**Консультация для родителей на тему**

**«Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения».**

Ваш малыш подрос, и приходите в детский сад. Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли ребёнку хорошо в детском саду, не начнёт ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с близкими. Эти волнения и тревоги закономерны, так как поступление в детский сад – сложный период в жизни ребёнка.

Поначалу в детском саду ребёнку всё кажется непривычным, его волнует, а иногда и пугает новая обстановка. На первых порах непривычен и уклад жизни в детском саду: иной режим дня, еда, отличающаяся от домашней, необходимость соблюдения правил поведения.

На эти перемены в жизни малыши отвечают, как говорил И.П. Павлов, реакцией осторожности или протеста: становятся робкими, замкнутыми, вялыми, плаксивыми, капризными, упрямыми, беспокойными.

Таким образом, период адаптации – тяжёлое время для малыша, его родителей и персонала группы. В среднем длительность адаптации у детей раннего возраста длится 2-3 недели. Но даже такой относительно короткий срок для ребёнка далеко не безобиден.

В детском саду дети заболевают чаще, чем дома, так как в группе может быть заболевший ребёнок, который становится источником инфекции для других малышей. В период адаптации возможность заболевания ребёнка возрастает, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

Известные трудности в адаптационный период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. А это значит, что в первые дни пребывания в детском саду он будет негативно относиться к воспитателям, няне, что усложнит уход за ним.

Итак, общая задача педагогов и родителей – помочь ребёнку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Прежде всего, необходимо максимально приблизить домашний режим к распорядку дня в детском саду. При этом важно упорядочить часы сна, питания, бодрствования, а при проведении режимных процедур всемерно поощрять и развивать детскую самостоятельность.

О предстоящем поступлении ребёнка в детский сад говорите с ним как о радостном событии. Внушайте малышу, что ему будет хорошо в детском саду, что его ждут добрые воспитатели, весёлые дети, много игрушек.

На первые дни лучше оставлять ребёнка на 1-2 часа, увеличивая время пребывания до послеобеденного сна, до полдника, а затем – до вечера.

В адаптационный период разрушение любых привычек, в том числе и вредных (сосёт палец, не засыпает без соски, любит быть на руках у взрослых и т. п.), нежелательно, так как осложнит приспособление к новым условиям. Если к моменту поступления малыша в детский сад вам не удалось отучить его от вредных привычек, предупредите об этом воспитателя.

В заключение следует отметить, что выработка единых требований к поведению ребёнка, согласование воздействий на него дома и в детском саду – важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.