Дорогие родители! Для того, чтобы адаптация у Вашего ребенка прошла быстро и легко, необходимо заблаговременно до поступления в детский сад начать подготовку. Данная подготовка включает в себя следующее:

1. Заранее узнать все новые моменты в режиме дня детского сада и максимально приблизить в домашнем режиме дня ребенка, включающий:

- достаточный сон (не менее 9 – 10 часов);

- дневной сон;

- питание (меню максимально приблизить к принятому в детском саду, исключить насильственное кормление – важно, чтобы ребенок ел сам);

- навыки самообслуживания.

2.  Не обсуждать при ребенке волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

3. Создать положительный настрой на пребывание малыша в детском саду (заранее познакомить его с территорией детского сада, например, во время прогулки посетить участок детского сада).

4. Не пугать ребенка детским садом в качестве наказания за проступки или непослушание.

5. Готовить ребенка к временной разлуке с вами и дать понять, что это неизбежно, потому что он уже большой.

6. Уменьшить нагрузку на нервную систему ребенка (сократить время просмотра телепередач, не реагировать на его выходки и не наказывать за капризы, искать компромисс в отношениях с малышом), максимально бережно относиться к ребенку.

7. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.

8.  Водить ребенка в детский сад, согласно графику пребывания. Время, проводимое ребенком в группе, увеличивать постепенно.

9.   Отправлять ребенка в детский сад только при условии, что он здоров.

10. Одевать ребенка в соответствии с температурой в группе и на улице.

11. В выходные дни придерживаться такого же режима дня, как в детском саду.

***Для создания комфортных условий пребывания ребенка в детском саду:***

***Для создания комфортных условий пребывания Вашего ребенка в детском саду:***

1. Одежда: удобная, не сковывающая движений
2. Достаточный запас сменной одежды (майка/ трусики/ футболка/шорты/ штаны/ колготки/ носки)
3. Сандалии (закрытый носок и закрытая пятка)
4. Влажные салфетки
5. Мешочки полиэтиленовые (в шкафчике)
6. Слюнявчик

МАДОУ Центр развития ребенка - Детский сад «Сказка»

***«Готовимся к поступлению в детский сад»***

*советы для родителей*

Подготовила: воспитатель Секачева А.А.

***Детский****сад - новый период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагирует на****детский сад плачем****. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие капризничают и плачут перед входом в группу. Детям любого возраста очень непросто начинать посещать сад. В их жизни все меняется кардинальным образом.****Родителям****важно уделить особое внимание новому этапу жизни ребенка.*

Для того, чтобы адаптация к условиям детского сада у Вашего ребенка прошла быстро и легко, необходимо заблаговременно до поступления в детский сад начать подготовку:

1. Настраивайте малыша как можно положительнее к его поступлению в **детский сад**.

2. Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.

3. Объясняйте и демонстрируйте, что мама и папа иногда уходят, но обязательно вернутся. Дайте понять, что разлука с Вами неизбежна, что очень хорошо, что он дорос до сада и стал таким большим.

4. Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера обговорить, какие игрушки он возьмет с собой, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

5. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку, вызывающую у него теплые чувства и ассоциирующуюся с домом. Пусть игрушка *«ходит в садик»* вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в **детском саду**, кто с ней дружил, не было ли ей грустно.

6. Создайте свой ритуал прощания. Договоритесь заранее с ребенком, например, о том, что вы поцелуете его или пошлете воздушный поцелуй, помашете, так ему будет проще отпустить вас.

7. Не оставляйте малыша сразу на целый день, постепенно увеличивайте время пребывания в **детском саду**.

8. Никогда не уходите незаметно, не предупредив малыша об этом, вы рискуете подорвать доверие к себе.

9. В выходные дни придерживайтесь режима дня, принятого в ДОУ, повторяйте все виды деятельности.

10. Все время объясняйте ребенку, что он для вас, как раньше, очень дорог и любим.

11. Занимайтесь вечерами с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте.

12. Научите элементарным навыкам самообслуживания: одеваться, раздеваться при помощи взрослых, умываться, есть, проситься и ходить в туалет.

13. Уделяйте внимание состоянию здоровья вашего ребенка.

14. Не обсуждайте при ребенке волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

15. Будьте терпимее к капризам.

16. Не наказывайте, *«не пугайте»* **детским садом**, забирайте вовремя.

17. Не обещайте забрать его до сна, и понимать что этого не будет- потеряете доверие в глазах ребенка.

18. Расскажите воспитателю заранее об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

19. Имейте в виду, что проблемы **адаптации** ребенка в садике могут возобновиться после праздника, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. В этом случае необходимо проявлять гибкость, в особо сложных случаях можно вновь сократить время пребывания ребенка в **детском саду** либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.

*Надеемся, наши советы помогут Вам, и Ваш малыш с радостью и удовольствием будет находиться в новом****детском коллективе****.*