**Методическая разработка воспитателя группы раннего возраста ГБДОУ №82 Красносельского района Волковой Е.В. на тему адаптация к детскому саду в раннем возрасте.**

Отдавая ребенка в раннем возрасте в детский сад нужно заранее начать подготовку у этому событию. Для уменьшения негативных ощущений от посещения ребенком детского сада нужно заранее ознакомится с меню сада и начать кормить ребенка в соответствии с этим меню, это нужно для того чтоб ребенок при посещении детского сада мог хорошо кушать не испытывая большого дискомфорта от смены еды. К тому же в детском саду меню разрабатывается специалистами с учетом всех потребностей ребенка и возрастных особенностей детского организма.

Существуют определенные причины, которые вызывают слезы у ребенка: Тревога, связанная со сменой обстановки (ребенок до 3 лет еще нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей) и режима (ребенку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал. В детском саду приучают к определенной дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же личный режим дня ребенка нарушается, это может провоцировать истерики и нежелание идти в ДОУ).

Для того чтоб свисти к минимуму все неудобства связанные с изменениями режима, нужно заранее выяснить режим того учреждения в который будет ходить ребенок и потихоньку подвести его к этому режиму. Маме стоит уделить этому хотя бы месяц перед посещением сада

Несложные действия способны уменьшить тревожность и положительно повлиять на адаптацию ребенка к новым жизненным условиям. Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребенка в детском саду. Поэтому маме нужно научить ребенка кушать ложкой самостоятельно и конечно учить ребенка пользоваться горшком. Обладая хоть небольшим навыком самообслуживания ребенку буден намного легче адаптироваться к детскому саду.

Маме самой тоже стоит заранее настроить себя на то что процесс адаптиции может быть достаточно непростым в первую очередь для мамы. Родителие расстаются со своим ребенком и могут испытывать при этом смешанные чувства жалости к ребенку и сомнения правильно она поступает отдавая ребенка в сад. Дети это очень хорошо чувствуют. Поэтому мама должна быть готова сама в первую очередь и не в коем случае не показывать свою нерешительность. Мама должна быть спокойна, уверенна и очень доброжелательна. Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять больше внимания ребенку дома.

Поиграйте с ребенком дома в игру "Детский сад". Создайте пару типичных ситуаций, которые могут возникнуть в детской группе. Подскажите несколько вариантов для малыша, которые помогут ему на них реагировать. Этим вы уже будете закладывать основы общения и вхождения малыша в новый коллектив – вначале детский, потом школьный, а затем уже и взрослый.

Если вы будете соблюдать данные рекомендации то процесс адаптации пройдет спокойно и ребенок начнет испытывать позитивные эмоции от посещения детского сада.