**** Как надо родителям готовить ребенка
 к поступлению в детский сад

* *Не обсуждать при малыше волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.*
* *Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогнатическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.*
* *Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.*
* *Заранее узнать все новые моменты в режиме дня детского сада и ввести их в режим дня ребенка дома.*
* *Повысить роль закаливающих мероприятий.*
* *Познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.*
* *Стараться отдать ребенка в группу, где у него есть знакомые ровесники, дети, с которыми он раньше играл дома или во дворе.*
* *Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.*
* *Раскрыть малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.*
* *Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.*
* *Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.*
* *Готовить вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.*
* *Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.*
* *Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организационного коллектива у Вас была бы возможность оставлять там его не на целый день.*
* *Все время объяснять ребенку, что он для Вас, как прежде, дорог и любим Вами.*

**** Как надо вести себя родителям с ребенком,

 когда он начал посещать впервые детский сад

* *Настроить ребенка на мажорный лад. Внушить ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.*
* *Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.*
* *Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.*
* *Щадить его ослабленную нервную систему.*
* *На время прекратить походы в цирк, театр, гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.*
* *Как можно раньше сообщить врачам и воспитателям о личностных особенностях малыша.*
* *Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо, в соответствии с температурой в группе.*
* *Создать в воскресные дни дома для него такой же режим, как и в детском учреждении.*
* *Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать за детские капризы.*
* *Расставайтесь с ребенком в детском саду с довольной улыбкой, без длительных объятий и поцелуев. Поцелуйте ребенка, скажите, что Вы зайдете за ним после, и, улыбаясь, уходите, независимо от того, кричит он или умоляет Вас остаться.*
* *Уходите всегда открыто. Всегда следует сказать, что Вы уходите, но вернетесь позже.*
* *Дайте ребенку свои фотографии. Особенно хороши будут те, где Вы сфотографированы на рабочем месте. Они будут напоминать малышу, что Вы тоже сейчас работаете.*
* *Пусть возьмет с собой маленькую любимую игрушку. Это часто действует успокаивающе.*
* *Неожиданным, но действенным средством может оказаться след Вашей губной помады на руке ребенка. Это будет напоминать ему о вас, и ребенок не почувствует себя одиноким.*

Техника позитивного расставания

Умные советы для пап и мам

****

 Обеспечьте малышу ***эмоциональную стабильность*** утром (встаньте раньше, спокойно готовьтесь к посещению детского сада, будьте доброжелательны и приветливы с ребенком).

 Выберите в семье ***гаранта*** позитивного расставания (пусть малыша отводит тот, с кем ребенок расстается спокойно, без слёз).

 Позвольте малышу взять в детский сад эмоциональный ***якорь*** (например, маленькую игрушку, которая поможет ребенку пережить разлуку с близкими).

 С ребенком обязательно надо попрощаться, но помните о ***золотой середине,*** прощание должно быть кратким и приятным, не затягивайте расставание. Не уходите не прощаясь.

 Разработайте ***ритуал*** прощания (воздушный поцелуй, рукопожатие, объятия, особые словечки).

 Выберите удобные ***точки отсчета,*** уходя, говорите «приду за тобой после обеда, после сна...».

 Найдите ***«прощальное окошко»,*** откуда можно выглянуть и помахать рукой.

И улыбнитесь друг другу!