**Адаптация ребенка 2-3 года в детском саду**

Не редко бывает, что радостные ожидания от первых посещений сада сменяются озабоченностью: у ребенка регресс во всем достигнутом: в речи, навыках, умениях, игре. Может заболел? У него и в самом деле насморк, а вчера была температура... Ему не мил детский сад и малыш почти неузнаваем, словно его «подменили». «Подменили» не малыша, а жизнь и обстоятельства, что неизбежно. Организм и душа ребенка - в состоянии между здоровьем и болезнью: вскоре ребенок или в самом деле заболевает, если выраженность стресса велика, или снова становится сам собой.

Как надо родителям готовить ребенка к поступлению в детский сад

•              «Раскройте секреты» малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

•              Настройте малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.

•              Не обсуждайте при малыше волнующие Вас проблемы: ребенок не слушая, слушает.

•              Готовьте Вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дайте понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

•              Все время объясняйте ребенку, что он для Вас, как прежде, дорог и любим.

•              Учите ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

•              Введите режимные моменты детского сада в домашний режим дня.

•              Повысьте роль закаливающих мероприятий. Они не защитят от инфекционных заболеваний, но уменьшат вероятность возникновения возможных осложнений.

•              Не угрожайте ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за его непослушание.

•              Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

•              Забирайте первое время пораньше домой, создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

•              Уменьшайте нагрузку на нервную систему: на время прекратите походы в цирк, в театр, в гости и другие многолюдные и шумные места, сократите просмотр телепередач.

•              Не кутайте ребенка, а одевайте в соответствии с температурой в группе.

•              Не надо в присутствии ребенка плохо говорить о детском саде или обсуждать связанные с ним проблемы.

•              «Наказывать» ребенка детским садом и в числе последних забирать его домой.

•              Мешать его контактам с детьми в группе: значимый взрослый, оставаясь в группе наблюдать за своим ребенком порождает ситуацию двойственности, которая усугубляет в ребенке качество нерешительности и препятствует возможности обучиться спонтанному поведению в новой обстановке.

Чтобы привыкание к детскому саду было максимально безболезненным для ребёнка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально).

В течение 1-й недели ребёнок посещает детский сад 2 часа, затем время увеличивают на 1,5-2 часа. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

Семья – социальная общность, которая закладывает основы личностных качеств ребенка. При жизни в определенных, устойчивых условиях ребенок постепенно приспосабливается к влияниям окружающей среды: к определенной температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Поступление в детский сад изменяет почти все условия жизни маленького ребенка. Именно сотрудники детского сада и родители, объединив свои усилия, обеспечивают малышу эмоциональный комфорт.

Поэтому на сегодняшний день актуальна тема адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в это время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.