**Консультация для родителей.**

**«АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ГРУППЫ».**

Уважаемые родители, вам предстоит сделать важный и первый шаг в жизни вашего ребенка: поступление в детский сад. Это очень важный период жизни, приобщение к социуму, вхождение в новую жизнь.

К сожалению, родители пока не видят в дошкольном учреждении потенциального помощника, консультанта в воспитании их ребёнка в первые годы его развития. У семей, особенно молодых, нет достаточного представления о жизни ребёнка в детском саду, о созданных в ДОУ условиях воспитания и обучения.

Адаптация к условиям жизни в детском саду может пройти достаточно безболезненно, если соблюдать некоторые правила. Самое главное и первое правило: родители должны быть сами спокойны и уверенны в своих действиях. Доверяйте людям, с которыми придется оставить своего ребенка.

Если мама или бабушка ведут в детский сад ребенка сами со слезами, то лучший совет в этом случае, повернуться и уйти домой! Да, да! Именно так!

В дошкольном возрасте, а особенно в раннем дошкольном возрасте, ребенок очень сильно эмоционально связан с мамой и глубоко чувствует ее состояние.

Представьте себе, малыш и так возбужден, незнакомое место, незнакомая обстановка, незнакомые люди, он не знает, что ему ожидать, а тут еще и мама почему-то волнуется. Что делать вашему малышу, если самый главный и любимый человек отчего-то чуть не плачет? Так что совет первый : доверяйте педагогам!

Обычно первый приход малыша в детский сад происходит утром .

Первые несколько дней (приблизительно неделя, иногда до трех недель) необходимо присутствие родителей в группе, т.к. с мамой ребенок чувствует себя уверенно и спокойно. Игры и игрушки вызывают у ребёнка острый интерес. Любознательность и активность побуждают его ненадолго отлучиться от мамы для игры. При этом малыш иногда недалеко уходит от мамы, постоянно возвращается за эмоциональной «подпиткой».

Когда наступает такой момент, маме предлагаем подождать ребёнка в раздевалке. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает малыша в том, что она ненадолго отлучится и придет за ним после прогулки. Важно при возвращении мамы обратить внимание малыша на то, что мама не обманула, действительно отлучилась на какое- то время и вернулась к нему. Постепенно время отсутствия мамы увеличивается.

Если ребенок сам выразит желание пообедать или поспать вместе с другими детьми, адаптационный цикл закончится быстрее. Собираясь в детский сад, ребёнок уже знает, что он будет находиться в группе один, без мамы, и заранее на это согласен. Малыш легко ориентируется в группе, активно вступает в игры.

У современных детей очень высокий уровень тревожности, будьте готовы к тому, что даже при средней степени адаптации ребенок , который просился на горшок будет приходить с мокрыми штанишками, постепенно все войдет в норму, не стоит акцентировать на этом внимание.

Если малыш спокойно зашел в группу, радуйтесь, но не стойте в дверях, малыш может заплакать и вернуться назад, тогда процесс расставания может стать болезненным. Не стоит расстраивать своего ребенка.

Ваш малыш легко ориентируется в группе, активно вступает во взаимоотношения с педагогом, детьми, при необходимости обращается за помощью и даже с охотой идет в садик. Именно этот этап является завершающим в процессе адаптации.

Но для ее укрепления необходимо продолжительное время. Здесь важное значение имеет стабильность группы: с детьми всегда встречаются знакомые воспитатели, последовательность видов деятельности остается неизменной.

Итак, подытожим:

1. Доверяйте педагогу, с которым придется работать.

2. Заранее поговорите с педагогом об условиях и режиме в детском саду и постепенно приблизьте эти условия к домашним.

3. Ограничьте просмотр телевизора, компьютера, больше гуляйте.

4. постоянно говорите ребенку , как вы его любите для него это очень важно.

5. И конечно же , улыбайтесь, позитивно настроенная мама, лучшая помощь в адаптации ребенка к детскому саду.

**Консультация для родителей «Адаптация детей в первой младшей группе»**

**Описание:** Эта консультация поможет молодым родителям преодолеть страх и тревогу за своего ребёнка в период привыкания ребёнка в детском дошкольном учреждении.

