*«Как****облегчить ребенку привыкание к детскому саду****»*

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение у детей резко меняется их ***привычный жизненный мир***. В каждой семье существует свой уклад, к которому ***ребенок уже адаптировался***, а теперь снова приходится приспосабливаться

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 плачем.

У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных ***привычек и навыков***. Например, дома просился на горшок – *в****детском саду этого не делает****,* дома ел самостоятельно, *а в****детском саду отказывается****.* Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния **приводит** к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию.

*Основная цель адаптационного периода – благоприятное****приспособление****малыша к новым условиям существования, благополучное формирование новых социальных отношений и связей****ребенка в группе****.*

Факторов, почему ***ребенок не может привыкнуть к детскому саду* *довольно много***, но если постараться устранить хотя бы некоторые из них, адаптация пройдет наиболее комфортно для **ребенка**.

**Ребенок** не подготовлен к посещению **детского сада**: не сформированы культурно-гигиенические навыки; не умеет самостоятельно играть с игрушками; режим в семье не совпадает с режимом ДОУ.

Состояние здоровья: здоровый, хорошо развитый **ребенок** легче переносит трудности социальной адаптации.

Индивидуальные причины: дети одного и того же возраста по разному ведут себя в первые дни пребывания в **детском саду**. 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.

Ограниченное общение со сверстниками и взрослыми: труднее всего адаптируются дети, круг общения которых был сведен к минимуму: мама- папа. У таких малышей большое количество детей вызывает страх, желание спрятаться куда-нибудь, чтобы побыть одному. Если **ребенка** возили к родственникам, посещали с ним знакомых, брали с собой в путешествия, то он гораздо быстрее **привыкнет к новой обстановке детского сада**.

*Чтобы****облегчить ребенку период привыкания к детскому саду****нужно соблюдать несколько простых правил.*

1. Спокойный взрослый - спокойный **ребенок**. Дети очень хорошо чувствуют эмоциональное состояние, поэтому отдавая **ребенка воспитателю**, пытайтесь сохранять спокойствие.

2. Время нахождения в **детском саду** увеличивайте постепенно.

3. Посещайте **детский сад регулярно**. Чтобы **ребенок** быстрее адаптировался, нужно водить его в **детсад каждый день**, если только он не болен.

4. Придумайте *«ритуал прощания»* с **ребенком**. Но долгих прощаний устраивать нужно. Можете дать **ребенку вещь**, которая будет напоминать ему о доме.

5. Никогда не обсуждайте то, что не устраивает вас в **детском саду при ребенке**

*Часто****родители совершают ошибки****, которые затрудняют адаптацию****ребенка****.*

Чтобы избежать этого, нужно запомнить несколько правил:





