**АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА**

С началом посещения ребенком детского сада жизнь взрослых и детей в семье значительно меняется. На то, чтобы сложился другой ритм жизни, нужно время.

Переходный период - это период нестабильности, напряжений, усилий. В этот период можно обнаружить новую, часто неожиданную, реакцию ребенка и родителей на обстоятельства.

**Адаптация к новым условиям (приспособление) происходит на уровнях**:

- **физиологический** - ребенок может начать часто болеть;

- **психологический** - ребенок капризничает, плохо ест и спит, он может быть агрессивным или подавленным, много и безутешно плачет;

- **социальный** - ребенок "теряется" в окружающем мире, забывает многое из того, чему научился - хуже говорит, становится менее самостоятельным.

**Адаптация индивидуальна для каждой семьи.**

**От чего зависит сложность адаптации?** От возраста, от состояния здоровья, от уровня развития, от опыта общения со взрослыми и сверстниками, от умения занять себя играми и игрушками, от умения себя обслуживать, от расхождения режимов дома и в саду, от устойчивости семейной группы в целом.

**В период адаптации важно**: приучать ребенка к режиму дня детского сада, заранее приучать ребенка к горшку и отучать от пустышки и бутылочки, поддерживать уравновешенное поведение детей, создавать спокойную обстановку.

Если есть вопросы и сложности, можно и нужно подойти к профильному специалисту-психологу, чтобы обсудить их.