

Памятка для родителей.

1. Позитивный эмоциональный настрой.

• Не тревожьтесь зря, подготовьте себя морально ко всем проявлениям чувств вашего **ребёнка**. Не показывайте, что волнуетесь. Чрезмерная гиперапека, тревожность **родителей может усложнить** благоприятное прохождение **адаптации**. Дети хорошие наблюдатели и интуитивно развиты, мгновенно чувствуют настроение окружения и подхватывают цепную реакцию.

2. Действовать сообща.

• Прислушивайтесь к рекомендациям педагога-воспитателя и специалистов ДОУ, совместная работа приведёт к хорошим результатам.

• Не скрывайте значимую информацию об особенностях развития вашего **ребёнка**, скрытие важных фактов **усложнит** взаимодействие и усугубит прохождение **адаптации ребёнка**.

3. Самостоятельность и общение.

• **Ребёнку будет проще**, если у него сформированы навыки самообслуживания (одевается или часть гардероба умеет сам одевать, кушает, просится в туалет). Бывает и такое, что малыш не умеет сам себе **помочь**, важно научит **ребёнка просить о помощи взрослого**, если у него что-то не получается. Подготовьте ребенка к общению со сверстниками, научите знакомиться с другими детьми и меняться игрушками.

4. Режим:

• Соблюдайте систематичность и последовательность (не пропускайте детский сад из-за плохого настроения или лени, если это не вызвано болезнью).

• Не перегружайте **ребёнка** после сада развлечениями походы в кино, музей, игровые комнаты, этим вы ещё больше нагружаете нервную систему. Лучше после сада побывать в домашней обстановке.