**Памятка для родителей**

**Общие рекомендации:**

• Детский сад работает 5 дней в неделю с 7.00 до 19.00 часов (в предпраздничный день до 17.00: работа **каждой смены воспитателей** сокращается на 1 час.). Выходными днями являются суббота, воскресенье и общегосударственные праздничные дни.

• Приём детей осуществляется с 7.00 до 8.00 ежедневно, кроме выходных и праздничных дней. Своевременный приход в детский сад - необходимое условие правильной организации воспитательно-образовательного процесса.

• Родители должны передавать детей лично воспитателю. Нельзя без ведома воспитателя забирать детей из детского сада, а также поручать это детям, подросткам в возрасте до 16 лет, лицам в нетрезвом состоянии.

• О невозможности прихода ребёнка в детский сад по болезни или другой уважительной причине необходимо обязательно сообщить в ДОУ.

• В отпуск воспитанник уходит с сохранением места в детском саду, согласно заявления от родителя о приостановлении образовательных отношений.

• Все дети возвращаются со справкой о состоянии здоровья из поликлиники.

• Педагоги готовы пообщаться с Вами утром до 8.15 и вечером после 18.00. В другое время педагог работает с группой детей, и отвлекать его не рекомендуется.

• К педагогам группы, независимо от их возраста, необходимо обращаться на Вы, по имени и отчеству. Конфликтные спорные ситуации необходимо разрешать в отсутствии детей. Если Вы не смогли решить какой-либо вопрос с педагогами группы, обращайтесь к старшему воспитателю или заведующему.

• Просим Вас не давать ребёнку с собой в детский сад жевательную резинку, сосательные конфеты, чипсы и сухарики.

• Настоятельно не рекомендуем одевать ребёнку золотые и серебряные украшения, давать с собой дорогостоящие игрушки.

**Требования к внешнему виду детей:**

• Опрятный вид, застёгнутая на все пуговицы одежда и обувь;

• Умытое лицо;

• Чистые нос, руки, подстриженные ногти;

• Подстриженные и тщательно расчёсанные волосы;

• Чистое нижнее бельё;

• Наличие достаточного количества носовых платков.

**Для создания комфортных условий пребывания ребёнка в ДОУ необходимо:**

• Не менее 2-х комплектов сменного белья: мальчикам - шорты, трусики, колготки; девочкам - колготки, трусики. В тёплое время - носки, гольфы.

• Не менее 2-х комплектов сменного белья для сна (пижама).

• Два пакета для хранения чистого и использованного белья.

• Бельё, одежда и прочие вещи должны быть промаркированы.

Перед тем как вести ребёнка в детский сад, проверьте, соответствует ли его костюм времени года и температуре воздуха. Проследите, чтобы одежда не была слишком велика и не сковывала его движений. Завязки и застёжки должны быть расположены так, чтобы ребёнок мог самостоятельно себя обслужить. Обувь должна быть лёгкой, тёплой, точно соответствовать ноге ребёнка, легко сниматься и надеваться. Нежелательно ношение комбинезонов. Носовой платок необходим ребёнку, как в помещении, так и на прогулке. Сделайте на одежде удобные карманы для его хранения.

Чтобы избежать случаев травматизма, родителям необходимо проверить содержимое карманов в одежде ребёнка на наличие опасных предметов. Категорически запрещается приносить в детский сад острые, режущие, стеклянные предметы (ножницы, ножи, булавки, гвозди, проволоку, зеркала, стеклянные флаконы), а также мелкие предметы (бусинки, пуговицы и т.п.), таблетки.

**Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду**

Адаптационный период - серьезное испытание для малышей 2-3 года жизни. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша. Поэтому мы рекомендуем:
• Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада, в которую будет ходить ребенок.

• Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.

Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок.
Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста, оптимальный вариант: брючки или шорты без застежек и лямок.

• Расширяйте "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.

• Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад.

• Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.

• В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем. В детский сад можно брать с собой любимую игрушку.

• Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первая неделя посещения детского сада должны быть ограничена 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.

• Для предупреждения нервного истощения необходимо делать в середине недели "выходной день" для малыша.

• В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.

• Ребенок должен приходит в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксолиновой мазью.

• Если окажется, что у ребенка развита потребность в сотрудничестве с близкими и посторонними взрослыми, если он владеет средствами предметного взаимодействия, любит и умеет играть стремится к самостоятельности, если он открыт и доброжелателен по отношению к сверстникам, считайте, что он готов к поступлению в детский сад.

**Десять заповедей для родителей:**

1. Не жди, что твой ребенок будет таким как ты. Или таким как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.
2. Не думай, что ребёнок твой: он божий.
3. Не требуй от ребёнка платы за всё, что ты для него делаешь: ты дал ему жизнь, как он может благодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот третьему: это необратимый закон благодарности.
4. Не вымещай на ребёнке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, тои взойдёт.
5. Не относись к его проблемам свысока: тяжесть жизни дана каждому по силам, и будь уверен, ему его тяжела не меньше, чем твоя. А может быть, и больше. Потому, что у него ещё нет привычки.
6. Не унижай!
7. Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребёнка, мучь - если можешь, и не делаешь.
8. Помни - перефразируя одного человека, сказавшего это об отечестве - для ребёнка сделано недостаточно, если не сделано всё.
9. Умей любить чужого ребёнка. Никогда не делай чужому ребёнку то, что не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.
10. Люби своего ребёнка любым: не талантливым, не удачливым, взрослым. Общайся с ним, радуйся, потому что ребёнок - это праздник, который пока с тобой.