**Как помочь ребенку в период адаптации.**

Оформляя ребенка в детский сад, родители часто переживают: как встретят ребенка, будет ли ему хорошо в детском саду, как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение это вполне объяснимо родители оставляют ребенка незнакомым людям. Это волнение усугубляется, если ребенок плачет, не хочет идти в группу.

 Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?

Одни дети приходят в группу уверено, внимательно рассматривают окружающее и начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, бояться отойти от мамы и громко плачут. Чем же объясняется такое разное поведение детей?

 Причины могут быть самыми разными: отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада, неумение занять себя игрушкой, несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков и др. однако, главной причиной такого поведения являются отсутствие у ребенка опыты общения со взрослыми и детьми. Особенно страдают при вхождении в группу те дети, опыт общения которых был ограничен рамками семьи (отец, мать, бабушка, дедушка). Знакомство с новыми людьми, установление с ними контакта затруднительно для таких детей. Привязанность к близким людям, умение общаться только с ними неумение войти в контакт с незнакомыми людьми определяет характер поведения.

 Дети, у которых уже имеется опыт общения со взрослыми и сверстниками привыкают к детскому саду сравнительно быстро. Научить ребенка вступать в общение со взрослыми и детьми – важная задача при подготовке его к поступлению в детское учреждение.

 Большое значение в период адаптации имеют и такие факторы, как привычка к режиму, уровень культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и т.д. На это следует обращать постоянное внимание в семье.

 К двум годам у ребенка необходимо сформировать умение садиться на стул, самостоятельно пить из чашки, пользоваться ложкой, есть суп с хлебом, разнообразные блюда, хорошо пережевывать пищу, пользоваться салфеткой, после еды задвигать свой стул, знать свое место за столом, место для полотенца, самостоятельно мыть руки, называть предметы одежды, знать места хранения одежды, обуви, игрушек, одеваться и раздеваться с незначительной помощью взрослого, пользоваться носовым платком.