**Консультация для**

 **родителей**

 **« Первый раз в**

 **детский сад».**

**Воспитатель ясельной группы: Виноградова Татьяна**

 **Владимировна.**

Ваш малыш вырос и вы планируете отдать его в детский сад. Конечно, вы волнуетесь, как он пойдет в ясли, как будет ему хорошо или плохо, будет ли он болеть. Многое зависит от вас самих.

Практика показала, что основные трудности в период адаптации испытывают те дети у которых:

-идет несоответствие организации двух режимов: домашнего и группового;

-неумение детей самостоятельно кушать;

-отсутствие навыков самообслуживания (не знает свою одежду, не приучен к горшку);

-не знает слов-запретов, помогающих избегать травмирующих ситуаций);

-отсутствие опыта общения с другими незнакомыми людьми;

-неумение занять себя игрушкой.

Для начала необходимо приблизить режим дня к садовскому, а именно надо познакомиться с режимом дня в ясельной группе.

Научите ребенка самостоятельно кушать. Одна из причин отказа детей от еды – это неумение пользоваться ложкой. Если ваш малыш в1год 6месяцев все еще ест с помощью взрослых, постепенно его надо приучать кушать самостоятельно. Задолго до детского сада ребенок должен перестать пищу из бутылочки. Дети во время адаптации могут совсем отказаться от пищи. Поэтому специалисты советуют в этот период дома готовить для малыша более питательные и обогащенные витаминами блюда.

Учите детей самостоятельно одеваться, раздеваться, конечно пока с вашей помощью. Дети должны знать свою одежду, иметь свое индивидуальное место, куда он будет складывать ее. Одежда в детский сад должна быть не модной, а удобной для детей.

 Для мальчиков: шорты, рубашка, носки или колготы х. б.,

Для девочек: платье или юбочка, кофточка, носки или колготы х.б.

Обувь на маленьком каблуке на липучках или застежках.

До похода в детский сад постарайтесь отучить детей от памперсов.

По поводу слов-запретов, то ребенок должен понимать элементарные слова можно и нельзя.

Чтобы ребенок легче адаптировался, готовьте его к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские площадки, приучайте его играть с детьми в песочнице и на качелях, ходите на праздники, дни рождения.

Первые дни пребывания в детском саду должны быть ограничены по времени. Несколько дней дети посещают ясли по 2 часа. По мере того, как ребенок себя проявляет, время пребывания увеличивается.

Не спешите оставлять ребенка на целый день, помогите ему адаптироваться к незнакомой для него обстановке. Поймите своего ребенка. Ему очень тяжело и морально и физически. Дети в период привыкания чувствуют себя сковано и вынуждены сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению. Поэтому дома в привычной для него обстановке следует, как можно больше играть с ним в веселые подвижные игры.

Помимо того, что взрослые играют с ребенком, он должен и сам заниматься какое то время с игрушками самостоятельно, рассматривать уже прочитанные книги с иллюстрациями. Книги и игрушки должны соответствовать возрасту детей. Это яркие пирамидки, вкладыши, кубики, различные виды шнуровок для развития мелкой моторики рук, мячики, сказки , потешки.

Хочется остановиться еще на одной проблеме, которая беспокоит родителей. Многие родители говоря «Не успел пойти в садик уже заболел». Это реакция детского организма, нет ничего удивительного. Ребенок находился со дня своего рождения в одном своем климате. Совместное пребывание большого количества детей неизбежно ведет к перекрестному инфицированию. Со временем дети адаптируются друг к другу и болеют реже. Закаливайте детей, больше времени проводите на свежем воздухе, не перегревайте детей, следите за одеждой малыша.

**Совет родителям**:

 *Если вы не отучили малыша от привычных ему действий (соска, памперсы, бутылочки) не надо лишать его всего этого, когда он пойдет в детский сад. Не наносите ему еще одну психологическую травму. Объясните все педагогу. И он вместе с вами найдет решение этой проблемы. Постепенно ваш малыш оставит все плохие привычки, а его адаптационный период пройдет благополучно и в легкой форме.*

**Надеемся на сотрудничество.**

**Желаем вам успехов в воспитании ваших детей.**