**В ДЕТСКИЙ САД С УЛЫБКОЙ**

М.С. Гоенко,

воспитатель

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад комбинированного вида « Теремок»

Аннотация.Данная статья рекомендуется родителям, которые собираются посещать со своим ребенком дошкольное учреждение. Подскажет им, как правильно и с меньшим стрессом адаптировать малыша к первому опыту коллективного общения. Поможет родителям избежать трудных ситуаций, с которыми они зачастую сталкиваются на первых этапах посещения их ребенком группы.

Для ребенка детский сад это, прежде всего, его первый опыт коллективного общения. Не все дети сразу и без слез принимают новую обстановку, незнакомых ему людей. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие дети соглашаются идти в детский сад утром, а при входе в группу начинают плакать и капризничать.

**Каковы же причины, вызывающие слезы у малыша?**

Этих причин может быть несколько. Важное значение для ребенка играет его первое впечатление от посещения группы. Оно может быть для него решающим для дальнейшего пребывания.

Наиболее сложной причиной могут быть индивидуальные особенности развития. Чаще всего это происходит из-за малого эмоционального общения малыша с мамой.

Смена обстановки и режима дня вызывает у малыша, особенно до трех лет, тревогу. Так – как, посещая детский сад, у ребенка нарушается личный режим дня, домашняя, комфортная атмосфера, где его окружали близкие люди. Ребенок оказывается в незнакомом пространстве, с незнакомыми, но доброжелательными людьми.

Сильно осложняет адаптацию малыша в детском саду отсутствие навыков самообслуживания, что может провоцировать истерики и нежелание идти в детский сад.

Находясь в детском саду, ребенок испытывает много позитивных и негативных переживаний, что приводит к избытку впечатлений и может вести к переутомлению и вследствие этого слезам и капризам.

***Как же уменьшить тревожность и положительно повлиять на адаптацию малыша к новым условиям пребывания?***

К этому вопросу родителям нужно подойти ответственно. Ведь от этого зависит, насколько комфортно ребенку будет в новом коллективе с новыми людьми, и как быстро и с меньшей степенью тревожности он пройдет адаптацию в дошкольном учреждении.

Приучать ребенка к детскому саду нужно постепенно. Родителям с начало нужно самим ознакомиться с режимом возрастной группы дошкольного учреждения, куда собираются привести своё чадо. Создать дома для ребенка режим дня приближенный к режиму в группе. Необходимо рассказать ребенку о режиме дня в детском саду, что там делают дети и кто такие воспитатели. Это поможет малышу легче принять новизну.

Будет целесообразно родителям спланировать прогулки с ребенком возле выбранного учреждения. Во время прогулок обращать внимание на красивые участки, играющих детей. Акцентировать внимание ребенка на том, что скоро и он сможет с ними играть, у него появиться много новых друзей.

Так как дети лучше воспринимают любую информацию через игру, родителям предлагаю поиграть с малышом в « Детский сад». В игре создать ситуации, которые могут возникнуть в группе. Обыгрывая их, ребенок научится на них реагировать. Можно так же рассмотреть с ребенком картинки, почитать стихи или детские истории о жизни сада.

Многие дети ошибочно считают, что мама их бросила и отдала чужой тёте. Поэтому родителям обязательно нужно рассказать ребенку о роли воспитателя в группе. Научить, как обращаться к нему и говорить о своих потребностях. При встречах взрослых с гордостью рассказывайте в присутствии своего чада, что он подрос и готовится ходить в детский сад.

Несмотря на домашние хлопоты родителей, необходимо каждый день находить время на беседы с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда отвести.

***Наконец случилось важное событие в семье – ребенок пошёл в детский сад.***

Родителям надо помнить, что с началом посещения малышом группы детского сада он на время лишается контакта с мамой, а для ребенка очень важно, чтобы физический контакт с мамой не прекращался. Поэтому маме надо постараться уделять внимание малышу дома ( брать на руки, обнимать, укладывать спать).

В первые дни посещения малышом группы стоит ограничить время до двух часов и затем постепенно увеличивать его. Спустя две, три недели ребенка уже можно будет оставить на целый день в группе. Но хочу отметить, что данный период для каждого ребенка индивидуален. Многие родители придумывают с детьми ритуал прощания и встречи. Это очень положительно влияет на ребенка, подбадривает, поднимает ему настроение.

Если ребенок, приходя в группу плачет, родителям не стоит злиться и одергивать его, а наоборот нужно взять малыша на руки, успокоить – вероятно, ему не хватает прикосновений мамы, которых совсем недавно было намного больше. Многие родители довольные тем, что их ребенок спокойно вошел в новую для него среду, перестают уделять своему чаду много внимания, как раньше. Психологи наоборот рекомендуют, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Тем самым показать, что нечего бояться, мама все так же рядом.

Каждый день, возвращаясь, домой из детского сада необходимо интересоваться у ребенка о том, как прошёл день, чем он сегодня занимался. Особенно нужно делать акцент малыша на положительных моментах. Таким образом, они формируют у ребенка позитивное отношение к детскому саду.

В период адаптации малыша , желательно укладывать его спать пораньше, проводить с ним больше времени перед сном. Хорошо, если с вечера договориться с ребенком, какую игрушку он возьмет с собой в детский сад, вместе решить, какую одежду он оденет утром.

В выходные дни психологи рекомендуют так же придерживаться с ребенком режима дня, по которому он живет в группе детского сада и обязательно повторять и закреплять виды деятельности, которым малыш уже овладел.

Адаптация малыша – это сложный период времени для самого ребенка и для родителей. От взрослых требуется терпение, помощь и внимание. Всё, что нужно ребенку – адаптация в новых для него условиях.

Как только ребенок начинает весело говорить о садике, рассказывать о своих друзьях, читать стихи – это верный знак того, что он освоился.

Искренне советую прочесть всем мамам, чьи детки собираются идти в детский сад книгу Яны Терентьевой « 52 Янины фишки адаптации к детскому саду».