**Памятка для родителей**

***Адаптация***– это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

От того, насколько ребенок в семье подготовлен к переходу в детское учреждение, зависит течение адаптационного периода, который может продолжаться иногда в течение полугода, а также, дальнейшее развитие малыша. Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению его эмоционального состояния.

Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей. Еще до поступления малыша в группу воспитателям следует установить контакт с семьей.

Задача воспитателя успокоить взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

 В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

**Родителям:**

Скоро вам вместе с вашим малышом предстоит начать новую жизнь. Чтобы ребенок вступил в неё радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить ряд рекомендаций:

* Постарайтесь создать в семье спокойную, дружескую атмосферу.
* Установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении.
* Будьте терпеливы.
* Формируйте у ребенка навыки самообслуживания и личной гигиены.
* Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения с взрослыми.
* Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
* Если вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
* Говорите с ребенком короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые и понятные объяснения.
* Спрашивайте у ребенка: «Что ты делаешь»
* Каждый день читайте ребенку. Заботьтесь о том, чтобы у него были новые впечатления.
* Занимайтесь с ребенком совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте…
* Поощряйте любопытство.
* Не скупитесь на похвалу.
* Радуйтесь вашему ребенку!!!

**Рекомендации родителям по вопросам подготовки ребенка к посещению детсада:**

* Ни в коем случае не обсуждайте при ребенке волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
* Не показывайте ему, что вы волнуетесь, боитесь или в чем-то не уверены. Дети в этом возрасте крайне чувствительны к малейшим нюансам нашего настроения легко «считывают» эмоции близких, особенно матери, как бы она не старалась скрыть свое состояние за улыбкой или словами.
* Узнайте заранее все новые моменты в режиме дня в детском саду и введите их в режим дня ребенка заранее, пока он находится дома.
* Как можно раньше познакомьте малыша с детьми в детском саду и воспитателями в группе, куда он в скором времени придет. Очень хорошо, если в группе окажутся дети, с которыми ваш ребенок уже играл раньше, например во дворе.
* Настраивайте ребенка как можно положительнее к его поступлению в детсад.
* Готовьте его к временной разлуке с вами и давайте ему понять, что это неизбежно, потому, что он уже большой.
* Говорите ему о том, как это здорово, что он уже такой взрослый.
* И самое главное – все время объясняйте ребенку, что он для вас, как и прежде, дорог и любим.
* Раскройте малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
* Ни в коем случае не угрожайте ребенку садом, как наказанием за то, что он плохо себя ведет!
* Постарайтесь спланировать свое время так, чтобы в первую неделю посещения детсада ребенок не оставался там более чем 2-3 часа.
* В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для вашего малыша. Щадите его ослабленную нервную систему!
* Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на время отменить походы в кино, цирк, в гости, сократить время просмотра телевизора.
* Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома такой же режим, какой был в детском саду.