Консультация для родителей

«Несколько полезных рекомендаций для успешной адаптации малыша к детскому саду».

Ваш ребенок подрос и идёт в детский сад. А значит, в его жизни наступает самый сложный период – период адаптации.

Адаптацией принято называть приспособление организма к новой обстановке, а для ребёнка садик, несомненно, является новым, неизведанным пространством, с новыми людьми и новыми отношениями.

Независимо от того в каком возрасте приходит ребёнок в детский сад, периода адаптации не избежать. И именно Вы, родители, можете помочь своему ребёнку привыкнуть к новой обстановке.

**Для этого необходимо следовать некоторым рекомендациям.**

1.Необходим положительный настрой самих родителей. Вы, уважаемые родители, должны быть уверены, что садик самое лучшее место для вашего ребенка, что ему там будет хорошо. Положительные эмоции обязательно передадутся малышу.

2.После постановки ребёнка на очередь в детский сад, узнайте режим работы группы, в которую идёт малыш и примерное меню дошкольного учреждения, и старайтесь придерживаться режима и подстроить ваше меню под стандартное меню детского сада.

3.Если малыш сосёт соску, то за 2-3 месяца до прихода в детский сад, надо отучить ребёнка от этой привычки; научить ходить на горшок, есть ложкой, пить из кружки. Это поможет вашему ребёнку свободнее чувствовать себя в новой обстановке.

4.Заранее рассказывайте малышу о детском саде, как там хорошо, сколько там игрушек и новых друзей; приходите с ребёнком на прогулки в детский сад, когда там играют дети.

5.Постарайтесь узнать, в какую группу пойдёт ваш ребёнок, и заранее познакомьтесь с воспитателями, покажите группу. Установите доверительные отношения с воспитателями, никогда не критикуйте его при ребёнке. Ведь ребёнок доверяет и верит тем, кому доверяют и верят его родители, и особенно мама.

6.Обязательно придите к воспитателям перед тем, как привести своего ребенка на первые два часа в группу, и расскажите всё, что должны знать о нём: как ласково его называете; что любит; чего боится; как успокоить; любимая игрушка, игры и т.д.

7.Разговоры и рассказы о детском саде должны стать постоянными.

8.Накануне прихода в группу, вместе с ребёнком приготовьте вещи, которые малыш наденет и возьмёт с собой, и не забудьте любимую игрушку.

9.Не оставляйте первые две недели малыша в саду больше, чем на 2 -3 часа, и не давайте обещаний, которые не сможете выполнить.

10. Никогда не пугайте ребёнка детским садом.

11.Прислушивайтесь к рекомендациям воспитателей, выполняйте их.

12.Всегда интересуйтесь, как прошёл день у малыша, чем занимался, с кем подружился, что узнал нового.

13.Хвалите малыша за каждое новое достижение, напоминайте, что он у вас уже « совсем большой…».

14.Полное привыкание к детскому саду происходит примерно через 2 -3 месяца, наберитесь терпения, и не планируйте в это время выход на работу.

15.Болезни, возможно даже частые, первый год неизбежны. Не пугайтесь и не торопитесь при первых признаках заболевания садиться на больничный, **в период адаптации**. От небольшого насморка и кашля, при своевременном лечении, можно вполне избавиться, не снимая ребёнка с детского сада. Сократите время пребывания малыша в саду, подлечите. Главное – не упустить время, чтобы не пришлось ребёнку начинать адаптацию сначала.

О том, что **адаптация** у ребенка **завершилась**, мы узнаем по его бодрому эмоциональному состоянию, крепкому сну и хорошему аппетиту, активному поведению.

**Успешной адаптации!**