**Предлагаем вам несколько советов по преодолению трудностей адаптационного периода**

         Не забудьте заранее познакомиться с режимом детского сада и максимально приблизить к нему условия воспитания в семье (более ранний подъём, время дневного сна и приёма пищи и т.д.).
         Для того, чтобы помочь малышу преодолеть коммуникативный барьер, целесообразно постараться научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей, подождать, пока другой ребёнок поиграет и т.п.). При предварительном знакомстве с обстановкой в группе, постарайтесь положительно настроить малыша (как много детей, много игрушек, дети весело играют и пр.).

         Безусловно, время пребывания ребёнка в детском саду в период адаптации строго индивидуально. Однако не следует в первый же день оставлять малыша надолго.

Специалисты-психологи рекомендуют следующую примерную схему:

1-2 день – оставьте ребёнка на 2-3 часа. Постарайтесь прийти к дневной прогулке, погулять вместе со всеми и уйти домой обедать. Находиться с ребёнком в группе, кормить его, а тем более укладывать спать не стоит. Малыш должен знать, что это должен делать воспитатель.

3-6 день – заберите ребёнка сразу после обеда, до сна. Лучше рассчитать время так, чтобы прийти до окончания обеда и подождать в раздевалке, не показываясь малышу (опоздай Вы немного, и крохе придётся пережить несколько неприятных минут тревожного ожидания мамы). Со вторника второй недели (после выходных, в понедельник, всё ещё щадящий график) малыш уходит домой в полдник. И лишь с третьей недели можно оставлять ребёнка на целый день.

         В период адаптации необходимо быть особенно внимательным и чутким к малышу. Ежедневно расспрашивайте о жизни детского сада. Удивляйтесь, радуйтесь успехам Вашего малыша и обязательно хвалите его. Ваши беседы должна быть наполнены положительными эмоциями. Малышу очень важно знать, что значимые для него взрослые принимают его всерьёз, относятся с уважением к его проблемам, внимательно и с интересом его слушают, а то, что он говорит, оказывается действительно важным.