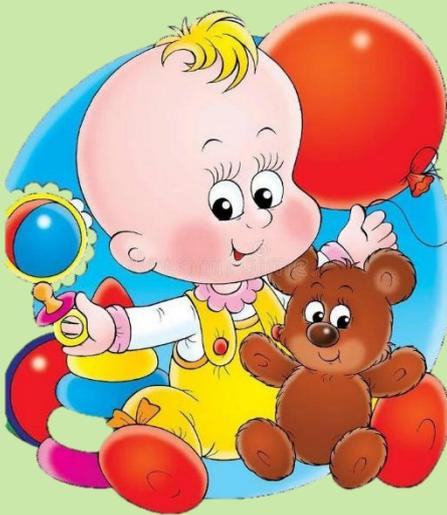


# Адаптация детей раннего возраста в ДОУ



**Адаптация** — это приспособление или привыкание организма к новой обстановке. В новой обстановке малыш постоянно находится в сильном нервно-психическом напряжении, стрессе, который не прекращается ни на минуту особенно в первые дни.

## Рекомендаций уважаемые родители:

1. Постарайтесь быть терпеливыми к себе и к своему ребёнку. Прислушивайтесь к советам и просьбам воспитателей.
2. Обучайте ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки, одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок.
3. Одежда в группе для данного возраста должна быть удобна шорты, брючки без застёжек и лямок, носочки хлопчатобумажные, ребёнку проще будет самостоятельно одевать.
4. Сократите просмотр взрослых телепередач, а больше уделяйте внимание своему малышу читайте: сказки, стихи, потешки, пойте детские песенки. Проявляйте с малышом творческую деятельность (рисуйте, лепите). У ребёнка сформируется усидчивость.
5. Расширяйте "социальный горизонт" ребёнка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу. Имея такой опыт, ребёнок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.
6. Необходимо сформировать у ребёнка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребёнку, что вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребёнком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Не скупитесь на похвалу, говорите малышу какой ты молодец ,хороший, смелый.
7. В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем.
8. В детский сад можно брать с собой любимую игрушку, мамин платочек, книжку, ребёнку будет легче находиться в группе связь с домашним домом.

9. Планируйте своё время так, чтобы в первый месяц посещения ребёнка детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены двумя часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.

### **Чего нельзя делать ни в коем случае:**

- Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», тоже абсолютно неэффективно. Дети этого возраста пока не умеют держать слово. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
- Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
- Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.
- Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет нескоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

