

✓ **Памятка № 1. Как подготовить ребенка к посещению детского сада**  
Ребёнок идёт в детский сад. Большинство детей в период привыкания к детскому саду очень ранимы, становятся плаксивыми, замкнутыми, агрессивными, тревожными. И вот здесь нужна помощь взрослых. Необходимо заранее рассказывать про детский сад и о том, что там происходит. Желательно гулять около него, чтобы малыш привыкал к территории. Нужно чаще отлучаться от ребенка, чтобы он привыкал к тому, что мама и папа могут уйти по делам, но через какое-то время обязательно вернуться. До начала посещения садика приобщать ребенка к совместным играм, побольше гулять на детской площадке, приглашать гостей и самим ездить к друзьям. Необходимо заблаговременно (за 2-3 месяца) подготовиться к режиму детского сада - обычно детей приводят к 8-9 утра, а забирают в 18.00, тихий час - с 13 до 15. Отправляться ко сну лучше сразу после "Спокойной ночи, малыши!", в 21.00, а подниматься утром в 7 часов.

✓ **Памятка № 2. Форма для музыкальных и физкультурных занятий**  
Для музыкальной и физкультурной деятельности ребенок обязательно должен иметь форму.

Форма для музыкальной деятельности: облегченная одежда, носки, чешки.  
Форма для физкультурной деятельности: футболка (белая), шорты (тёмные), носки, чешки.

✓ **Памятка № 3. Адаптация ребенка в ДОО**

В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией,

можно постепенно увеличивать время пребывания в детском садике:

- около недели забирать ребенка из садика до дневного сна,
- далее (при нормальном состоянии малыша) около недели
- сразу после полдника,
- а уже потом можно оставлять на дневную прогулку.

В первые дни дети устают как психологически, так и физически, поэтому при возможности и хорошо устраивать "разгрузочные от садика" дни -один-два дня в неделю оставаться с ним дома.

Первый день сложен не только для ребенка, но и для родителей. Предлагаем вам рекомендации для того, чтобы этот день прошел более спокойно:

- Не показывайте свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад. **ПОМНИТЕ!**
- Тревога и беспокойство родителей передается детям.
- Отправляйте ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров.
- Непреренно расскажите воспитателю об индивидуальных особенностях вашего ребенка, методах поощрения и наказания, приемлемых для вашего ребенка.
- В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним какое-то время. Целесообразно в первые дни приводить ребенка только на прогулку, где условия напоминают условия домашнего двора.
- В привыкании к новым условиям важную роль для ребёнка играет возможность принести с собой свои любимые игрушки: это поможет отвлечься ему от расставания с близкими.
- Все время объясняйте ребенку, что он для Вас, как и прежде, дорог и любим.