**Консультация для родителей на тему**

**«Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ»**

Ваш малыш подрос, уже недалек тот день, когда вы приведете его в детский сад. Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли ребенку хорошо в детском саду, не начнет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с близкими, с домом. Эти волнения и тревоги закономерны, так как по­ступление в детский сад — сложный период в жизни маленького ребенка, своеобразный экзамен его психики, здоровья.

В условиях семьи малыш привык к установленному распорядку жизни, к определенной обстановке, способам обращения с ним. У ребенка сложились привычки, выработался свой стиль поведения, отношений с членами семьи.

Для нас с вами, людей взрослых, перемена обстановки, встречи с новыми лицами — дело привычное, часто привлекательное. Иное дело — ребенок первых лет жизни. Его жизненный опыт невелик, и приспособление к новым условиям сопряжено с трудностями, так как любое приспособление к новым условиям требует разрушения некоторых сложившихся ранее связен и быстрого образования новых. В раннем возрасте это особенно сложная задача.

Малыш тяжело переносит даже временную разлуку с родителями, домом и привычным для пего укладом жизни. Он часто отказывается от общения с незнакомыми людьми.

Поначалу в детском саду ребенку все кажется непривычным, его волнует, а иногда н пугает новая обстановка: большая гулкая комната, незнакомые дети вокруг, чужие взрослые — воспитатели и няня. На первых порах непривычен и уклад жизни и детском саду: иной режим дня, еда, отличающаяся от домашней, необходимость соблюдения правил поведения, установленных в группе. За эти перемены в жизни малыши отвечают, как говорил И. П. Павлов, реакцией осторожности пли протеста: становятся робкими, замкнутыми, вялыми, плаксивыми, капризными, упрямыми, беспокойными. Часто они упорно не хотят покидать дом, а у дверей детского сада в страхе прижимаются к родителям.

В поведении вновь принятых в группу детей можно наблюдать черты, свойственные детям более раннего возраста. Например, примитивнее становится речь малыша: дома он обращался с просьбой дать ему что-либо, а в детском саду показывает па понравившуюся игрушку н тянет: «Ай-ай-ай!» (так он раньше говорил слово *дай).* Возможно временное разрушение некоторых навыков. Например, Алеша поступил в детский сад в возрасте 1 г. 2 мес. Дома он уже ходил, в детском саду утратил это умение: передвигается, ползая по комнате. У детей, приученных к опрятности, возможно недержание мочи и кала. Случаются и невротические нарушения: срыгивание, рвота, временное повышение температуры, появление сыпи и т. п. У одних детей нарушается сои, у других — отсутствует аппетит.

Таким образом, период адаптации — тяжелое время для малыша, его родителей и персонала группы. В среднем длительность адаптации у детей раннего возраста длится 2—3 педели. По даже такой относительно короткий срок для ребенка далеко не без­обиден.

В детском саду дети заболевают чаще, чем дома. Это и понятно, так как в группе может быть заболевший ребенок, который становится источником инфекции для других малышей. В период адаптации возможность заболевания ребенка, особенно трудно привыкающего к новым условиям, возрастает, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

На характер привыкания ребенка к условиям дошкольного учреждения влияет ряд факторов. Прежде всего, малыша: легче всего приспосабливается к условиям жизни ребенок 5—6 мес., сложнее это дастся в возрасте от 10 мес. до 1 г. 6 мес.— 1 г. 7 мес. Затрудняет или облегчает привыкание к детскому саду состояние здоровья ребенка? Опыт показывает, что сложнее и длительнее протекает процесс адаптации у детей ослабленных, страдающих аллергией, рахитом, частыми ОРЗ. И наоборот, безболезненнее осваиваются в детском саду дети здоровые, физически крепкие. Они быстрее приобщаются к жизни в коллективе сверстников.

Известные трудности в адаптационный период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, недоброжелательное отношение родителей к окружающим людям — причины, тормозящие образование у малыша умения контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что и первые дни пребывания в детском саду он будет негативно относиться к воспитателям, няне, что усложнит уход за ним.

Дети радушных, гостеприимных, дружелюбных родителей, дети из семей, состоящих из многочисленных родственников, легко вступают в контакт с воспитателями, няней. У таких детей, как правило, адаптационный период длится несколько дней. Малыши из таких семей деятельны, веселы, много играют, общаются с персоналом группы.

Плохо приспосабливаются к коллективной жизни дети, которых чрезмерно опекают в семье, которые не знают родительского *нельзя.* Ребенок, у которого дома не тренируется способность тормозить своп желания, с трудом усваивает и выполняет правила поведения, взаимоотношений, приучение к которым починается с первого дня его пребывания в детском саду.

Итак, общая задача педагогов и родителей — помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Прежде всего необходимо максимально приблизить домашний режим к распорядку дня в детском саду. При этом важно упорядочить часы сна, питания, бодрствования, а при проведении режимных процедур всемерно поощрять и развивать детскую самостоятельность.

Желательно, чтобы вы познакомились с меню детского сада и приучили детей к блюдам, включенным в пего. Учите детей есть разнообразную пищу, тщательно жевать, после еды пользоваться салфеткой.

О предстоящем поступлении ребенка в детский сад говорите с ним как о радостном событии. Внушайте малышу, что ему будет хорошо в детском саду, что его ждут добрые воспитатели, веселые дети, много игрушек. В присутствии малыша воздержитесь от высказывания своих опасений по поводу того, сможет ли он спокойно расстаться с домом, чем его будут кормить, как одевать и т. д. Чтобы развеять свои сомнения и тревогу ребенка, предварительно посетите группу. Лучше всего привести малыша, когда дети гуляют или играют в групповой комнате.

Группа комплектуется постепенно, поэтому персоналу легче уделить больше внимания новичку. В первые дни лучше оставлять ребенка на 1—2 ч, увеличивая время пребывания до после обеденного сна, до полдника, а затем — до вечера.

Чем быстрее малыш почувствует доверие к воспитателям, няне, установит контакт с ними, тем спокойнее он перенесет перемены в своей жизни, разлуку с вами. Ваше вежливое и приветливое обращение к сотрудникам детского сада расположит ребенка к общению с ними.

В адаптационный период разрушение любых привычек, том числе и вредных (сосет палец, не засыпает без соски или пения, любит быть на руках у взрослых и т. п.), нежелательно, так как осложнит приспособление к новым условиям. Если к моменту поступления малыша в детский сад вам не удалось отучить его от вредных привычек, предупредите об этом воспитателя. Если к моменту поступления малыша в детский сад вам не удалось отучить его от вредных привычек, предупредите об этом воспитателя. В заключение следует отмстить, что выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействии на него дома и в детском саду — важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.