**Факторы, определяющие характер адаптации.**

Уважаемые родители, вот наступило время, когда ваш ребёнок готов идти в детский сад, и мы с вами рассмотрим факторы, которые влияют на успешность привыкания ребёнка к яслям. Первая группа факторов связана с физическим состоянием вашего ребенка. Здоровый, физически развитый малыш обладает лучшими возможностями к адаптации, лучше справляется с трудностями. А вот дети, которые быстро утомляются, просто соматически ослабленные, имеют плохой аппетит, такие детки испытывают трудности в привыкании.

Если ребёнок не приучен к правильному режиму, могут возникнуть трудности, ребёнок плохо спит, родители не соблюдают режим ребёнка, всё это приводит к истощению нервной системы. Такой малыш хуже справляется с трудностями адаптационного периода, у него возникает стрессовое состояние и как следствие ребёнок заболевает. Ещё в дополнении происходит отрыв от родных. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское дошкольное учреждение и от того, как организуют период его адаптации воспитатели и родители зависят и течение адаптационного периода, и дальнейшее развитие малыша. Изменение образа жизни малыша приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния ребенка.

Для адаптационного периода характерны: эмоциональная напряженность, беспокойство или заторможенность. Ребенок много плачет, он или стремится к контакту с взрослыми или, наоборот, раздраженно отказывается от них, сторонится сверстников. Порой родители очень удивляются, что ребёнок сильно изменяется, у детей меняется активность к предметному миру, его не радуют игрушки, снижается интерес к окружающему миру, уровень речевой активности снижается, да и новые слова осваиваются с большим трудом. Всё это в совокупности, объясняется тем, что ребёнок попадает в окружение многих детей и, конечно же, подвергается риску инфицированной чужой вирусной флорой, всё это нарушает реактивность организма, и в итоге к заболеваниям.

Работая с детьми раннего возраста первом периоде адаптации, его ещё называют «лёгким», и длится он до 20 дней пребывания детей в детском саду, это когда у ребенка постепенно нормализуется сон и аппетит, восстанавливается эмоциональное состояние ребёнка и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения с взрослыми и сверстниками. Ребёнок обращается с просьбами к взрослому. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребенок достаточно активен, но не возбужден. Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу 2-3 недели они восстанавливаются.

Но существует и второй период адаптации, называется он «средний», когда ребёнок привыкает 2 месяца и настроение часто меняется, ребёнок очень часто плачет, мало двигается всё больше сидит на стульчике. Малыш не проявляет интерес к игрушкам, отказывается, от совместной деятельности с воспитателем, но это всё проходит, и ребёнок через два месяца уже чувствует себя более уверенным.

Ну и конечно существует третий период адаптации, и вызывает особую тревогу, как у родителей, так и у воспитателей. Ребёнок очень часто болеет, безучастен ко всему, постоянно плачет, иногда говорят, что это «не садовский ребёнок» все темпы развития такого ребёнка замедляются по всем направлениям.

Следует принимать во внимание еще один немаловажный фактор, который может осложнить период адаптации ребенка к детскому саду. Такой фактор связан с психологическими особенностями самих родителей, особенно матери. Если мама очень тревожно-мнительна и слишком опекает ребенка, тогда могут возникнуть трудности по адаптации этого ребёнка, если мама обладает конфликтным характером это может явиться трудной адаптацией ребёнка. До прихода ребёнка в детский сад, родители должны прийти заранее и познакомиться с воспитателем группы, с режимом группы, ведь их ребёнок будет находиться с воспитателем большую часть дня. Хорошо, если Вы познакомите ребенка с воспитателем, и некоторое время будете ненадолго приводить малыша в ясли на детскую площадку в то время, когда на ней играют дети, а также в группу, где ребенок познакомится с новой обстановкой, с игрушками.

Главное заинтересовать ребёнка новой для него ситуацией, вызвать у него желание еще раз прийти в детский сад, предупредить возникновение страха перед незнакомыми взрослыми и детьми. Всегда самое важное для воспитателя, когда самочувствие ребёнка и его эмоциональное состояние приходят в норму, ребёнок показывает своё доброжелательное отношение к воспитателю и другим детям. И это наш успех и совместное сотрудничество с родителями.