**ПАМЯТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

## Чего нельзя делать ни в коем случае:

* + **Нельзя наказывать** или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад!

Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не

эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держать слово».

Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придёте.

* + **Нельзя пугать детским садом** («Вот будешь себя плохо вести, опять в [детский сад](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fmoikompas.ru%2Ftags%2Fdetskiy_sad) пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
  + **Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке**. Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.
  + **Нельзя обманывать ребенка**, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

## Советы родителям:

1. В первую очередь родители должны познакомиться с воспитателями.
2. Приблизительно за месяц можно начинать подготавливать ребенка

психологически - рассказать про то, что такое детский сад, кто туда ходит, что там происходит, желательно, как можно чаще гулять около него, чтобы малыш привыкал к территории. Однако одновременно с этим нужно не

перестараться - не стоит слишком часто акцентировать внимание на

предстоящем событии, что может вызвать у ребенка страх и неуверенность в собственных силах.

1. К режиму детского сада необходимо подготовиться также

заблаговременно - обычно детей приводят к 8-9 утра, а забирают до 6 вечера, тихий час - с 13 до 15. Далеко не все дети привыкли вставать в 7 утра,

поэтому перестраиваться под новый лад нужно начинать как минимум за 2-3 месяца. Отправляться ко сну лучше в 21.00.

1. В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией, можно постепенно увеличивать время пребывания в детском саду (режим подбирается индивидуально для каждого ребёнка с воспитателем).
2. Еда в детском саду отличается от домашней, поэтому родителям стоит заблаговременно подготовить ребёнка, приучая его к обычной и здоровой пище - супам, кашам, салатам и т.д.
3. Стоит заранее приучать ребёнка к самостоятельности и навыкам самообслуживания.
4. Собираясь в детский сад, можно и даже нужно разрешать ребенку брать с собой какие-либо игрушки, чтобы он привнёс туда «частичку» родного дома.
5. Во время прощания с мамой часто ребенок начинает капризничать - держится всеми силами за маму, иногда даже громко кричит, рыдает и устраивает истерики. Нужно спокойно поцеловать малыша, помахать ему

рукой и "передать" в надежные руки воспитателя (если он сам отказывается идти). Обычно дети, особенно раннего возраста, плачут минут 5-10 и успокаиваются.

1. В первые несколько дней ребенок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации ребенку просто необходимо «выпускать» эмоции в

привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бегает — это ему

необходимо.

1. Когда ребенок находится вне детского сада, родителям нужно стараться посвящать ему как можно больше времени - гулять, играть, разговаривать.
2. Будьте в контакте с воспитателями – интересуйтесь поведением ребёнка в саду, его отношениями с взрослыми и сверстниками, обсуждайте возникающие проблемы.

