**Памятка для родителей**

**Уважаемые родители!**

**Терпение и спокойствие!**

**Какой бы тип адаптации не был у Вашего ребёнка примерно через 2 месяца острая фаза пройдёт, и он приспособится.**

**Помните, что пропуски сада по болезни влияют на эти сроки.**

**Как помочь ребенку?**

**• Настраивайте кроху как можно положительнее к его поступлению в детский сад.**

**• Объясняйте и демонстрируйте, что мама и папа иногда уходят, но обязательно вернуться.**

**• Давайте понять, что разлука с Вами неизбежна, что очень хорошо, что он дорос до сада и стал таким большим.**

**• Если ребёнок плачет, боится, расстраивается, посочувствуйте ему. Старайтесь избегать фраз «не бойся», «не плачь», «не расстраивайся». Чувство не пройдёт только от того, что родители попросили.**

**• Старайтесь не сравнивать сад с работой. Говоря так, Вы нагружаете ребёнка излишней ответственностью.**

**• Не оставляйте малыша сразу на целый день, постепенно увеличивайте число часов пребывания в детском саду.**

**• Не стоит сильно нервничать и показывать свою тревогу, когда отводите малыша в детский сад. Ребенок будет фиксировать и копировать Ваше поведение.**

**• Никогда не уходите незаметно, не предупредив малыша об этом, Вы рискуете подорвать доверие к себе.**

**• Четко говорите ребёнку, когда именно Вы заберёте его из детского сада.**

**• Не затягивайте прощание с ребенком в раздевалке даже, если он очень расстроен.**

**• Если Вы хотите сделать ребёнку приятное (купить игрушку, шоколадку и т. д., не привязывайте это к уходу из детского сада.**

**• Все время объясняйте чаду, что он для Вас, как раньше, очень дорог и любим.**

**• Не обсуждайте при ребенке волнующие Вас проблемы адаптации к детскому саду, даже если кажется, что малыш не слушает.**

**• Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.**

**• Постарайтесь мудро реагировать на выходки ребенка и не наказывайте его за детские капризы, и ни в коем случае не угрожайте детским садом как наказанием за его непослушание.**

**• Введите некоторые режимные моменты детского сада в домашний режим дня.**

**• На время прекратите походы в многолюдные и шумные места, сократите просмотр телепередач,**

**лучше больше играть в игры дома.**

**• Уделяйте внимание состоянию здоровья Вашего ребенка.**

**• В первое время целесообразно сохранить привычные для ребенка приемы ухода: покачать на ручках, поцеловать и т. д., можно принести любимые игрушки.**

**• Сотрудничайте с воспитателями.**

**Удачи Вам!**