**Рекомендации для воспитателей:**

**«СОЗДАНИЕ КОМФОРТНОЙ ОБСТАНОВКИ**

**ОБЛЕГЧАЕТ ПРОТЕКАНИЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ».**

Необходимо сформировать у ребёнка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит, в первую очередь, от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребёнок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдёт адаптация.

Практически любой малыш в первое время испытывает дискомфорт от размеров групповой комнаты и спальни – они слишком большие, не такие, как дома. Чтобы ребёнку было приятно приходить в детский сад, нужно «одомашнить» группу. Зрительно уменьшат помещение, сделают его более уютным красивые занавески на окнах, бордюр по верхнему краю стены.

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовала маленькие «комнатки»,в которых дети чувствуют себя комфортно. Хорошо, если в группе имеется небольшой «домик», где ребёнок может побыть один, поиграть или отдохнуть. Сделать такой «домик» можно, например, из детской кроватки, обтянув красивой тканью и вынув из неё нижнюю доску.

Желательно рядом с «домиком» разместить живой уголок. Растения и вообще зелёный цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

Необходим в группе и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность 2-3 детей в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребёнка появилось желание заниматься в нём.

Малыши ещё не владеют речью на столько, чтобы выразить чётко свои чувства и эмоции. А некоторые, особенно в первое время, просто боятся или стесняются это делать. Не выраженные эмоции (особенно негативные) накапливаются и в конце концов прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, - никаких внешних причин для этого нет. Для того, чтобы дать возможность выплеснуть свои чувства, необходимо иметь ИЗО-уголок, в котором будут лежать в свободном доступе карандаши и бумага. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами-маркерами, оставляющими толстые, яркие линии. Внимательному воспитателю цвет, который выбрал ребёнок для рисунка, поможет понять, как в данный момент на душе у ребёнка, - тревожно и тоскливо или, наоборот, светло и радостно.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие. Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время желательно иметь уголок песка и воды в помещении ( в туалетной комнате).

По мере привыкания ребёнка вначале восстанавливается аппетит, труднее нормализуется сон ( от двух недель до двух –трёх месяцев). Проблемы со сном вызваны не только внутренним напряжением, но и окружающей обстановкой, отличной от домашней. Ребёнок чувствует себя неуютно в большой комнате, возня других детей отвлекает, не даёт возможности расслабиться и уснуть. Такая простая вещь как прикроватная занавеска, может решить ряд проблем: создать ощущение психологического комфорта, защищённости, придать спальне более уютный вид, а главное – эта занавеска, которую сшила и повесила при ребёнке мама, становится для него символом и частичкой дома, как любимая игрушка, с которой он ложится спать.

Необходимо всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте со взрослыми. Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребёнку хочется, чтобы мама всегда была рядом. Поэтому очень хорошо иметь в группе «семейный» альбом с фотографиями всех детей группы и их родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть своих близких и уже не так тосковать вдали от дома.