**Первые шаги Вашего ребенка в детском саду**

**Как Вы можете помочь своему ребенку быстрее адаптироваться к детскому саду:**

При первом посещении сада можно просто познакомиться с воспитателем и ребятами, посмотреть вместе игрушки, вызвать интерес к новому окружению и вернуться домой. Затем несколько дней можно приводить ребенка в сад и забирать до начала дневного сна. В зависимости от поведения ребенка время пребывания нужно постепенно увеличивать.

Когда Вы уходите – **расставайтесь с ребенком легко и быстро.** Конечно же, Вы беспокоитесь о том, как будет Вашему ребенку в саду, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица вызовут у ребенка тревогу, и он долго не будет Вас отпускать.

Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, уговорите оставить ее переночевать в садике и на утро снова с ней встретиться. Если ребенок не согласится, пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с другими, расспрашивайте, что происходило с игрушкой в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, Вы узнаете много о том, как Вашему малышу удается привыкнуть к детскому саду.

Приучайте ребенка приносить во двор, а в дальнейшем и в детский сад, только те игрушки, которыми он готов поделиться с друзьями. В противном случае малыш прослывет жадиной или все время будет находиться в тревоге за свою любимую игрушку.

Дома постарайтесь побольше играть в подвижные, эмоциональные игры (В пальчиковые, в ладошки, поиграть игрушками в детский сад и т. д.). Поскольку в детском саду ребенок чувствует себя скованно, напряженно, следует снять это напряжение, т. к. в противном случае оно может стать причиной невроза.

Постарайтесь в выходные дни соблюдать режим дня, т. к. маленький ребенок плохо переносит изменения заведенного порядка. Следствием таких изменений могут быть нарушение сна, трудности при засыпании вечером и после обеда.

Самое главное назначение детского сада в том, чтобы дать возможность ребенку общаться и играть со сверстниками. И каким бы ни был детский садик хорошим, не допускайте непоправимую ошибку – **не считайте, что он заменяет семью!**

**Расставаясь, не забудьте заверить ребенка, что Вы его не бросаете, а очень любите и что непременно вернетесь за ним.**

**Поведение родителей по отношению к ребенку, начавшему впервые посещать детский сад**

**Как надо**

1. Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он повзрослел.
2. Создать для него в семье спокойный, бесконфликтный климат.
3. Щадить его ослабленную нервную систему.
4. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизора.

**Как не надо**

1. В присутствии ребенка плохо говорить о детском саде.
2. “Наказывать” ребенка детским садом и поздно забирать домой.
3. Все время кутать, одевать не по сезону.
4. Конфликтовать с ним дома.
5. Наказывать за детские капризы.