**Рекомендации.**

Как помочь ребенку адаптироваться в дошкольном учреждении.

1. Прививайте своему ребёнку навыки самообслуживания: учите самостоятельно одеваться и раздеваться, кушать, а самое главное - проситься на горшок.
2. Говоря с ребёнком о детском садике, ваши отзывы должны быть только положительными, с весёлой интонацией и положительными эмоциями.
3. Никогда не выясняйте отношения с воспитателями в присутствии ребёнка и на повышенных тонах.
4. Заочно познакомить ребенка с детским садом во время вашей прогулки.
5. Когда вы вместе с ребенком пришли в детский сад (в первое время), можно немного посидеть с ребёнком, но недолго, иначе ребёнок привыкнет, что в детском саду с ним должна находиться мама, процесс адаптации затянется
6. Прощание с ребёнком не затягивайте, делайте всё без суеты, чётко и уверенно. Хвалите малыша. В период адаптации нужно быть внимательными и чуткими.
7. Играйте с ребенком в "детский сад", рассказывайте ему о детском садике.
8. Учите ребенка знакомиться — сначала вы будете спрашивать детей, как их зовут, и представлять им своего стеснительного кроху, но рано или поздно он начнет брать с вас пример.
9. Постарайтесь расширить круг общения ребенка — чаще ходите с ним в гости, обсуждайте, что делают и как ведут себя дети на детской площадке, поощряйте и поддерживайте его инициативу в общении с окружающими. Учите ребенка общаться!
10. Учите малыша играть!
11. Укрепляйте здоровье ребенка. Многие дети (можно сказать, большинство), которые до начала посещения садика почти не болели, начинают там часто болеть.
12. Познакомитесь с режимом дня того детского садика, в который вы планируете ходить, и постепенно начинайте приучать к нему своего малыша.