

Консультация для родителей.

Советы родителям по адаптации ребёнка к условиям детского сада.

Адаптационный период – серьёзное испытание для малышей раннего возраста: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия, что неизбежно влечёт изменение поведенческих реакций ребёнка, расстройство сна и аппетита. В возрасте 1-3 лет ребёнок имеет ряд специфических возрастных возможностей. Этот период характеризуется обострённой чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны.



Поступление в детский сад часто вызывает у ребёнка стресс. Это обусловлено тем, что в корне меняется не только режим дня, привычный с рождения, но и окружающая ребёнка среда, появляется большое количество незнакомых людей.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребёнка, расстройством сна, аппетита.

Семья ребёнка также требует какое-то время для того, чтобы приспособиться к новым жизненным обстоятельствам.

Рекомендации родителям

- ❖ Привести домашний режим в соответствие с режимом группы;
- ❖ Познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
- ❖ Расширять ориентировку ребёнка в ближайшем окружении: посещать детские площадки, ходить в гости к товарищу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки и т. п.;
- ❖ По возможности приучать ребёнка к самостоятельности при самообслуживании;
- ❖ Отправить ребёнка в детский сад лишь при условии, что он здоров;
- ❖ Не отдавать ребёнка в разгаре кризиса трёх лет;
- ❖ Стараться отдать его в группу, где у ребёнка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе;
- ❖ Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребёнка в детский сад;
- ❖ Создавать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении;
- ❖ Не наказывать ребёнка за детские капризы;
- ❖ Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

Помните о том, что **адаптация у детей проходит по-разному**, выражается в отличных друг от друга реакциях и занимает разные сроки.

Ваш ребёнок индивидуален в своём поведении, своих переживаниях и чувствах, не забывайте об этом!

Если через месяц ваш ребёнок ещё не привыкнет к **детскому саду**, проверьте список **рекомендаций** и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли.

Составила: воспитатель первой младшей группы
Афони́на О.С.