**Как помочь ребенку в период адаптации к детскому саду?**

Когда ребенок впервые приходит в детский сад, он попадает в непривычную обстановку, которая становится причиной эмоционального напряжения. Основная задача родителей на этом этапе помочь малышу справиться со стрессом и адаптироваться к новым условиям.
1. Начинайте привыкание до того, как ребёнок начнёт ходить в сад.
2. Знакомьтесь с детским садом заранее.
3. Первые недели в саду самые сложные, поэтому время нахождения без сопровождения в саду нужно увеличивать постепенно.

 Общая схема выглядит примерно так:
1-2 неделя — ребёнок остается до обеда;
2-3 неделя — ребёнок остается на сон;
3-4 неделя — ребёнок остается на полный день.

В зависимости от особенностей ребёнка, весь процесс может либо ускориться, либо, наоборот, замедлиться. Один ребенок спустя полмесяца остается на полный день, а кому-то и месяца мало.
Основной показатель успешной адаптации – поведение ребенка в группе. Если ваш ребёнок через 15 минут уже весело играет, **процесс привыкания идёт как надо**. Важно учитывать индивидуальные особенности ребёнка и отслеживать, как он чувствует себя в группе после ухода родителей. Такие моменты отслеживает воспитатель.
Старайтесь ходить постоянно, в этом случае адаптация будет проходить продуктивнее (не касается моментов, когда ребёнок болеет).
4. Как правильно забирать из детского сада. Обязательно хвалите ребёнка за то, что он стал взрослым и ходит в садик. Интересуйтесь, как прошёл день. Рассказывайте о своих делах. Вы будете знать настроение ребёнка и то, что у него теперь тоже есть свои «дела». Акцентируйте внимание на положительных и интересных моментах в саду.

Уважаемые родители, помните, детский сад позволяет детям стать более самостоятельными и независимыми.