**Если завтра в детский сад**

**Памятка № 2 по адаптации для родителей детей**

**раннего возраста**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ÐÐ°ÑÑÐ¸Ð½ÐºÐ¸ Ð¿Ð¾ Ð·Ð°Ð¿ÑÐ¾ÑÑ Ð¼Ð°Ð¼Ð° Ð³Ð¾Ð²Ð¾ÑÐ¸Ñ  Ð´Ð¾ÑÐºÐ¾Ð»ÑÐ½Ð¸ÐºÑ | 1 | Скажите ребенку заранее, что **завтра вы на некоторое время пойдете в детский сад**, чтобы там немного поиграть. |
| ÐÐ°ÑÑÐ¸Ð½ÐºÐ¸ Ð¿Ð¾ Ð·Ð°Ð¿ÑÐ¾ÑÑ ÑÐ°Ð³ Ð·Ð° ÑÐ°Ð³Ð¾Ð¼ | 2 | **Запланируйте постепенность привыкания** ребенка к пребыванию в ДОУ. Пусть в первые дни это будет какое-то короткое время (оно разное для разных детей), затем его можно постепенно увеличивать и в течение месяца довести до полного дня. |
| ÐÐ¾ÑÐ¾Ð¶ÐµÐµ Ð¸Ð·Ð¾Ð±ÑÐ°Ð¶ÐµÐ½Ð¸Ðµ | 3 | **Скажите ребенку**, после какого режимного момента (после завтрака, после прогулки, после сна.) его заберут из детского сада. Очень важно сдержать данное обещание, так как ребенок будет ждать. |
| ÐÐ¾ÑÐ¾Ð¶ÐµÐµ Ð¸Ð·Ð¾Ð±ÑÐ°Ð¶ÐµÐ½Ð¸Ðµ | 4 | Предложите ребенку **взять с собой любимую игрушку**, она придаст ему уверенности и привычности.  |
| ÐÐ°ÑÑÐ¸Ð½ÐºÐ¸ Ð¿Ð¾ Ð·Ð°Ð¿ÑÐ¾ÑÑ Ð¼Ð°Ð¼Ð° Ð² Ð´ÐµÑÑÐºÐ¾Ð¼ ÑÐ°Ð´Ñ | 5 | **Не затягивайте процесс** расставания, это только усугубляет переживания. |
| ÐÐ¾ÑÐ¾Ð¶ÐµÐµ Ð¸Ð·Ð¾Ð±ÑÐ°Ð¶ÐµÐ½Ð¸Ðµ | 6 | Если ребенок с большим трудом расстается с мамой, **попробуйте доверить отвести ребенка в детский сад кому – то другому,** с кем ребенок легче расстается, например – папа, бабушка… |
| ÐÐ°ÑÑÐ¸Ð½ÐºÐ¸ Ð¿Ð¾ Ð·Ð°Ð¿ÑÐ¾ÑÑ Ð¼Ð°Ð¼Ð° Ð²ÐµÐ´ÐµÑ Ð´Ð¾ÑÐºÐ¾Ð»ÑÐ½Ð¸ÐºÐ° Ð² Ð´ÐµÑÑÐºÐ¸Ð¹ ÑÐ°Ð´ | 7 | Осознайте и прочувствуйте **свое собственное эмоциональное состояние.** Помните, что все люди, особенно дети чувствительны к переживаниям других – это доказанный факт. Ваш ребенок чувствует и заражается вашим эмоциональным состоянием. Какое оно у вас, когда вы ведете его в детский сад? Если тревогу чувствует мать, то ребенок наполняется страхом. Если мать **демонстрирует спокойствие и хорошее настроение, то и ребенок спокоен.** Какие эмоции вы хотите передать своему ребенку? Передавайте позитивные!  |
|  | 8 | Если Вы подготовили своего ребенка к адаптации в ДОУ согласно нашей Памятке № 1, имеются все предпосылки, чтобы ваш ребенок успешно привык к новым условиям. **Вы сделали все, что нужно.** Следуйте и этим рекомендациям, и **скоро наш детский сад станет привычным, приятным и интересным местом для вашего ребенка.** |