

Проблема детского сада — хорошо это или плохо, отдавать ребенка или не отдавать — рано или поздно возникает в каждой семье. Актуальность проблемы почти не зависит от уровня благосостояния семьи и от занятости родителей, каждый из которых имеет свой собственный опыт и свое личное мнение о достоинствах и недостатках детских дошкольных учреждений.

В большинстве случаев дети легко адаптируются к новой обстановке, и привыкают к детскому саду, находят там друзей и с радостью учатся новому. Но чтобы приспособиться, каждому ребенку нужно время. Необходимо помнить, что период адаптации, индивидуален, он может занимать несколько дней, недель, а иногда и месяцев. Чаще всего зависит это, от того насколько сильна у ребенка привязанность к родителям и к дому, чем выше зависимость, тем дольше будет проходить процесс привыкания ко всему новому. Легче всего процесс адаптации проходят дети, из многодетных семей и из семей, где нет гиперопеки над малышом.

В случае *трудной адаптации*в течении первого месяца поведение ребенка может быть неустойчивым и отмечается резкой сменой настроения, аппетит и сон приходят в норму через 20-40 дней.

При *тяжелой адаптации*происходят нарушение сна, аппетита, настроения ребенка. В этот период, его могут мучить кошмары, отражающие психотравмирующие моменты.

Иногда у некоторых детей можно наблюдать и крайнюю степень *очень тяжелой адаптации*, которая может длиться до 6 месяцев.

Для того, чтобы адаптация к детскому саду, все же прошла успешно, ребенок должен быть достаточно хорошо подготовлен к посещению дошкольного учреждения – самостоятельно одеваться, есть, пользоваться горшком, ребенок не должен бояться проситься в туалет и высказываться о других своих потребностях. Во вторую очередь необходимо тесное взаимодействие воспитателя и родителей, до того как Ваш ребенок пойдет в детский сад, необходимо познакомиться с педагогами, побеседовать с ними, рассказать о своем малыше. Не забудьте поинтересоваться, сколько новых детей ожидается в группе. В-третьих, привыкание ребенка должно быть планомерным и постепенным, сначала это может быть лишь прогулка на 1,5-2 часа, затем время можно увеличивать. Можно договориться с воспитателем и первые день-два присутствовать с ребенком в саду, таким образом Вы сможете расположить свое чадо к новой «тёте», и наладить теплый контакт между вашим ребенком и воспитателем.

Для решения проблемы адаптации ребенка можно воспользоваться игровой методикой введения детей в детсадовский образ жизни. Так как основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю.

Главной фигурой и центром внимания для двухлетних детей всегда остается взрослый, поэтому они с большим интересом наблюдают за его деятельностью. Если малыши не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры.

Хорошо помогут адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность.

Идея методики заключается в том, чтобы подготовить и рассказать ребенку о детском садике на примере игры, а именно самым приятным для ребенка способом. Играть в садик необходимо уже за несколько месяцев до поступления в него вашего малыша. Можно использовать самые разнообразные игры: «Кукла Маша пошла в садик. У Маши в садике будет свой шкафчик. Маша нашла много новых друзей» Подтолкните ребенка наводящими вопросами «а ты хочешь свой шкафчик?», «покажи как ты будешь спать в садике» «как будешь играть». «Иди ко мне»

*Помните, если по какой-либо причине ребенок сменил группу, то проблема адаптации может возникнуть снова!*

В заключении хотелось отметить, что отношение родителей к проблеме адаптации ребенка к детскому саду, должно быть не чрезмерно серьезным, но в то же время взвешенным. Самое главное, научиться общаться со своим ребенком, разговаривать с ним на темы, которые его беспокоят и волнуют и тогда все будет хорошо!