**Уважаемые родители!**

Малыш, оказавшись в новой обстановке с незнакомыми детьми и взрослыми, испытывает волнение, тревогу, страх гнев. Ребенок переживает: «Как я без мамы? Не бросили ли меня? Привыкание к детскому саду – процесс непростой. Адаптивные возможности дошкольника ограничены, и если привыкание протекает тяжело, малыш может заболеть. Помочь ребенку в этот период могут близкие ему люди.

**Что должны знать и уметь родители:**

1. Чем чаще ребёнок будет общаться со взрослыми,  детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома т.е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретённые умения и навыки в обстановку детского сада.

2. Заранее познакомьтесь с режимом дня детского сада, постарайтесь максимально приблизить к нему домашний распорядок.

3. В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3часов.

4. Прививайте ребенку необходимые бытовые навыки: обращаться с ложкой и вилкой, вытирать рот салфеткой после еды и даже сморкаться в носовой платок. Постарайтесь в период адаптации не надевать ребенку нову, лучше ту к которой он уже привык, - ему будет спокойнее. Обувь лучше выбирать на липучках

5. Установление эмоционального контакта ребёнка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке в присутствии близкого человека. В первый день кратковременное знакомство с воспитателем, направленное на формирование интереса к детскому саду, на установление контакта между ребёнком и воспитателем в новой ситуации.

6. Подробнее расскажите малышу о детском садике, о том, чем он там будет заниматься. Обязательно скажите, что он уже большой, и вы гордитесь им, ведь он может теперь ходить в садик, как вы на работу.

7. Если ребенок не хочет идти в детский сад, объясните ему, почему это необходимо. Постарайтесь внушить, что вы отдаете его в садик не для того, чтобы избавиться от него, не потому, что он вам надоел, вы устали или у вас есть более важные дела, а чтобы помочь ему интереснее и насыщеннее провести время. Постарайтесь положительно настроить малыша (Как много детей, как много игрушек! Дети весело играют, воспитательница – хорошая тетя» и пр.) Ни в коем случае нельзя силой тащить ребенка в садик, кричать на него и пугать тем, что вы не заберете его домой, если он не перестанет плакать. Постарайтесь, чтобы пребывание в детском саду не стало для ребенка психологической травмой, а напротив - радовало его.

8. Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.

Итак, чтобы малыш быстрее адаптировался, нужны усилия и терпение. Проявив их, в будущем вы будете вознаграждены за это здоровьем и благополучием своего ребенка.