**Памятка для родителей по адаптации в детском саду.**

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует Ваши переживания.
2. Больше всего родитель и ребёнок расстраиваются утром при расставании. Вот несколько советов:

- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.

- Обязательно скажите, что вы придёте и обозначьте когда.

-Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, потереться носами, помахать рукой и т.п.), а также ритуал встречи.

1. Приучайте к навыкам самообслуживания.
2. Призовите на помощь сказку или игру:

Вы можете придумать сказку о том, как мишка пошел в сад. Как ему там понравилось, сначала было неуютно и немного страшно, но он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками. И в ней ключевым моментом является возвращение мамы за ребёнком. Ни в коем случае не прерывайте повествования пока не настанет этот момент!

1. Поверьте, что малыш вовсе не «слабое» создание. Адаптационная система ребёнка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать. Парадоксально, но факт, это хорошо, что кроха плачет. Плач - помощник нервной системы, он не даёт ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребёнка за нытьё.
2. Не обманывайте ребенка, забирайте домой вовремя, как пообещали.
3. Разрешите ребенку брать в детский сад любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме.
4. В присутствии ребенка нельзя делать критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
5. Приучайте к режиму дня, а в выходные дни не меняйте резко режим дня ребенка.
6. Не отучайте ребенка от вредных привычек в период адаптации (сосание соски, памперсы и т.п).
7. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
8. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, гостей.
9. Сократите просмотр телевизора —мерцание экрана неблагоприятно влияет на нервную систему ребёнка.
10. Не «пугайте» и не наказывайте детским садом.
11. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.
12. После посещения детского сада наберите ванну тёплой воды или включите душ, положите ребёнку игрушки, дайте губку. Ничего так не успокаивает как звук струящейся воды.
13. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.
14. Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей.

**ПРАВИЛА ВНУТРЕННЕГО РАСПОРЯДКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.**

       Уважаемые родители!

* Прием детей осуществляется ежедневно с 7:00 до 8:30, кроме выходных и праздничных дней.
* Если Вы привели ребенка после начала какого-либо режимного момента, пожалуйста, разденьте его и подождите вместе с ним в раздевалке до ближайшего перерыва.
* Педагоги готовы беседовать с Вами о Вашем ребенке утром до 8.15 и вечером после 17.30. в другое время педагог работает с группой детей и отвлекать его нельзя.
* Все дети возвращаются с летних каникул  со справкой об отсутствии контактов с инфекционными больными и о состоянии здоровья из поликлиники.
* Не приводить больного ребёнка в детский сад и своевременно сообщать о причинах непосещения воспитателю.
* Если ребёнок не посещает детский сад три дня и более, то он принимается в детский сад только с медицинской справкой!
* Оплата за детский сад производится в течение 3-х дней после выдачи квитанции.
* Спорные и конфликтные ситуации нужно разрешать в отсутствии детей.
* Помните, что в детском саду Вы можете обратиться за консультацией и индивидуальной помощью по всем интересующим Вас вопросам относительно воспитания ребенка.
* Просим Вас проследить, чтобы в карманах ребенка не было острых, режущих и колющих предметов, а также монет и других мелких предметов.
* Просим не давать ребенку в детский сад жевательную резинку, конфеты, чипсы.
* Не рекомендуем надевать ребенку золотые и серебряные украшения, давать с собой дорогостоящие игрушки.
* В группе детям не разрешается бить и обижать друг друга, брать без разрешения личные вещи, в том числе и принесенные из дома игрушки других детей, портить и ломать результаты труда других детей. Детям не разрешается «давать сдачи», так же, как и нападать друг на друга. Это требование продиктовано соображениями безопасности каждого ребенка.
* За игрушками, принесенными из дома, ребенок должен следить сам, воспитатели за эти игрушки не несут ответственности.

***Для создания комфортных условий пребывания ребенка в ДОУ необходимо:***

* Не менее 2-х комплектов сменного белья: шорты,  трусики,  колготки, носки, футболки с короткими и длинными рукавами, теплая кофта.
* Комплект  белья для сна (пижама).
* Чешки для музыкальных занятий.
* Белье, одежда и прочие вещи должны быть подписаны!
* Перед тем, как вести ребенка в детский сад, проверьте, соответствует ли его костюм времени года и температуре воздуха. Проследите, чтобы одежда не была слишком велика или мала и не сковывала его движений. Застежки должны быть удобными, чтобы ребенок мог самостоятельно себя обслужить. Обувь должна быть легкой, теплой, точно соответствовать ноге ребенка, легко сниматься и надеваться.
* Слюнявчики (кому необходимо)

Ребенок учится тому,   
что видит у себя в дому -   
родители пример ему.   
Кто при жене и детях груб,   
кому язык распутства люб -   
пусть помнит,   
что с лихвой получит от них все то,   
чему их учит.   
Коль видят нас и слышат дети -   
мы за слова свои в ответе и за дела!   
Легко толкнуть детей на нехороший путь.   
Держи в приличии свой дом,   
чтобы не каяться потом!

Себастьян Брандт 

**ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ  ОТ РЕБЕНКА**

1. Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.
2. Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.
3. Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.
4. Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.
5. Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить; это поколеблет мою веру в вас.
6. Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только за тем, чтобы просто расстроить вас. А то затем я попытаюсь достичь еще больших «побед».
7. Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу». Я не имею буквально это в виду. Я просто хочу, чтоб вы пожалели о том, что сделали мне.
8. Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».
9. Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.
10. Не позволяйте моим «дурным» привычкам привлекать ко мне чрезмерную долю вашего внимания. Это только вдохновит меня на продолжение их.
11. Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращу гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.
12. Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с нами становится намного слабее. Будет нормально, если вы предпримите определенные шаги, но поговорите со мной об этом несколько позднее.
13. Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, открыв, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.
14. Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки – смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.
15. Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
16. Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.
17. Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запутан, я легко превращаюсь в лжеца.
18. Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим.
19. Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.
20. Не обращайте слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне чересчур много внимания.
21. Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я вообще перестану задавать вам вопросы и буду искать информацию где-то на стороне.
22. Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.
23. Никогда даже и не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.
24. Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.
25. Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойство. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.
26. Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без понимания и одобрения, но похвала, когда она честно заслужена, иногда все же забывается. А нагоняй, кажется, никогда.
27. Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом. Запомните, что я учусь, больше подражая примерам, а не подвергаясь критике.
28. И кроме того, я вас люблю, пожалуйста, ответьте мне любовью же.