    Улыбнись, ты пришёл в детский сад!

                             В каждом человеке - солнце. Только дайте ему светить.

                                                                  Cократ

  Ребёнок приходит первый раз в детский сад. Для него это, прежде всего, первыйопыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Порой симптомы трудной адаптации приводят к нарушению эмоционального состояния малыша. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, другие - начинают плакать и капризничать.

Чтобы дети быстрее адаптировались, мы создаём благоприятные условия для комфортного пребывания их в детском саду: красиво оформленная группа, ласковое отношение к ним, периодическое пребывание малыша на руках воспитателя. Также хороший эффект на прогулке дают разнообразные игры с песком, затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому для детей готовим такие игры, как нанизывание шариков на шнур, резиновые игрушки-пищалки, крупные детали конструктора "Лего" и мозаики. Периодически включаем негромкую, спокойную музыку. А лучшее лекарство от стресса, конечно же – смех. Создаём в группе такие ситуации, чтобы дети больше смеялись. Для этого используем просмотр мультфильмов, приглашаются необычные гости – лисички, зайчики, клоуны.

Сгладить адаптационный период помогают ещё физические упражнения и подвижные игры. Если дети были не расположены в данный момент к подвижным играм, читаем им сказку или играем в спокойные, например, пальчиковые игры, предлагаем поиграть с машинками, мячами.

Насколько быстро и менее болезненно пройдёт адаптация детей к детскому саду, зависит не только от воспитателей группы, но и от родителей. Предлагаю следующие полезные рекомендации родителям:

Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.

В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.

Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу.

В выходные дни резко не меняйте режим дня ребёнка.

Постоянно обращайте внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.

Не отучайте его от вредных привычек в период адаптации.

Одевайте ребёнка в сад опрятно, в соответствии с температурой воздуха в группе.

Будьте терпимее к его капризам.

Не наказывайте, *«не пугайте»* детским садом и домой забирайте вовремя.

Когда ребёнок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьёз – это может быть вызвано просто плохим настроением.

В подсознании любого малыша заложен страх одиночества, он боится быть брошенным. Старайтесь чаще обнимать ребёнка и прижимать к себе – он ощутит вашу любовь, и на душе у него станет легче.

--   
Нурия Шаймарданова