***Советы родителям на период адаптации детей к ДОУ.***

* ***В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.***
* ***Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу накануне посещения детского сада***
* ***В выходные дни не меняйте резко режим дня ребенка***
* ***Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период.***
* ***Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.***
* ***На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, сократите просмотр телевизора, старайтесь щадить его ослабленную нервную систему.***
* ***Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.***
* ***Будьте терпимее к его капризам.***
* ***Выполняйте советы и рекомендации воспитателя***
* ***Не наказывайте, « не пугайте» детским садом, забирайте домой вовремя.***
* ***Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез – это может быть вызвано просто плохим настроением***

***Рекомендации родителям, на период когда ребенок начал впервые посещать детский сад***

* Привести домашний режим в соответствие с режимом группы;

* Познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
* Расширять ориентировку ребенка в ближайшем окружении: посещать детские площадки, ходить в гости к товарищу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки и т. п.;
* По возможности приучать ребенка к самостоятельности
при самообслуживании;
* Отправить ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров;
* Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он скоро придет;
* Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад;
* Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за непослушание;
* Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад;
* Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день
* Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
* Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать детей домой;
* Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье;
* Щадить его ослабленную нервную систему;
* Создавать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении;
* Не наказывать ребенка за детские капризы;
* Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы

**Как не надо:**
- отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
- не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка;
- препятствовать контактам с другими детьми;
- увеличивать нагрузку на нервную систему;
- одевать ребенка не по сезону;
- конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

**Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями**

* Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду;
* Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства;

* Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет;
* Принесите в группу свою фотографию;
* Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке);
* Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада;
* После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке;
* Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу;
* Будьте терпеливы.

***Типичные трудности родителей во время\_адаптации ребенка к ДОУ***

* Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не смог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.
* Обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь. Все, что нужно малышу – это адаптация к новым условиям.
* Не стоит планировать важных дел в первые дни пребывания ребенка к детскому саду. Выход на работу лучше отложить. Родители должны знать, что сын или дочь могут привыкать к садику 2-3 месяца.
* Пребывание родителей в состоянии обеспокоенности, тревожности. Они заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли «мамы» и «папы». Прежде всего им надо успокоиться. Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передается им. Родителям очень важно понимать, что ребенок проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы и это еще больше усиливает детскую тревогу.
* Пониженное внимание к ребенку также является типичной ошибкой родителей. Довольные работой ДОУ, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу. Рекомендуется, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

***Когда малыш начинает весело говорить о садике, читать стихи, пересказывать события, случившиеся за день – это верный знак того, что он освоился.***

***Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.***

**Адаптация ребенка к ДОУ.**

**Как вести себя родителям ?**

**Как вести себя с ребенком:**

**- показать ребенку его новый статус (он стал большим);**

**- не оставлять его в детском саду на длительные сроки;**

**- обратить внимание на положительный климат в семье;**

**- следует снизить нервно-психическую нагрузку;**

**- сообщить заинтересованным специалистам об особенностях ребенка, специфике режимных моментов и т.д.;**

**Как не надо вести себя с ребенком:**

**- отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;**

**- не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка;**

**- препятствовать контактам с другими детьми;**

**- увеличивать нагрузку на нервную систему;**

**- одевать ребенка не по сезону;**

**- конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы**