**Памятка «Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?»**

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

2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой), а также ритуал встречи.

3. По возможности приводить малыша в ясли должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привык­нет расставаться.

4. Не обманывайте ребенка, забирайте домой вовремя, как пообещали.

5. Разрешите ребенку брать в детский сад любимые игруш­ки, предметы, напоминающие о доме.

6. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.

7. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.

8. Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптацион­ный период (сосание соски, качание).

9. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.

10. На время прекратите посещение с ребенком многолюд­ных мест, цирка, театра.

11. Будьте терпимее к его капризам.

12. «Не пугайте», не наказывайте детским садом.

13. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вме­сте, каждый день читайте малышу.

14. Не скупитесь на похвалу.

15. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

Радуйтесь прекрасным минутам общения со своим малышом!