**Памятка для родителей**

**по адаптации в детском саду.**

**Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду.**

****

**1. Старайтесь не нервничать , не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует Ваши переживания.**

**2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощаия (чмокнуть в щечку, потереться носами, помахать рукой и т.п.), а также ритуал встречи.**

**3. По возможности приводить малыша в сад должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет не расставаться.**

**4. Не обманывайте ребенка, забирайте домой вовремя, как пообещали.**

**5. Разрешите ребенку брать в детский сад любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме.**

**6. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.**

**7. В выходные дни не меняйте резко режим дня ребенка.**

**8. Не отучайте ребенка от вредных привычек в период адаптации (сосание соски и т.п).**

**9. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.**

**10. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, театра.**

**11. Будьте терпимей к его капризам.**

**12. Не "пугайте" и не наказывайте детским садом.**

**13. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малыш.**

**14. Не скупитесь на похвалу.**

**15. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.**

Радуйтесь прекрасным минутам общения со своим малышом!

*По материалам программы психолого-педагогического споровождения*

*адаптации детей при поступлении в детский сад И.В. Лапиной.*