Консультация для родителей:

*«Адаптация ребенка в детском саду».*

Ваш малыш скоро пойдет в детский сад. Вы очень переживаете, как он будет привыкать к новому окружению, обстановке, понравится ли ему в саду...
Адаптация – это приспособление ребенка к новым условиям. Чтобы помочь своему малышу легче привыкнуть к детскому саду, рекомендуем воспользоваться некоторыми советами:

* Вы должны быть уверенны в необходимости детского сада именно сейчас
* Относитесь положительно ко всему, что касается детского сада
* Заранее посетите территорию детского сада, понаблюдайте за прогулкой детей.
* Расскажите как вы – родители ходили в детский сад, покажите фотографии
* Общайтесь со сверстниками, играйте на детских площадках, в песочницах.
* Н**е** обсуждайте при ребенке проблемы, связанные с детским садом.
* Перестройте режим своего ребёнка под режим детского сада.
* Постепенно предлагайте малышу кушать те продукты и блюда, которые входят в меню детского сада (молочные каши, супы, рубленые мясные изделия, тушёные овощи, запеканки, компоты, кисели).
* Формируйте у ребенка навыки самостоятельности: приучайте его самостоятельно есть, пользоваться горшком, мыть руки и вытирать их полотенцем, одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду.
* Отправляйте малыша в детский сад только при условии, что он абсолютно здоров.
* Разрешите малышу брать с собой в первое время в детский сад любимую игрушку.
* Не оставляйте малыша в саду сразу на целый день. В первую неделю приводите ребенка всего на 1-2 часа, постепенно увеличивая количество времени, которое он проводит в детском саду.
* Расставайтесь с ребенком в садике легко и быстро, и ему будет проще отпустить вас.
* Не делайте перерывы в посещении детского сада.
* Сохраняйте спокойную обстановку для малыша в семье на период адаптации.
* В выходные дни дома соблюдайте приблизительно такой же режим, как в детском саду.
* Помните, что адаптация у детей проходит по-разному и занимает разный период времени.

Будьте терпеливыми и понимающими, и тогда детский сад будет для вашего малыша уютным домом!