**Адаптация детей в детском саду.**

Детям любого возраста непросто начинать посещать детский сад. Каждый из них проходит период адаптации к детскому саду.

Вся жизнь ребенка кардинальным образом меняется. В привычную, сложившуюся жизнь в семье врываются изменения: четкий режим дня, отсутствие родных, постоянно присутствие других детей, необходимость слушаться и подчиняться незнакомым взрослым.

Ребенку необходимо время, чтобы адаптироваться к этой новой жизни в детском саду.

Адаптация - это приспособление или привыкание к новой обстановке. Для ребенка дет/сад, несомненно, является ещё неизвестным пространством, с новым окружением и отношениями. Этот процесс требует больших затрат психической энергии.

В этот период почти все мамы думают, что именно их ребенок «несадовский», а остальные малыши, якобы, ведут себя и чувствуют лучше. Но это не так. Адаптация обычно протекает сложно с массой негативных сдвигов в детском организме. Эти сдвиги происходят на всех уровнях, во всех системах. В новой обстановке, малыш, постоянно находиться в сильном нервно – психическом напряжении, стрессе, который не прекращается ни на минуту.

В первые дни пребывания в саду практически у каждого ребенка сильно выражены отрицательные эмоции: 1. проявления страха (боится неизвестной обстановки, детей, воспитателей, а самое главное, боится, что за ним не придут, что его бросили).

2. «заторможенность» детей, как - будто эмоций нет вообще.

3. Гнева, который прорывается наружу (ребенок вырывается, не дает себя раздеть, бьет взрослого, детей).

Из опыта работы, мы пришли к выводу и решили:

- На родительском собрании предложили родителям, по возможности, заранее ознакомить детей с дет/садом, с его территорией, поиграть с детьми, покачаться на качелях.

- Собрать подробнейшие сведения о детях. Родители заполнили анкеты, где были отражены черты характера ребенка, его привычки, что он кушает и какие навыки в еде и самообслуживании, во что любит играть, как спит.

- Был оговорен приход детей утром в 8. 45 и родители сами договорились, что забирать первые дни они будут в 16. 00.

- Посоветовали приучать детей приносить в дет/сад только те игрушки, которыми ребенок готов поделиться с друзьями.

1 Сентября был проведен «Праздник Знакомства». К детям приходил Петрушка, который встречал детей и напоминал, что дети пришли в садик, мы будем играть и знакомиться. (Петрушка брал мячик, играл с детьми, загадывал им загадки, а потом подарил всем шарики).

Затем Петрушка познакомил детей друг с другом, с воспитателями (в этот день оба воспитателя вышли на работу с утра), с помощником воспитателя. Познакомил с группой. Объяснил детям, что им в саду будут читать книги, проводить опыты, считать, рисовать, лепить, рассматривать картинки, петь песенки, делать зарядку, играть, кушать, спать. Все взрослые рады, что они пришли в сад, все их очень любят и дети дружат между собой.

Показали полку для домашних игрушек. Дети первый месяц спали с игрушками, а потом оставляли их на полочке.

Старались больше ласкать детей во время сна, читали перед сном небольшие рассказы или стихи.

Детям предлагали больше пить, это снимает стресс.

Лучшее лекарство - это смех. Использовали игрушки - забавы, слушание музыки, знакомых детям песенок. К нам приходят «гости»: зайка, Колобок, котенок…

Итак, присматриваясь к каждому ребенку, находили индивидуальный контакт.

В том, что адаптация проходит успешно мы видели по тому, как дети все охотнее взаимодействуют друг с другом, с воспитателем, задают воспитателю вопросы познавательного плана, охотно занимаются, играют, смеются, хорошо спят и кушают. Уже не бояться, когда к нам в «гости» приходят старшие дети (показывают сказку, играют, загадывают загадки).

Наш вывод такой, что адаптацию в младшей группе прошли дети легко в течение двух недель. После месяца, дети привыкли друг к другу, к взрослым, к играм – занятиям, к правилам общения в детском саду.