Консультация для родителей.

«АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО

ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОУ»

                            Уважаемые родители,

При поступлении в ДОУ все дети проходят через **адаптационный период**. **Адаптация** – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях.

Для всех семей острый период **адаптации индивидуален**. Он может иметь разную длительность:

1) лёгкая – около месяца требуется ребёнку, чтобы приспособиться к новым условиям;

2) средняя – ребёнок приспосабливается за два месяца;

3) тяжёлая – ребёнок приспосабливается за три месяца;

4) очень тяжёлая – около полугода и более, .

**Самое же главное –как вы думаете, ЧТО? *«Научить»* детей тому, что им пригодиться в жизни в этом возрасте, это 2 пункта**:

**• Навыки самообслуживания *(снимать и надевать колготки, носки, обувь, кофточку, аккуратно есть и т.п.)***

**• Сформировать понятие *«надо»* и *«нельзя»*.**

**Безусловно, время пребывания ребенка в детском саду в период адаптации строго индивидуально. Однако, не следует в первый же день оставлять малыша надолго.**

**Первые признаки того, что ребенок адаптировался**:

* У него хороший аппетит;
* Спокойный сон;
* Охотно общается и играет с другими детьми;
* Стабильное спокойное эмоциональное состояние.

**Основные преимущества пребывания ребенка в ДОУ**:

* Развитие речи, интеллекта, общего кругозора, художественных, музыкальных способностей, физическое развитие;
* Разнообразие игровой деятельности, наглядного материала, руководство со стороны взрослого;
* Развитие у ребенка самостоятельности, навыков самообслуживания;
* Четкое соблюдение режима дня: питания, прогулок, сна, отдыха;
* Формирование умения общаться со сверстниками, жить и взаимодействовать в социуме.

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ.**

• Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.  
• Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день сразу, как можно раньше забирать домой. Начинайте посещение ДОУ по алгоритму, предложенному специалистами.  
• Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. Щадить его ослабленную нервную систему.  
• Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в общественные заведения, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.  
• Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.  
• Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе. Посоветуйтесь с воспитателями, они подскажут, как лучше одевать ребенка.  
• Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.  
• Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.  
• При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.

Воспитатель Н.Н. Гершфельд