**Полезная информация для родителей**

**Режим посещения детского сада на период адаптации**

Первые дни ребёнка приводят в садик на 1,5 – 2 часа (если разрешает воспитатель)

Как один из вариантов – ребёнка приводят на 1 – 1,5 часа на прогулку, затем он начинает оставаться в группе до обеда

В идеале привыкание к садику должно быть постепенным, при этом необходимо учитывать пожелания ребенка.

* сначала Вы полгода ходите в группу кратковременного пребывания вместе с ним;
* затем около двух недель приводите ребёнка на прогулку;
* далее еще две недели он приходит в садик с утра на 2 часа;
* потом в течение 2-3 недель малыш остается только до обеда;
* затем еще 1-2 недели Вы забираете его сразу после сна.

**Советы родителям**

* Не стоит устраивать долгое прощание с ребенком перед группой;
* Твердо и уверенно скажите ребёнку, что сейчас Вы оставите его и придете за ним на прогулке (после обеда, сна), и сразу же уходите. Можете договориться о «прощальном ритуале», например, о том, что обязательно помашете ему в окошко.
* Если расставание с мамой проходит очень тяжело, пусть в садик его попробует отводить кто-то другой (например, папа, бабушка).

Говорите малышу, как Вы рады, что он уже такой большой и самостоятельный, что ходит в детский сад. Расскажите об этом Вашим родственникам и друзьям, и пусть он слышит, как Вы им гордитесь!

**Как долго может протекать адаптационный период?**

Это зависит и от характера, и от темперамента, и от состояния здоровья ребёнка.

Считается, что адаптация к садику в среднем длится 1-2 месяца, но у кого-то этот период может растянуться на полгода и больше.

Самое главное – Ваше эмоциональное состояние!

Принимаете ли Вы для себя то, что Ваш ребёнок будет посещать детский сад?

Если для Вас садик – это новый этап в жизни Вашего ребенка, Вы уверены в необходимости его посещения, в том, что ребенку там будет хорошо, - эти же чувства будут передаваться и малышу!

Подготовил: педагог-психолог

МКДОУ детский сад №22 «Улыбка»

Авралова Евгения Игоревна