

**Как помочь ребёнку быстрее привыкнуть к детскому саду.**

1.Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребёнка к детскому саду, он чувствует Ваши переживания.

2.Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щёчку, помахать рукой, посмотреть в окно, послать воздушный поцелуй), а также ритуал встречи.

3.По возможности приводить малыша в ясли должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.

4.Не обманывайте ребёнка, забирайте домой вовремя, как пообещали.

5.Разрешите ребёнку брать в детский сад любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме.

6.В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.

7.В выходные дни резко не меняйте режим дня ребёнка.

8.Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.

9.Не отучайте ребёнка от вредных привычек в адаптационный период.

10.На время прекратите посещение с ребёнком многолюдных мест, цирка, театра.

11.Будьте терпимее к его капризам.

12. «Не пугайте», не наказывайте детским садом.

13.Уделяйте ребёнку больше своего времени, играйте вместе, пойте, каждый день читайте малышу.

14.Не скупитесь на похвалу.

15.Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

**Радуйтесь прекрасным минутам общения со своим малышом!**

**И тогда никакая адаптация Вам будет не страшна!!!!**