормальная реакция для **детей 2-3 лет**. Лучше поцелуйте, обнимите его и еще разок уверьте, что вы его очень любите и обязательно заберете из **детсада**.

3. Нельзя обещать ребенку то, что потом не сможете выполнить. Например, если мама сказала, что заберет сразу после обеда, то она должна так и поступить.

С помощью простой игры можно быстрее **адаптироваться к детскому саду**.

**Игра** — важный вид деятельности для ребенка. Психологи утверждают, что с помощью простых игр можно значительно облегчить период **адаптации к детскому саду**.

*«****Детский сад****»*

Во время игры в «**Детский** сад» может быть много сюжетных линий:

*«Дети собираются на прогулку»*.

*«Дети обедают»*.

*«Дети приходят в* ***детский сад****»*.

*«Дети готовятся к дневному сну»*.

*«Дети на прогулке»*.

В заключение еще один важный **совет** **родителям**: старайтесь приходить за ребенком раньше, чтобы он не оставался одним из последних в группе, поддерживайте его во всем, хвалите за маленькие достижения, чаще улыбайтесь, сохраняйте спокойствие и скоро вы заметите, что ребенок начал ходить в **детский сад с удовольствием**.

