**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА**

**К ДЕТСКОМУ САДУ**

1. Расширяйте круг общения ребенка, помогайте ему преодолевать страх перед новыми знакомыми.

2. Помогайте ребенку осваивать новые игры, игрушки.

3. Не высказывайте никому своих сожалений и опасений о том, что приходится отдавать ребенка в садик. Помните: спокойный родитель – спокойный ребенок. Дети эмоционально «заражаются» от взрослых. Так что расслабьтесь, настройтесь на лучшее.

4. Не выражайте своего беспокойства о проблемах ребенка в его присутствии, не сравнивайте его с другими детьми.

5. Приучайте ребенка к самообслуживанию, поощряйте попытки самостоятельности.

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- самостоятельно сидеть на стуле;

- самостоятельно пить из чашки;

- самостоятельно кушать ложкой;

- активно участвовать в одевании, раздевании, умывании;

- проситься на горшок;

 - выполнять простые просьбы взрослого (принести, поставить, достать…).

Если ребенок плачет при расставании с родителями:

1. Не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.

2. Разрешите ребенку взять с собой любимую игрушку.

3. Придумайте какой-нибудь ритуал прощания (например, воздушный поцелуй).

4. После детского сада можно погулять с ребенком в парке или на детской площадке. Предложите поиграть в подвижные игры, побегать, подвигаться.

5. Наберитесь терпения, показывайте ребенку свою заботу и любовь.

6. Общайтесь с ребенком с удовольствием. Ваша искренность – хорошая поддержка для малыша.