**«В детский сад с радостью»**

**Готовимся к посещению детского сада**

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

2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад.

3. Рассказывайте родным и близким в присутствии малыша, что он большой и ходит в детский сад.

4. Расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности, он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя Ваш ребенок, когда пойдет в детский сад.

5. Постепенно приучайте ребенка самостоятельно одеваться и аккуратно принимать пищу, проситься на горшок, …

6. Поговорите о возможных трудностях, к кому он сможет обратиться за помощью (воспитателю), как он это может сделать. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется подождать своей очереди.

7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, помощь другим детям.

8. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по имени. Спрашивайте дома своего малыша о Соне, Саше, Мише. Поощряйте обращения ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в Вашем присутствии.

9. Чем лучше будут Ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и детьми, тем проще будет привыкнуть малышу.

10. Будьте снисходительны и терпимы к другим . Совершенных людей нет. Тем не менее, прояснять ситуации, тревожащие вас, необходимо. Лучше это сделать в мягкой форме и не в режимные моменты.

11. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада. Не пугайте детским садом – место, которым пугают, не может стать любимым и безопасным. Будьте спокойны и вежливы – ваше настроение передается малышу.

12. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь Вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте.

13.  Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой и т.п.), а также ритуал встречи. Избегайте длительных слезных прощаний.

14. Помните, что на привыкание к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои возможности, силы и планы.

15. Если через месяц Ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и постарайтесь выполнить те из них, о которых Вы забыли.

16. Если Вы испытываете потребность в контакте со специалистами, то педагоги и психолог детского сада ждут Вас!

*Помните, что детский сад - это первый шаг в общество, импульс к развитию.*