**Кому адаптироваться легче?**

**Уважаемые родители,** конечно детям, чьи родители готовили их к посещению детского сада заранее, за несколько месяцев до этого события.

Эта подготовка могла заключаться в том, что родители читали сказочные, волшебные, позитивные истории о посещении садика, играли «в садик» с игрушками, гуляли возле садика или на его территории, рассказывая малышу, что ему предстоит туда ходить. Если родители использовали возможность и познакомили ребенка с воспитателями заранее, то малышу будет значительно легче (особенно, если он не просто видел эту «тетю» несколько минут, а смог пообщаться с ней и пройти в группу, пока мама была рядом).

**Детям, физически здоровым,** т.е. не имеющим ни хронических заболеваний, ни предрасположенности к частым простудным заболеваниям. В адаптационный период все силы организма напряжены, и когда можно направить их на привыкание к новому, не тратя еще и на борьбу с болезнью, это хороший «старт».

**Детям, имеющим навыки самостоятельности**. Это одевание (хотя бы в небольшом объеме), «горшечный» этикет, самостоятельное принятие пищи. Если ребенок это все умеет, он не тратит силы на то, чтобы срочно этому учиться, а пользуется уже сложившимися навыками.

**Детям, чей режим близок к режиму сада.** За месяц до посещения сада родители должны начать приводить режим ребенка к тому, какой его ждет в саду. Уточните заранее расписание дня в саду. Для того чтобы легко встать утром, ложиться нужно не позже 21.00 часа (вспомните своё состояние, когда Вы не выспались).

*Трудно приходится детям*, у которых не соблюдены одно или несколько условий (чем больше, тем будет сложнее). Особенно трудно малышам, которые воспринимают поход в сад как неожиданность из-за того, что родители не разговаривали об этом, не предупредили о глобальных изменениях в его жизни. Бывают ситуации, когда посещение садика начинается неожиданно по объективным причинам.

Помните, в ДОУ всегда рады поддержать и Вас и ваше чадо, если возникли трудности в адаптационный период обращайтесь за помощью к нашим специалистам, они всегда рады Вам помочь и облегчить адаптационный путь вашему ребёнку. В детском саду созданы все условия для успешной адаптации ребёнка.



**Педагог-психолог МАДОУ ЦРР**

**детского сада № 167 города Тюмени**

**Варламова Наталья Борисовна**