**Как помочь ребёнку привыкнуть к детскому саду.**

**1. К детскому саду ребенка нужно готовить: рассказать, что такое** детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад.

* **2. И дома, и в саду говорите с ребенком спокойно, уверенно.**  Хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую кроха берет с собой в садик. Видя, что зайчик «так хочет в сад», малыш заразится его уверенностью и хорошим настроением.
* **3. Не нарушайте привычки на первых порах, даже плохие** (сосание пальца, соски и т.п.). Так вы добавляете еще один стресс вашему ребенку. Подождите, пока ребенок адаптируется к садику, тогда займитесь привычками, если не сделали этого раньше.
* **4. Пусть ребёнка отводит тот, с которым ему легче расстаться.**
* **5. Максимально сократите время переодевания и прощания.** (до 2-х, 3-х минут)
* **6. Не говорите о том, что будете скучать**.

**7. Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда**. Ребёнку легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту.

**8.Твердо выполняйте обещания, забирайте в назначенное время.**

* **9. У вас должен быть свой ритуал прощания** (например, поцеловать, помахать рукой, сказать «пока»). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. «Ритуал» - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

- на три минутки берет ребенка на руки;

- целует и говорит, куда уходит и когда придет;

- просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.);

- говорит «спасибо» и «пока-пока»;

- если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;

- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;

- уходит.