**АДАПТАЦИЯ К УСЛОВИЯМ ДОУ
*информация для родителей***

***Адаптация в детском саду*** – тяжелое время для каждого ребенка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям, но и выработка новых умений и навыков. Ведут себя дети в этот период по – разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателем, третьи реагируют достаточно спокойно.

**Выделяют три фазы адаптации:**

1. **Острая фаза, или период дезадаптации** – в это время у ребенка могут наблюдаться частые заболевания, нарушение сна, аппетита, нежелание ходить в детский сад. Изменяется поведение: могут проявляться упрямство, грубость и даже регресс в речевом развитии.
2. **Собственно адаптация** – в этот период ребенок постепенно привыкает к новым условиям, нормализуется поведение.
3. **Фаза компенсации** – дети начинают вести себя спокойно, с удовольствием ходят в садик. Ускоряется темп развития психологических процессов.

**Рекомендации родителям:**

* Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте с ним детские площадки, праздники, дни рождения, приучайте к играм со сверстниками.
* Желательно обучить ребенка до начала посещения детского сада элементарным навыкам самообслуживания: пользоваться горшком, самостоятельно есть и т.д.
* Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. Заранее приведите его в группу, чтобы он познакомился с воспитателями, погулял вместе с детьми.
* Никогда не пугайте ребенка детским садом или воспитательницей! Важно создавать положительный образ детского сада.
* Позаботьтесь о том, чтобы собрать ребенку все, что ему поможет понадобиться в группе (запасную одежду, сменную обувь, спортивную форму и т.д.).
* Дайте ребенку с собой его любимую игрушку, вызывающую у него теплые чувства и ассоциирующую с домом. Пусть игрушка «ходит в садик» вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими игрушками.

***ВАЖНО! В первое время оставляйте ребенка в саду лишь на несколько часов, забирайте во время прогулки, до обеда. Постепенно увеличивайте этот интервал, приходя за ним после обеда, тихого часа, полдника. Если не возникает осложнений, через 1 – 2 недели можно перейти на обычный режим. Однако не затягивайте процесс адаптации, иначе ребенок привыкнет к своему особому положению.***

**Причины тяжелой адаптации к условиям детского сада:**

* отсутствие режима в семье, совпадающего с режимом детского сада;
* наличие у ребенка своеобразных привычек (сосание соски, укачивание при укладывании спать, бутылочка);
* неумение занять себя игрушкой;
* несформированность необходимых культурно – гигиенических навыков;
* ограниченность, либо отсутствие опыта общения с другими детьми и взрослыми.

**УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ:**

* создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе;
* работа с родителями, которую желательно начать еще до поступления ребенка;
* правильная организация в адаптационный период игровой деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов «ребенок → взрослый», и «ребенок → ребенок».

**Следует помнить:**

* Период адаптации может длиться от одной – двух недель до трех – четырех месяцев и зависит от многих причин: от возраста, состояния здоровья ребенка, от особенностей нервной системы и т.п.
* После длительных перерывов (болезни, каникулы) ребенок проходит процесс адаптации заново.

**ПОМНИТЕ, УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, ВАЖНЫ:**

 **ТЕРПЕНИЕ, ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ И ПОНИМАНИЕ!**