|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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 течении 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.

Picture background**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 течении 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 течении месяца настроение может быть неустойчивым. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации. **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, напряженность. | **Как родители могут помочь** **своему ребенку** **в период адаптации к ДОО**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 в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.6. Устройте небольшой семейный праздник вечером.**Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.****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.

Picture background | **Муниципальное** **бюджетное дошкольное** **образовательное учреждение****детский сад № 7 «Жемчужинка»**Адаптация ребенка к детскому садуPicture background  Подготовила: Шиян Н. С. **Причины тяжелой адаптации****к условиям ДОО**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.**Picture background |