

## Особенности адаптации у детей 2-3 лет.

С приходом ребенка в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом изменяется: строгий режим дня, отсутствие родителей, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения. После 2-х лет дети значительно легче могут приспосабливаться к новым условиям жизни. Это объясняется тем, что к этому возрасту они становятся более любознательными, хорошо понимают речь взрослого, у них более богатый опыт поведения в разных условиях.

Дети одного и того же возраста по разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду. Одни дети плачут, отказываются есть, спать, играть, на каждое предложение взрослого реагируют бурным или молчаливым протестом. Но через несколько дней ребенок адаптируется к новым условиям. Другие, наоборот, в первые две недели внешне спокойны, выполняют требования воспитателя, а в последующие дни с плачем расстаются с родителями, плохо едят, спят, не принимают участия в играх.

*Помните, что адаптация произойдет быстрее, если у ребенка сформированы культурно-гигиенические навыки (самостоятельно кушает, одевается/раздевается сам, просится в туалет, моет руки, переобувается, вытирает нос).*

***Адаптационный период считается законченным, если ребенок кушает с аппетитом, быстро засыпает, вовремя просыпается, эмоционально общается с окружающими, прибавляет в весе, играет.***

### Рекомендации для родителей:

1. Положительный настрой на детский сад. Если родителям нравится детский сад, то и ребенок почувствует внутренний настрой и спокойствие.
2. Опыт разрешения конфликтов. Гуляя с ребенком на детской площадке, дайте ему возможность самому найти выход из ситуации.
3. Смена обстановки. Ежедневно меняйте с ребенком место для прогулок.
4. Опыт общения. Ходите с ребенком в гости, желательно с детьми разного возраста – учите ребенка общаться, вместе играть, делиться с игрушками.
5. Играйте с ребенком дома в детский сад, начиная от бытовых процессов (кормление, одевание, сон), до игр и занятий. Роль ребенка может выполнять сам малыш или какая-нибудь игрушка.
6. Ежедневно общайтесь с воспитателем по поводу успешной адаптации. Как скорректировать свои взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он легче и быстрее привыкал к новым условиям жизни.
7. Поддерживайте ребенка в период адаптации, меньше обращайтесь внимания на его капризы, дарите ему свое тепло и любовь. Постарайтесь не менять ничего в жизни ребенка в этот период (не отучайте от соски, груди, не совершайте долгие путешествия). Берегите нервную систему ребенка!
8. Наблюдайте за своим ребенком, прислушивайтесь к нему и он вам сам подскажет наиболее оптимальные для него воспитательные методы и приемы!