***Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду***

* *Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада, в который будет ходить ребенок.*
* *Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.*
* *Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок.*
* *Расширяйте "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.*
* *Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад.*
* *Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день.*
* *В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.*