**Рекомендации по адаптации малыша к детскому саду:**

-надо готовить малыша к посещению: максимально приблизить режим дня дома к режиму детского сада;

-в первые дни посещения (1-2 недели, в зависимости от поведения ребенка) не оставлять его в группе на целый день;

-дома укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном и поговорить о группе, акцентируя внимание на положительных эмоциях; договориться о том, какую игрушку возьмет завтра с собой;

-в выходные дни стоит придерживаться режима дня детского сада, поиграть в игры, заняться теми видами деятельности, что и в детском саду;

-можно дать передышку (1-2 дня), если он категорически отказывается идти в группу. Но все это время надо рассказывать ребенку, какие интересные дела ждут его в садике, что может повлиять на положительное восприятие посещения группы.

**Сами родители должны избегать ошибок, отдавая ребенка в детский сад:**

-в первую очередь, это негативность родителей к негативной реакции ребенка, слезы, истерики и капризы пугают родителей. Но надо помнить, что это нормальная реакция ребенка в период адаптации и при терпеливом отношении родителей она проходит достаточно быстро;

-часто родители наказывают ребенка за капризы и слезы, что совершенно недопустимо, так как усиливает тревогу и негативное отношение к детскому саду. Терпение и помощь ребенку помогут лучше и быстрее пройти сложный период в его жизни. В период адаптации ребенка не стоит планировать важных дел и командировок, так как ребенок может привыкать к новой обстановке 2-3 месяца;

-еще одна ошибка родителей - пребывание в тревожности и обеспокоенности. Испытывая внутренний дискомфорт, родители волнуются, что очень быстро передается детям. Надо избегать разговоров о трудностях малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что ребенок маленький, ничего не понимает, но дети на тонком душевном уровне моментально чувствуют тревогу матери, и это еще больше усиливает детскую тревогу.

-типичной ошибкой является понижение внимания к ребенку, особенно материнское. Мамы, отдав дитя в детский сад, успокаиваются, и стараются выполнить как можно больше других дел. Но в адаптационный период наоборот, надо как можно больше уделять внимание ребенку, чтобы он не чувствовал себя брошенным. Особенно важен телесный контакт с мамой, который значительно меньше уменьшился, надо больше обнимать ребенка, брать на руки, укладывать спать и быть с ним пока не заснет.

-ошибкой родителей также является избегание общения со специалистами детского сада, воспитателями по вопросам воспитания и развития ребенка. Налаживания контактов между взрослыми позволит избежать многих ошибок и принесет только пользу всем участникам педагогического процесса, и больше всех- ребенку.