**Памятка родителям**

**по сопровождению процесса адаптации ребёнка**

**Как вести себя с ребёнком:**

·         Показать ребёнку его новый статус (он стал большим);

·         Не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни;

·         Обратить внимание на положительный климат в семье;

·         Следует снизить нервно – психическую нагрузку;

·         Сообщить заинтересованным специалистам о личностных особенностях ребёнка, специфике режимных моментов и т. д.;

·         При выраженных невротических реакций не посещать учреждение несколько дней.

**Как не надо себя вести:**

·         Отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;

·         Не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребёнка;

·         Препятствовать контактам с другими детьми;

·         Увеличивать нагрузку на нервную систему;

·         Одевать ребёнка не по сезону;

·         Конфликтовать дома, наказывать ребёнка за капризы.

**Что делать, если ребёнок начал ходить в детский сад:**

1.      Установите тесный контакт с работниками детского сада.

2.      Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно.

3.      Не оставляйте ребёнка в саду более чем на 8 часов.

4.      Сообщить воспитателям о привычках и склонностях ребёнка.

5.      С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.

6.      Поддерживайте дома спокойную обстановку.

7.      Не перегружайте ребёнка новой информацией.

8.      Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.