|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***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 (следуйте рекомендациям воспитателей).
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
4. Поддерживайте дома спокойную обстановку, не собирайте шумные компании, дайте ребенку отдохнуть от общества.
5. Не перегружайте ребёнка новой информацией.
6. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

***Адаптация*** *(от лат. «приспособляю») − это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.* *C:\Users\User\Desktop\ПСИХОЛОГ\Алёна Алексеевна Веселова\s1200а.jpg*  Врачи и психологи выделяют 3 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, объятия, поглаживание по спинке и т.д.).**5.** После детского сада не спешите домой, погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.**6.** Устройте небольшой семейный праздник вечером.C:\Users\User\Desktop\79b894c9364b20a7416e561bef15d9a2--mother-clipart-mother-daughters.jpg***Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы.*** ***У Вас вместе все******получится!******C:\Users\User\Desktop\iD5SHYLGN.jpg*** ***Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода***1. Возраст.
2. Состояние здоровья.
3. Уровень развития.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. ***C:\Users\User\Desktop\счаст-ивый-шарж-етей-на-красочном-поез-е-50763640.jpg***Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.
 | **Частное дошкольное образовательное учреждение Детский сад № 89ОАО «РЖД»**Адаптация ребенка к детскому садуC:\Users\User\Desktop\1009601964.jpg***г. Ярославль2019******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.

C:\Users\User\Desktop\l-5-.png***К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:******- самостоятельно садиться на стул;******- самостоятельно пить из чашки;******- пользоваться ложкой;******- активно участвовать в одевании, умывании.*** |