**муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 21»**

***Консультация для родителей***

*«****Адаптация детей 2–3 лет в детском саду****»*

**

*Подготовила Е.А. Юсупова*

*Сентябрь, 2022г.*

**Родители** часто задают воспитателям вопрос: «Почему ребенок идет в **детский**сад со слезами и когда это закончится?» У большей части **детей младших групп адаптация к детскому саду проходит болезненно :** малыши долго не могут привыкнуть к **детскому саду**, устраивают истерики, некоторых от мам по утрам приходиться *«оттаскивать»*. Попробуем разобраться, почему так происходит и как облегчить **адаптацию ребят в детском саду.** Дети привыкают к**детскому саду по-разному** : кто-то с первых дней ходит в **детсад с радостью**, но, это скорее исключение из правил, а кто-то не может успокоиться целый день и **родителей**вечером встречает со слезами на глазах. И это нормально процесс. Так как **адаптация**- это приспособление **детского** организма к новой обстановке, процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.

Выделяют 3 фазы **адаптационного периода** : легкая (1 - 16 дней, средняя (16 -32 дней, тяжелая до 64 дней.

**Чтобы адаптационный период проходил легко необходимо устранить следующие причины**:

1. Малыш не подготовлен к посещению **детского сада**.

2. Не сформированы культурно-гигиенические навыки.

3. Не умеет самостоятельно играть с игрушками.

4. Режим в семье не совпадает с режимом **детского**образовательного учреждения.

5. Болезненному ребенку **адаптироваться**в новых условиях тяжелее, чем здоровому.

6. Индивидуальные причины. Некоторые малыши в первый день посещения дошкольного учреждения ведут себя тихо и спокойно, а на 2-3 день начинают плакать, другие — наоборот, в первые дни устраивают истерики, а потом их поведение нормализуется.

7. Условия жизни в семье. Если ребенок общался часто с родственниками, с посещали с ним знакомых, брали с собой в путешествия, то он гораздо быстрее привыкнет к новой обстановке **детского сада.**

8. Ограниченное общение со сверстниками. Труднее всего **адаптируются дети**, круг общения которых был сведен к минимуму *«мама-бабушка-папа»*. У таких малышей большое количество **детей вызывает страх**, желание спрятаться куда-нибудь, чтобы побыть одному.

**Чтобы период привыкания у ребенка проходил легко необходимо:**

• Устраивать в **детский** сад во время тарифного отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов *(это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом)*;

• Соблюдайте самое важное правило: спокойная мама — спокойный ребенок. Отдавая сына или дочку воспитателю, пытайтесь сохранять спокойствие, потому что дети очень хорошо чувствуют эмоциональное состояние • Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новых игрушек. Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

• О первом приходе договориться с воспитателем группы, придя заранее в группу за несколько дней до начала посещения малышом **детского учреждения**. Педагоги подскажут вам время прихода, чтобы смягчить впечатления и не травмировать плачем других **детей вашего малыша.**

• Некоторые **родители ошибочно полагают**, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так.

• Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.

• Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой **адаптации**, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;

• Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов. Посещайте **детский сад регулярно**.

Ошибки **родителей,** затрудняющие **адаптацию ребенка :**

1. Нельзя пугать ребенка **детским садом**. *«Вот не будешь слушаться меня — пойдешь завтра в садик»*.

2. Никогда не сердитесь на ребенка за то, что он не хочет идти в **детсад и плачет.** Это вполне нормальная реакция для **детей 2-3 лет**. Лучше поцелуйте, обнимите его и еще разок уверьте, что вы его очень любите и обязательно заберете из **детсада.**

3. Нельзя обещать ребенку то, что потом не сможете выполнить. Например, если мама сказала, что заберет сразу после обеда, то она должна так и поступить.

С помощью простой игры можно быстрее **адаптироваться к детскому саду.**

Игра — важный вид деятельности для ребенка. Психологи утверждают, что с помощью простых игр можно значительно облегчить период **адаптации к детскому саду.**

***«Детский сад»***

Во время игры в **детский**сад может быть много сюжетных линий:

*«Дети собираются на прогулку»*.

*«Дети обедают»*.

*«Дети приходят в****детский сад»*.**

*«Дети готовятся к дневному сну»*.

*«Дети на прогулке»*.

В заключение еще один важный совет **родителям**: старайтесь приходить за ребенком раньше, чтобы он не оставался одним из последних в группе, поддерживайте его во всем, хвалите за маленькие достижения, чаще улыбайтесь, сохраняйте спокойствие и скоро вы заметите, что ребенок начал ходить в **детский сад с удовольствием**.