|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Что делать, если ребёнок начал ходить в детский сад:***1. Установите тесный контакт с работниками детского сада.
2. Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно – не оставляйте его в течение первой недели на весь день в детском саду.
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
4. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.
5. Поддерживайте дома спокойную обстановку, не собирайте шумные компании.
6. Не перегружайте ребёнка новой информацией.
7. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

***C:\Users\Кузьмин\Downloads\детсад\images (9).jpg******Адаптация*** *(от лат. «приспособляю») − это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.* Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжёлую. При **легкой адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течение месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1−2 недели. У ребёнка преобладает устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Во время **адаптации средней тяжести** сон и аппетит восстанавливаются через 20–40 дней, в течение месяца настроение может быть неустойчивым. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.C:\Users\Кузьмин\Downloads\детсад\адаптация.jpg **Тяжелая адаптация** приводит к длительным заболеваниям. У ребенка преобладают агрессивно- разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние , плачь, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность. | ***Как родители могут помочь своему ребенку*** ***в период адаптации к ДОУ:***1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад.2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.3. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).5. После детского сада погуляйте с ребёнком на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.6. Устройте небольшой семейный праздник вечером. *Демонстрируйте ребёнку свою* *любовь и заботу.**Будьте терпеливы и у Вас вместе все* *получится!!!****Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода:***1. Возраст.
2. Состояние здоровья.
3. Уровень развития.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

Еще за месяц-два до начала посещения дошкольного учреждения стоит максимально приблизить домашний распорядок дня к тому, который будет в садике.  7.00-7.30 — подъем 8.30-9.00 — завтрак 10.30-11.30 —прогулка 12.00 — обед 12.30-15.00 — подготовка ко сну, сон 15.30 — полдник. Во время же адаптации к садику режим нужно соблюдать особенно тщательно. Не отступайте от него больше, чем на полчаса-час в выходные и праздничные дни. | Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №34 «Родничок»C:\Users\Кузьмин\Downloads\детсад\vospital.jpgПодготовила воспитатель: Кузьмина Е.С.с. Косулино***Причины тяжелой адаптации******к условиям ДОУ:***1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
2. Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
3. Неумение занять себя игрушкой.
4. Несформированность элементарных культурно – гигиенических навыков.
5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

*К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:**- самостоятельно садиться на стул;**- самостоятельно пить из чашки;**- пользоваться ложкой;**- активно участвовать в одевании, умывании.*http://geo.akhaltskha.net/_nw/2/17283353.jpg |