***«Поступаем в детский сад»***

Всего несколько месяцев нас отделяют от сентября, когда двери детских садов распахнутся для самых маленьких граждан России. Как пройдет адаптация детей к детскому саду во многом зависит от их родителей.

 С чего начинается социализация маленького ребенка? В первую очередь с семьи. Но по-настоящему это происходит, когда малыш поступает в детский сад. Именно там он учится общаться с незнакомыми людьми-взрослыми и детьми, усваивает нормы и правила поведения, учится жить в обществе. От того, как пройдет привыкание дошкольника к новым условиям, зависит его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в детском саду и семье. К сожалению, нередко этот процесс протекает сложно и болезненно. Ребенок может отказаться от еды, сна, общения со сверстниками и взрослыми, у него появляются нежелательные привычки.

 Эмоциональная реакция родителей на поведение ребенка в этот период часто усугубляет ситуацию. Из-за того, что они сами не знают, как лучше поступить, мама с папой не могут помочь своему малышу. Оформляя ребенка в детский сад, родители переживают: «Как его встретят? Будет ли ему хорошо?»

 Попадая в незнакомую ситуацию, даже взрослый человек чувствует себя некомфортно. Каково же тогда приходится 2-3- летним малышам?

 Для каждой семьи острый период адаптации индивидуален. Он может иметь разную длительность.

- Легкая адаптация – поведение ребенка нормализуется в течение 10-15 дней;

- Адаптация средней тяжести - в течение месяца;

- Тяжелая адаптация – требуется от 2 до 6 месяцев.

 В чем же лежат причины тяжелой адаптации к условиям детского сада?

1. Отсутствие опыта общения с незнакомыми детьми и взрослыми;
2. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада;
3. Неумение занять себя игрушкой;
4. Наличие у ребенка своеобразных привычек;
5. Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.

 Заранее подготовьте ребенка к мысли о необходимости посещать детский сад. Подробно расскажите о детском саде, сводите его туда. Не пугайте ребенка предстоящими изменениями. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте детские площадки, приучайте к игре в песочнице, ходите с ним на праздники, дни рождения друзей. Наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

 Познакомьтесь заранее с воспитателем группы, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается. Приучайте к самообслуживанию, поощряйте попытки самостоятельных действий.

 Лучше всего привести ребенка ближе к выходным, чтобы неделя не казалась очень длинной и хорошо, если эти будет летом, ранней весной или ранней осенью. В этот период дети много гуляют, и адаптироваться к новым условиям им будет легче. В первые дни посещения детского сада не оставляйте ребенка сразу одного, лучше всего, чтобы он сам отпустил вас, а расставаясь, не забудьте заверить, что непременно вернетесь за ним.

 Когда уходите – расставайтесь с ребенком легко и быстро: долгое прощание с обеспокоенным выражением лица у ребенка вызовут тревогу. Если ребенок с трудом расстается с матерью, то пусть первые несколько недель его водит в детский сад отец.

 Дайте ребенку его самую любимую игрушку, постарайтесь уговорить оставить ее переночевать в садике и наутро снова с нею встретиться. Если ребенок на это не согласится, пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с другими, расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно.

 Нередко от родителей можно услышать жалобы: «Только отвела малыша в детский сад, как он сразу же заболел. »Медики объясняют все очень просто: в носоглотке ребенка ,впрочем, как и у взрослого человека постоянно находятся микробы, которые ,если ни с кем не вступают в контакт, вполне безобидны. Вот почему домашние дети болеют гораздо реже «садовских». Естественно, придя первый раз в группу, ребенок получает первую порцию микробов, с которой организм уже не в силах справиться. Поэтому, как не банальны истины о ведении здорового образа жизни, это действительно очень важно.

 Отдавая ребенка в детский сад, будьте более ласковыми, проводите вместе максимум времени в выходные, по вечерам. Это будет не меньшей профилактикой простуды, чем закаливание и зарядка.

 К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;

- самостоятельно пить чай из кружки;

- есть с хлеб;

- пользоваться ложкой;

- после еды задвигать свой стул;

- активно участвовать в одевании, умывании.

Наглядным примером выступают, прежде всего, родители, требования к ребенку должны быть последовательными и доступными. Важно также постоянно упражнять в осваиваемых действиях, поощрять ребенка.

 Пока ваш ребенок не адаптируется к детскому саду не стоит его водить в гости. Пусть для него на это время привычными будут только стены родного дома и своей группы.

 И в заключении хочется пожелать вам успехов в воспитании ваших малышей. Любите их безусловной любовью, просто за то, что они у вас есть. Удачи вам!