**Начало посещения детского сада для ребёнка любого возраста** – сложный стрессовый период, в котором происходит изменение привычных форм жизни:

* Отделение от привычного окружения в виде мамы и папы;

* Игра в новой роли и понимание своей самостоятельности;
* Появление в жизни «других» взрослых (воспитатель, помощник воспитателя, специалисты детского сада);
* Поступление ребенка в новый коллектив;

* Дисциплинарные

требования, отличающие от домашних;

* Незнакомое помещение детского сада.

**Условиями успешной адаптации ребёнка являются:**

* Подготовка ребёнка к началу посещения ДОУ в семье до поступления в детский сад;
* Согласованность действий родителей и воспитателей;

* Единство подходов к детям в

семье и дошкольном учреждении.



**Мероприятия по подготовке ребёнка к посещению детского сада:**

* Максимальное приближайте режим дня ребёнка в семье к распорядку дня в детском саду;
* Беседуйте с ребёнком о том, как много интересных занятий, игр и праздников в детском саду;
* Совместно с ребёнком наблюдайте за прогулками детей в детском саду;
* Создавайте с ребёнком сюжетные игры в детский сад, начиная от бытовых процессов (кормление, одевание, сон), до игр и образовательной деятельности;
* Предоставляйте ребёнку в этот период больше самостоятельности, возможность побыть какое-то время без родителей (например, с бабушкой или дедушкой).

 **Рекомендации родителям:**

* Старайтесь не нервничать, не показывайте свою тревогу по поводу адаптации ребёнка к ДОУ; нужно вести себя так, чтоб ребёнок почувствовал гордость родителей за него;
* Первые несколько дней приводите

ребёнка не на весь день, а лишь на несколько часов, сначала в присутствии мамы (так чтоб она была рядом, но не занималась ребёнком);

* не изменяйте резко привычный уклад жизни ребёнка, оставляя его в ДОУ сразу на 10 часов;
* приводить ребёнка в сад первое время кому-то одному из близких;
* разрешите малышу брать в детский

 сад любимые игрушки, предметы;

* эмоционально поддерживайте ребёнка: уделяйте ему больше своего времени и внимания.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Симптомы трудной адаптации:** * нарушение эмоционального

состояния ребёнка (напряжённость, беспокойство или заторможенность),

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * Снижение двигательной и речевой активности,
* Общее подавленное состояние.
* Затруднённое взаимодействие со

сверстниками * Нарушение сна, снижение аппетита;

 * болезненное, бурное протекание разлуки и встречи с родными (не отпускает родителей, долго плачет после их ухода или при встрече.)
 |  |   |

* беспричинный плач,
* стремление к эмоциональному

контакту со взрослыми или, наоборот, отстранение от общения, Счастливый милый малыш мальчик обнимает маму любовь | Cute kids, Happy  kids, Kids cartoon characters | * **Наличие у детей навыков, облегчающих адаптационный период:**
* одеваться и раздеваться с небольшой помощью взрослого, обуваться и разуваться с помощью взрослых в застегивании пуговиц и завязывании шнурков,
* складывать свою одежду,
 |  |  |  | * **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ по адаптации ребёнка к детскому саду**
 |

 **Наличие у детей навыков, облегчающих адаптационный период:**

* Одеваться и раздеваться с помощью взрослого, обуваться и разуваться с помощью взрослых в застегивании пуговиц и завязывании шнурков;
* Складывать свою одежду;
* Знать назначение предметов и их местонахождение;
* Выполнять поручения из 2 - 3 действий;
* Уметь мыть руки с мылом, умываться, вытираться полотенцем;
* Уметь пользоваться носовым платком;
* Регулировать свои физиологические потребности;
* Самостоятельно есть ложкой и пить из чашки;
* Не мешать за столом другим;
* Говорить слова благодарности, здороваться, прощаться;

ПАМЯТКА ПО АДАПТАЦИИ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

Выполнил: Пальчиков Н.Н.

Отделение: Сестринское дело

Группа: 310-1