**Уважаемые родители! Поступление ребенка в детский сад – важное событие в жизни малыша.**

Желательно предварительно познакомиться с воспитателем и няней группы, в которую будет ходить Ваш ребенок, рассказать о его особенностях, привычках, интересах, узнать, чем занимаются дети в детском саду, каков режим, каковы требования и т.д.

Малыш попадает в новые условия. Меняется режим, характер питания, температура помещения, воспитательные приемы, характер общения и т.п. Все это, как правило, приводит к изменению поведения ребенка, нарушая его аппетит, сон, эмоциональное состояние, возможна потеря уже имеющихся навыков.

Состояние эмоционального дискомфорта, переживаемое ребенком, может привести к снижению сопротивляемости организма. Вот почему в период адаптации некоторые дети могут болеть. Привыкание зависит и от индивидуальных особенностей нервной системы ребенка, и от того, из каких условий ребенок приходит в детский сад, что меняется в условиях его жизни.

Обратите внимание на навыки и умения ребенка в самообслуживании. Научите его одеваться, умываться, пользоваться туалетом, самостоятельно есть. Отсутствие этих умений может привести к дискомфортному состоянию, так как привычная потребность ребенка в своевременной помощи со стороны взрослого не будет удовлетворяться. Продумайте до мельчайших деталей всю одежду ребенка: легко ли расстегиваются пуговицы, петельки. По возможности замените сложные застежки на более простые.

Родителям важно знать, что в период адаптации ребенок может быть капризным, раздражительным. Проявите к своему малышу максимум внимания, чуткости. Постарайтесь в этот период оградить ребенка от дополнительных стрессов, нагрузки на нервную систему ( посещение гостей, магазинов, прием у себя гостей и т.п. ). Почаще давайте малышу попить.

Затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук. Поэтому есть смысл предложить ребенку нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики, колесики от пирамидок («бусы»), соединять детальки крупного конструктора типа «Лего», играть резиновыми игрушками – пищалками. Хороший эффект дают игры с водой. Не бойтесь, что ребенок намочит одежду, это можно предусмотреть. Дайте малышу пластмассовые бутылочки с водой, тазик, баночки, и пусть он переливает воду. Это очень успокаивает.

Неплохо, если периодически будет звучать негромкая спокойная музыка.

Лучшее лекарство от стресса – смех. Нужно создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся.

Неплохо принести из дома любимую игрушку.

**Ранний возраст – наиболее ответственный период в жизни человека, в это время закладывается фундамент будущей личности, продолжают формироваться основы физического и психического здоровья.**

**Обязательно интересуйтесь педагогической литературой, изучайте консультации для родителей, наблюдайте за развитием своих детей, размышляйте, советуйтесь.**

**Помогите Вашему малышу привыкнуть к детскому саду.**