***«Адаптация ребенка в детском саду»***

На третьем году жизни малыш пока еще привязан к родителям. Все чувства он переживает вместе с ними. Таким образом, посещение детского сада является одним из важных этапов развития ребенка. Многие дети, впервые придя в детский сад, нервничают, приходят в отчаяние, не идут на контакт с воспитателями. Переход в новые условия для малыша — полная неожиданность. Он чувствует себя брошенным, одиноким. Его не могут успокоить чужие люди, напротив, своим вниманием они вызывают у него протест.

Страдая, малыш сосредотачивается на собственных переживаниях. Чувство страха усиливается при виде незнакомой обстановки, чужих лиц. Все это негативно сказывается на ребенке. Он не в силах успокоиться даже тогда, когда приходит мама. Дома малыш следит за мамой, плохо ест, боится упустить маму из вида. Нельзя ребенка так безжалостно отрывать от мамы, нельзя оставлять его один на один с такими серьезными проблемами.

***Что же тогда делать?***

Родителям следует приложить максимум усилий и подготовить ребенка к детскому саду. До начала посещения ребенком детского сада надо перевести его на режим, по которому он будет жить там. Тогда ему легче будет адаптироваться. Малыш будет легче просыпаться по утрам, лучше есть, спать. Следует также постепенно закаливать ребенка, гулять с ним каждый день. Очень важно приучать ребенка к самостоятельности. Надо учить самостоятельно есть, садиться на горшок, снимать носочки. Тяжелее адаптируются в детском садике те дети, которые не приучены к самостоятельности. Очень важно также и преодоление страхов. Некоторые родители так сильно беспокоятся о своем ребенке, что никак не могут справиться со своими тревогами, развивая тем самым в ребенке чувство, что в детском саду опасно и плохо.

Часто дети до садика проводят все свое время с мамой, и это очень затрудняет вхождение малыша в социум. Родителям следует чаще бывать с малышом в людных местах, чтобы он играл там с другими детьми, видел других взрослых. Нельзя также пугать малыша детским садом. Он должен знать, что там очень хорошо и его там любят.

В период адаптации ребенок концентрирует внимание на незнакомом взрослом. Важно, чтобы сами родители доверяли воспитателю, тогда и малышу будет спокойно. Привыкая ко взрослым, малыш не сразу начинает играть с другими детьми. Сначала он осваивает ближайшее окружение групповой комнаты, изучает игрушки. И только потом замечает других детей.

***Адаптация*** — это приспособление к новым условиям, которое базируется на самосохранении. В период адаптации родителям и воспитателям следует внимательно следить за поведением ребенка. При сильном выражении невротических реакций лучше оставить его на несколько дней дома и выполнять предписания врача.

Задача воспитателя в этот сложный период заключается в том, что он должен расположить к себе ребенка, помочь ему освоиться в группе, войти в социум. Нужно чаще хвалить малыша, подчеркивать любые его достижения и самостоятельные шаги.

Казалось бы, многое уже сделано. Ребенок доверительно относится к воспитателю, не плачет при расставании с мамой, освоил территорию, уверенно ориентируется в группе, начал играть со сверстниками. Но все равно во второй половине дня некоторые малыши теряют жизнерадостность, начинают грустить по маме. Здесь много причин: усталость, скученность детей, шум. Целесообразно в первые месяцы посещения садика через каждые 2-3 дня устраивать ребенку выходной. Родителям не следует нарушать режим, по которому малыш живет в детском саду. Если ребенок несколько дней не приходил в садик, воспитателю в день прихода малыша надо выразить радость, что он пришел, говорить ему, что без него было скучно, что его ждали. Малыш должен знать, что его очень любят,что здесь ему рады.

Очень важно воспитателям и родителям помнить о том, что период адаптации ребенка пройдет намного быстрее и легче, если взрослые будут работать в одном направлении.

О том, что адаптационный период завершен, свидетельствуют также показатели: спокойный сон в группе и хороший ночной сон дома, хороший аппетит в группе и дома, бодрое настроение, веселые игры, участие в общих делах.

Используемая литература:  
1. «Адаптация ребенка к детскому саду. Советы родителям и педагогам» А.С.Русаков. Издательство «Речь», 2010.  
2. «Психологическая адаптация ребенка в детском саду» Т.В.Костяк. Издательство «Академия», 2008.  
3. «Адаптация дошкольников в детском саду» М.Е.Коркина. Издательство «Академия»,2004.  
4. «Общение ребенка со взрослыми» А.В.Павлова. Издательство «Мозайка-синтез», 2014.