**Как помочь ребёнку адаптироваться к детскому саду?**

*• Тренируйте буквально с самого рождения систему адаптационных механизмов у ребенка и приучайте его к ситуациям, в которых требуется менять формы поведения.*

*• Настройте ребенка на мажорный лад. Внушите ему. Что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.*

*• Заранее узнайте все новые моменты в режиме дня в детском саду. Создайте для него дома режим такой же, как в детском учреждении.*

*• Избегайте обсуждения при ребенке волнующих вас проблем, связанных с детским садом.*

*• Не оставляйте его в начале в коллективе на целый день, заберите домой пораньше.*

*• Пусть он возьмет с собой в сад игрушку из дома.*

*• Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять его там на целый день.*

*• Как можно раньше познакомьте ребенка с детьми и педагогами группы, в которую он в скором времени придет.*

*• Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.*

*• Подчеркивайте, что ваш ребенок, как прежде, дорог вам и любим. • Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. · Щадите его нервную систему*

*• На время прекратите походы в цирк, театр, гости. Намного сократите время просмотра телепередач.*

*• Как можно раньше сообщите воспитателям о личностных особенностях Вашего ребенка.*

*• При изменениях в поведении как можно раньше обратитесь к детскому врачу или психологу.*

*• Будьте спокойны, расставаясь с ребенком в саду. Ваше эмоциональное состояние может передаваться малышу.*