**Памятка для родителей №1.**

**«Алгоритм адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения».**

Уважаемые родители!

Скоро Вам вместе с малышом предстоит начать новую жизнь. Чтобы Ваш ребенок быстро и легко привык к новому образу жизни, чтобы чувствовал себя в группе уверенно и комфортно, мы просим Вас о сотрудничестве в период его адаптации к новым условиям.

1. первое знакомство ребенка с детским садом проведите заочно по фотоальбому.
2. приведите ребенка несколько раз на утреннюю и вечернюю прогулку, так ребенок будет проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Малыш должен видеть, как мамы и папы приходят за детьми.
3. приводите ребенка в группу, когда остальные дети гуляют, дайте ему возможность освоить новую обстановку.
4. первую неделю приводите ребенка к 9 часам, чтобы он не видел слез и отрицательных эмоций у других детей при расставании с мамой. Желательно, чтобы малыш был накормлен.
5. первую неделю советуем маме находиться в группе вместе с малышом, чтобы он чувствовал себя спокойнее. После утренней прогулки мама забирает ребенка домой.
6. вторую неделю пребывания ребенка в детском саду, малыш остается в группе в течении такого же времени, что и в первую неделю, но без мамы.
7. желательно, чтобы мама приходила к концу утренней прогулки и ребенок обедал в ее присутствии.
8. третью и четвертую неделю предлагаем ребенку остаться на дневной сон и просим родителей забирать малыша вскоре после дневного сна.

**Памятка для родителей №2.**

Уважаемые родители!

Прислушайтесь к совету психолога, врача, и адаптация Вашего малыша к условиям дошкольного учреждения пройдет менее болезненно.

1. постарайтесь создать в семье спокойную атмосферу.
2. установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении.
3. формируйте у детей навыки самообслуживания личной гигиены.
4. домашний режим должен соответствовать режиму дошкольного учреждения.
5. поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
6. перед поступлением в детский сад проведите десятидневный курс витаминотерапии, используйте препараты, улучшающие клеточный обмен и положительно влияющие на снижение заболеваемости в период адаптации (аскорбиновая кислота, тиамин, рибофлавин, пиридоксальфосфат). В последующие полгода повторять такой же курс через каждые 1, 5 месяца.
7. давайте малышу настойку элеутерококка 1 раз утром ежедневно в течении первого месяца посещения детского сада.
8. если у Вас есть какие-либо вопросы по проблемам детского сада, не обсуждайте это при ребенке, но обязательно поделитесь с сотрудниками нашего учреждения.

## Памятка №3.

## «Как же надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад?»

* Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.
* Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
* Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.
* Устранить устраняемые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды.
* Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.
* Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
* Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.
* Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.
* Повысить роль закаливающих мероприятий.
* Оформить в детский сад по месту жительства.
* Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.
* Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
* Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.
* "Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
* Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
* 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.
* Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.
* Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного 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.

**Памятка №4.**

## ****«Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад?»****

* + Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
  + Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
  + Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
  + Щадить его ослабленную нервную систему.
  + Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
  + Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
  + Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
  + Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
  + 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.
  + При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.