

**Советы педагога-психолога для лучшей адаптации ребенка в детском саду.  
Как лучше вести себя с ребенком, когда он только пошел в детский сад?**

-Прежде всего, спокойно и уверенно. Не тревожиться по пустякам. Нормально, если ребенок плачет в Вашем присутствии и быстро успокаивается, когда Вы уходите. При повышенной тревоге матери, ребенок легко заражается этой тревогой и начинает ожидать опасностей. Разрешите свои тревоги с работниками детского сада в отсутствие ребенка.

-Ребенку в группу в первые дни можно давать свою игрушку или мамину вещь, за которой она должна прийти (перчатка, сумочка, платок). Некоторые специалисты рекомендуют давать ключ от квартиры, без которого они не смогут зайти домой (на самом деле, это может быть не тот ключ, но следует сделать вид, что Вы открываете ключом квартиру); или написать записку, когда мама сможет забрать ребенка. Эту записку ребенок носит в кармане, и, хотя читать не умеет, она доставляет ему удовольствие и вселяет спокойствие.

-Дома постараться побольше общаться с ребенком, переложив свои дела на других членов семьи (или сделав их заранее). Он все равно Вас вынудит с ним общаться, поэтому лучше это спланировать заранее. Расспрашивайте о детском саду, выражайте удовольствие его поведением, поделками, настраивайте положительно на завтрашний день: «Ты пойдешь в детский сад, где сможешь кататься на горке, качаться на качели, посмотреть хомячков».

Обязательно выполняйте свои обещания, если пообещали забрать пораньше, после сна. Для объяснения, дробите процесс на составные части: покушайте, поспите и я сразу же приду. В первые дни лучше забирать раньше всех, пока ребенок не начал плакать от обиды, что других детей забирают, а его - нет. Не сразу с первого дня следует оставлять ребенка надолго одного в детском садике.

**Режим дня малыша можно организовать следующим образом:**

1 неделя: ребенок находится в садике полтора-два часа с 10 до 12. Завтрак - дома, а после прогулки - домой.

2 неделя: после прогулки добавить обед. Малыша не следует оставлять одного на тихий час.

3 неделя: ребенка можно оставлять на тихий час, но следует забирать раньше, одного из первых.