*материал подготовила воспитатель группы*

*Марина Юрьевна Жибинова*

**Как помочь ребенку адаптироваться в детском новом коллективе**

С проблемой адаптации ребёнка в новом коллективе или социуме, я думаю, сталкивается каждый родитель.

Согласитесь, попадая в новое место к незнакомым людям, даже взрослый человек будет чувствовать себя неуверенно. Что же тогда говорить о детях? Поддержка родителей здесь просто необходима. То, насколько быстро ваш ребёнок найдёт себе друзей, зависит от его личных качеств. Если он общителен, открыт, любознателен и не боится оставаться самим собой, то будьте спокойны, он быстро справиться с этой задачкой. Но если ваш ребёнок стеснителен и застенчив, то ему явно будет нелегко переступить тот порог, который отделяет его от сверстников. Тут также очень важно понять, что удачный опыт адаптации повлияет и на дальнейшее социальное развитие вашего чада. Вы помните себя в таких же ситуациях, и как вам, наверное, было нелегко? А как было бы здорово, если б рядом оказались мама или папа и подсказали, как себя лучше вести. Конечно, так быть не должно, но правильно настроить ребёнка вам просто необходимо.

**Ребенок**, переходящий (приходящий) в новую **группу**, должен обладать некоторыми навыками. Режим дня в семье желательно приблизить к режиму дня в саду. **Он** должен уметь сам есть, одеваться, раздеваться *(если на одежде нет сложных застежек, мелких пуговиц, молний, шнурков)* «дети учатся одеваться и раздеваться в определенной последовательности: снимать и одевать одежду, складывать, вешать, застегивать пуговицы». **Ребенок** должен уметь самостоятельно играть, убирать за собой игрушки, самостоятельно ходить в туалет (или проситься, выражать свои мысли чувства и желания вербально).

Самым главным навыком является, конечно, умение взаимодействовать в коллективе. **Ребенок должен уметь ждать**, уступать, делиться игрушками, выполнять требования воспитателя.

**Ребенок должен понять**, что детей в **группе много**, и воспитатель не может уделить столько же внимания каждому **ребенку в группе**, сколько получает **ребенок дома***(особенно, если****ребенок в семье один****)*.

Детский коллектив может спровоцировать инфекционные заболевания. Бояться этого не нужно. **Ребенку** для укрепления его иммунитета необходимо *«переболеть»*. Дети, не посещающие сад, начинают болеть в школьном возрасте, а это сказывается на их успеваемости. Дети, ходившие в сад, имеют некоторую устойчивость к инфекциям.

Немаловажным моментом является психологическая готовность **родителей**. **Родители должны понимать**, что переход в другую **группу является для ребенка стрессом**. Реакция на стресс может быть различной: плач, капризы, отказ от еды, учащение заболеваемости, даже легкие неврологические проявления *(тики, запинки в речи, энурез)*. **Родитель** должен быть готов к временным трудностям. Не нервничать самим, не ругать **ребенка за слезы и капризы**, связанные с садом. Очень важно также является показать ребёнку, что вы совсем не переживаете по поводу его адаптации в новом коллективе. Нет, совсем не потому что вам всё равно или вообще не до этого, а потому что вы уверены, что всё пройдёт хорошо. Ничто так не прибавляет уверенности в себе, как уверенность в тебе другого человека. Вести себя нужно спокойно и твердо. Не идти на поводу у **ребенка**. Не пропускать сад, не сидеть дома несколько дней, чтобы **ребенок** меньше нервничал и меньше плакал.

Желательно соблюдать единые требования к **ребенку дома и в саду**.

Поддерживать контакт с воспитателем, интересоваться успехами **ребенка**, тем, как прошел его день в саду. Дома желательно читать книги о детском саде, показывать мультфильмы на эту тему. Говорить о плюсах пребывания в саду.

Объяснять **ребенку**, что мама или папа заберет его из садика, вечером после работы, не оставит там навсегда. **Родители** должны поддерживать в **ребенке уверенность**, что он самый лучший, самый любимый. **Родители** так же не должны чувствовать себя виноватыми, что отдали **ребенка в сад**.