

# Первый раз в детский сад!

**Адаптация** – это тяжелый период в жизни малыша и его родителей, т. к. поступление в детский сад – это своеобразный экзамен для психики и здоровья ребенка.

**При адаптации ребенка к детскому саду встречается три степени тяжести:**

**1 степень** – поначалу ребенок капризничает, плачет. Обычно через 2 – 3 недели он будет оставаться в детском саду без проблем.

**2 степень** – слезы, крики, странное поведение ребенка. Ребенок отказывается идти в детский сад, но успокаивается постепенно в группе. На фоне такого эмоционального состояния ребенок начинает болеть. Постепенно ребенок становится спокойнее и затем привыкает.

**3 степень** – самая тяжелая. Ребенок никак не может привыкнуть к детскому саду. Ребенок начинает часто и длительно болеть. От этого страдает его нервно – психическое развитие: ребенок может забывать новые слова, демонстрировать мнимое неумение есть ложкой, проявлять замкнутость и отчужденность.

Чтобы ребенок быстрее привык ходить в детский сад, можно сходить на экскурсию в группу, познакомиться с воспитателями, с детьми, которые уже посещают детский сад. Также рассказывайте ребенку, как интересно в детском саду, сколько там много интересных игр и игрушек, чем занимаются дети в детском саду.

Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребенка, помогать, ему преодолеть трудности. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не смог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой. **Обвинение и наказание ребенка за слезы -**

**это не выход из ситуации. От старших требуются только терпение и помощь.**

Вежливое, приветливое и доверительное отношение родителей к воспитателям расположит ребенка к общению с ними, а выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в детском саду – важнейшие условия, облегчающие ему адаптацию к перемене в образе жизни.

**У ребенка хорошее физическое и эмоциональное самочувствие, он весел, спокоен, увлечен игрой с игрушками, доброжелательно относится к воспитателю и сверстникам – Адаптация завершена!**

**В добрый путь, малыш!**

Овчинникова Н.В.- воспитатель