**Консультация для родителей на тему: «Ясли-это серьёзно!»**

Нередко, во время адаптации ребёнка к детскому саду, родители сталкиваются со слезами и истериками, что приводит к частым заболеваниям, пропускам. Всякий раз, когда после долгого перерыва малыш выходит с больничного, ему приходится заново привыкать к детям и воспитателям.

Что же влияет на процесс привыкания детей?

Приятно, если ребёнок освоился в саду за несколько дней. Но если он и через месяц отказывается туда идти, не надо расстраиваться. На успешность и длительность адаптации влияют разные факторы.

*Возраст ребёнка.* Дети до 2-х лет с трудом адаптируются к новым условиям. Оптимальным считается возраст 2,5-3 года.

*Особенности нервной системы.* Лучше всего адаптация проходит у флегматиков и сангвиников.

*Настрой родителей.*Родители, которые сильно эмоционально привязаны к ребёнку и испытывают чувство вины, когда отдают его в ясли, неосознанно удерживают малыша дома.

*Состояние здоровья.* Физически развитый малыш легче справляется с трудностями и быстрее приспосабливается к новым обстоятельствам.

*Методы воспитания в семье.*Отсутствие навыков самообслуживания, и желания их развивать, а так же неумение идти на контакт с детьми, осложняют период адаптации.

Признаки плохой адаптации.

*Нестабильное эмоциональное состояние ребёнка.* Перепады настроения, плаксивость.

*Эмоционально-возбуждённое отношение к родным.* Бурная радость при встрече и слёзы, доходящие до истерики , при расставании.

*Повторяющиеся простуды и ОРВИ.*

*Нарушение сна.* Малыш плохо засыпает, часто просыпается, разговаривает или плачет во сне.

*Вегетативные нарушения*: потливость, бледность, диатез.

*Безразличное отношение к другим детям.*

*Раздражительность, агрессия.*

*Замедленная речевая активность.*

При серьёзных проблемах обращайтесь к врачу!

Сколько бы трудностей не встречалось на этом пути, мы взрослые, можем и должны помочь детям их преодолеть.

Помочь малышу освоиться.

*Заранее расскажите малышу,*что такое детский сад, зачем он туда идёт , и что будет там делать.

*Перестройте режим.*Познакомьтесь с режимом группы и следуйте ему.

*Познакомьте ребёнка с детским садом.*Чаще гуляйте с территорией , обращая внимание ребёнка на детей во время прогулки. По возможности дайте заранее пообщаться с воспитателем.

*Не оставляйте малыша сразу на целый день*. Сегодня дошкольные учреждения совместно с педиатрами рекомендуют придерживаться следующего графика: 1, 2- неделя посещение в течение 2-х часов;

3-я неделя до обеда; 4-я неделя «на сон».

*Приведя ребёнка первый раз в детский сад, не уходите внезапно.*Лучше, если вы увлечёте малыша игрой- и он охотно пойдет в группу. Но если мама уйдет , не попрощавшись, на следующий день малыш может расплакаться при одном лишь упоминании садика.

*Разрешите малышу брать из дома игрушку*(если это не запрещено).

Для ребёнка это частичка безопасной среды: она придаст спокойствия.

*Позвольте «выпускать пар».* Придя домой, ребёнок может капризничать, это состояние возникает из-за накопившегося за день напряжения. Чтобы сбросить его , позвольте ему побегать, покричать, поиграть в подвижные игры.

*Не критикуйте детский сад и воспитателей.* Услышав ваши слова, ребёнок начнёт копировать ваше отношение- и адаптация только усложнится.

*Наберитесь терпения.* Будьте готовы к тому, что первое время дети плачут, меняют манеру поведения, становятся агрессивными.

*Хвалите ребёнка.* Чаще говорите, какой он молодец, как вы им гордитесь, потому что он ходит в детский сад.

*Сохраняйте самообладание.* Если мама нервничает, то и ребёнок настраивается на ту же волну, но ещё сильнее. Вы уравновешены- и малыш спокоен и почти готов с радостью идти в детский сад.

Список литературы.

1.Аксарина Н.М. «Воспитание детей раннего возраста» Методическое пособие.- М.: ДЕТСТВО –ПРЕСС,2010-210 с.

2. Максаков А.И. , Тумакова Г.А. «Воспитывайте, играя».- М., 2008-116с.

3. Смирнова Е.Т. «Гигиенические условия воспитания детей в ДОУ».- М., 2009-110с.