***Адаптация ребенка к детскому саду***

При поступлении в дошкольное образовательное учреж­дение (ДОУ) все дети переживают адаптационный стресс.

Адаптивные возможности ребенка раннего и младшего дошкольного возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребы­вание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональ­ным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Психологу необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном

уч­реждении.

Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны.

Им свойственно быстро заражаться сильными, как положи­тельными, так и отрицательными, эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям.

Психолог приступает к проведению занятий сразу после прихода детей в детский сад. Именно в этот момент малыши находятся в стрессовом состоянии, вызванном расставани­ем с родителями, непривычной обстановкой, появлением не­знакомых взрослых и большим количеством детей. Чтобы уменьшить воздействие стрессирующих факторов, рекомен­дуется *проводить первые занятия с участием родителей.*

В присутствии родителей дети с большей готовностью идут на контакт с воспитателем, психологом, взаимодействуют со сверстниками, участвуют в совместных подвижных играх, активнее интересуются окружающей обстановкой и игруш­ками. Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в дошкольном учреждении ребенок приобрел при поддержке близкого человека.

***Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать детский сад:***

* Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день.
* Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
* Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.
* Немного сократить просмотр телевизионных передач.
* Как можно раньше сообщить воспитателям о личностных особенностях малыша.
* Создать в выходные дни дома для него режим такой, как и в детском учреждении.
* При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.
* Не обсуждать при малыше волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.
* Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что, он здоров.
* Узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и ввести их в режим дня ребенка дома.
* Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
* Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за грехи, а также за его непослушание.
* Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
* Все время объяснять ребенку, что он, как и прежде, дорог и любим.