Памятка родителям.

**Как готовить ребенка к поступлению в детский сад.**

* Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и ввести их в режим дня ребенка дома.
* Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.
* Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.
* Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
* Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.
* Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
* Максимально приблизьте меню вашего ребенка к детсадовскому, устраните «кусочничество» между едой.
* "Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
* 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.
* Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
* Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
* Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.
* Повысить роль закаливающих мероприятий.
* Планировать свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком сада, у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.
* В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.
* Отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.

**Фразы, которые ухудшают ситуацию.**

* ***- "Ты же сам говорил (говорила), что хочешь в детский садик (с детками играть), почему ты теперь не хочешь оставаться?"***
* ***- "Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!"***
* ***- "Ну, пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!"***
* ***- "Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!"***
* ***- "Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!".***

Важно помнить: эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК. Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие - капризничает.

**Как вести себя родителям с ребенком, когда он**

**начал впервые посещать детский сад.**

* В выходные дни не меняйте режим дня ребенка
* Не перегружайте малыша в период адаптации.
* Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова.
* Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте.
* Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы.
* Дайте в сад небольшую мягкую игрушку – она будет временным заместителем мамы
* Доброжелательно настраивать ребенка, говорить ему, что это очень хорошо, что он дорос до сада и стал таким большим.
* Первое время не оставлять его на целый день, как можно раньше забирать домой.
* Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
* Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш, и какие замечательные воспитатели там работают.
* Уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости, значительно сократить просмотр телевизионных передач.
* Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям об особенностях ребенка.
* Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
* Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.
* При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.
* Надевайте в садик только ту одежду, в которой ребенок сможет чувствовать себя раскованно и свободно, которую будет в состоянии самостоятельно легко снимать и надевать. Не обязательно она должна быть новой и дорогой. Ни ребенок, ни воспитатель не должны быть озабочены тем, что вещь помнется или испачкается, – это создает дополнительное эмоциональное напряжение.
* Улучшает процесс приспособления "домашняя" наволочка, любимая мягкая игрушка. Купите, по выбору ребенка, красивые две пижамы - одну для дома, другую для садика. Детки привыкают к пижамкам "садика" и скучают по ним.
* Не спешите домой после садика, остановитесь по пути на детской площадке или просто побродите, сопровождая прогулку веселой беседой. Это поможет перестроиться с детского сада на домашнюю обстановку. Обсудите с малышом прошедший день, терпеливо выслушайте его, ответьте на все вопросы и обязательно поддержите, если произошла малейшая неприятность.
* Приведя малыша домой, не бросайтесь сразу выполнять домашние дела. Побудьте с ним вдвоем, поиграйте или почитайте вместе.

**Типичные ошибки родителей.**

* Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию.
* Строгое напоминание о том, что "он обещал не плакать", — тоже абсолютно не эффективно.
* Стоит избегать разговоров о слёзах малыша с другими членами семьи в его присутствии, т.к. дети чувствуют обеспокоенность мамы, и это ещё больше усиливает детскую тревогу.
* Нельзя пугать детским садом ("Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!").
* Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.
* Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро.