***ГОТОВИМСЯ ИДТИ В ДЕТСКИЙ САД.***

Уважаемые родители!

Мы рады, что Ваш ребенок будет посещать наше дошкольное учреждение. Чтобы детский сад действительно оказался приятным и полезным местом для вашего ребенка, нужно хорошо подумать и понять, для чего именно он нужен Вам и вашему ребенку. Спокойно оценить все плюсы и минусы того или иного решения; настроиться на то, что посещение детского сада и адаптация к нему малыша – значительная и важная работа, которая может и должна закончится успехом.

Постепенно, без спешки, но настойчиво и последовательно готовьте малыша к детскому саду.

* Увеличьте круг общения вашего малыша с взрослыми и детьми.

Пусть малыш узнает, что на свете есть и другие хорошие взрослые люди кроме мамы и папы, бабушки и дедушки. Гуляя с ребенком на детской площадке, время от времени обращайте внимание на то, чем заняты другие дети. Опыт общения с посторонними взрослыми и детьми имеет огромное значение для благополучной адаптации к детскому саду.

* Ребенок, который отправился в детский сад, должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.

Приучайте ребенка мыть руки и лицо, пользоваться полотенцем; пользоваться ложкой, салфеткой; пить из чашки; пользоваться носовым платком; проситься на горшок и пользоваться им. Привлекайте и поощряйте стремление самостоятельно одеваться и раздеваться, соблюдая определенную последовательность; складывать одежду на стульчик; убирать на место игрушки и вещи.

Постепенно отучайте от пустышки.

* Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша.

С приходом в детский сад снижается иммунитет из-за резкой смены обстановки. Используйте летний период, для оздоровления. Воздух, солнце, вода, физическая активность и витамины помогут в этом. Если Вы решили закалять ребенка, лучшее время – начало лета. Водные процедуры, хождение босиком, гимнастика, массаж – и Ваш ребенок получит запас прочности перед предстоящим испытанием адаптацией. Одевайте малыша по погоде.

* Начиная подготовку малыша к походу в детский сад, придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду.

Примерный режим дня:

## Прием детей, игры 7.00-8.30

Завтрак 8.30-9.00

Занятия 9.00-10.10

Прогулка 10.10-12.30

Обед 12.30-13.10

Сон 13.10-15.00

Подъем, оздоровление,

Гигиенические процедуры,

полдник 15.00-16.10

Активное бодрствование 16.00-17.00

Ужин 17.00-17.30

Игры, уход домой 17.30-19.00

Каждый день понемногу сдвигайте все дела таким образом, чтобы, в конце концов, приблизиться к садиковскому режиму.

* Заранее знакомьте ребенка с детским садом.

Рассказывайте малышу о том, что скоро в его жизни начнутся перемены. В детском саду дети играют, танцуют, поют, рисуют и лепят. Постарайтесь нарисовать привлекательную картину. Сообщите ребенку, что он уже большой, многому научился, и он будет ходить в детский сад как мама с папой на работу.

* Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно. на 2-3 часа.

Не торопитесь выходить на работу, т.к. возникнет необходимость забирать ребенка в разное время, пока он полностью не адаптируется и его эмоциональное состояние окончательно не выровняется. В первые дни обилие новых впечатлений вызывает у ребенка сильную усталость.

* ***При возникновении вопросов о подготовке ребенка к детскому саду, его адаптации обратитесь к педагогу и психологу детского сада.***

ДЕТСКИЙ САД МОЖЕТ И ДОЛЖЕН ПРИНОСИТЬ РЕБЕНКУ РАДОСТЬ. ПУСТЬ НЕ СРАЗУ, НО ОН ПРЕВРАЩАЕТСЯ ДЛЯ МАЛЫША В ПРИВЫЧНЫЙ, ХОРОШО ЗНАКОМЫЙ И УЮТНЫЙ МИР. ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО СТАЛО ТАК БУДЬТЕ ТЕРПЕЛИВЫ, ВНИМАТЕЛЬНЫ, АКТИВНЫ. В ВАШИХ СИЛАХ СДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ РЕБЕНКА СЧАСТЛИВОЙ, ИНТЕРЕСНОЙ, НАСЫЩЕННОЙ!

Мы ждем Вас и Вашего малыша в нашем детском саду!

***Первый раз в детский сад!***

## Первое сентября традиционно дает старт новому этапу в жизни молодого поколения. Одни начинают учиться в университетах, другие в выпускных классах, третьи - первый раз переступают порог школы. Но есть еще одна категория «стартующих» - малыши идут первый раз в детский сад. И для них и тем более для их родителей - это очень важный день.

Ребенок, до этого момента бывший центром вселенной своей семьи, открывает для себя новый мир, где таких как он много, где необходимо следовать правилам и подчиняться требованиям.

Переход из тепличных домашних условий к жизни в обществе для маленького человечка связан со стрессом. Святая обязанность родителей – сделать его менее болезненным, сократить время адаптации ребенка к дошкольному учреждению.

Вот некоторые рекомендации:

* Будьте внимательны к малышу. Ваши положительные эмоции помогут ему принять новый порядок.
* Утором прощайтесь легко и быстро. Придумайте церемонию прощания.
* Будьте терпеливы и спокойны. Если слезы не прекращаются, ребенок цепляется и не поддается уговорам, нужно хладнокровно встать и уйти. За неимением зрителей в группе как правило «концерт» прекращается.
* Если малыш очень привязан к маме и расстается с трудом, то пусть в детский сад его отводит папа или другой член семьи.
* Не форсируйте время пребывания ребенка в детском саду. Малыш еще очень устает и привыкание к новым условиям должно быть постепенным.
* Беседуйте с ребенком о том, что он делал, как играл, радуйтесь успехам, даже самым маленьким.
* Не обсуждайте в присутствии малыша свои опасения, проблемы детского сада.
* Категорически запрещено при ребенке выяснять отношения с воспитателем или няней – даже если вы десять раз правы.
* Участвуйте во всех мероприятиях в детском саду и вы будете знать все чем живет ваш малыш находясь в стенах детского сада.
* Прислушивайтесь к рекомендациям воспитателей и старайтесь выполнять их требования.

### *Запаситесь терпением и детский сад будет привычным и уютным миром для вашего малыша!*

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №55 комбинированного вида»**

***Маленькие подсказки для заботливых родителей***

*Подготовила: педагог-психолог Игнатова Ф.В.*



Ухта, 2017г.