**Памятка для родителей**

***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.**

Ø  ***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.**

 Ø  ***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 и рожка.**

Ø  ***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.**

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

**Примерный режим дня:**

* *Прием детей до 8.15*
* *Завтрак 8.30-9.00*
* *Игры, занятия, прогулка 9.00-11.30*
* *Обед 11.30-12.00*
* *Сон 12.00-15.00*
* *Подъем, оздоровление,*
* *Гигиенические процедуры,*
* *полдник 15.00-16.00*
* *Активное бодрствование, игры, прогулка 16.00-17.00*
* *Ужин 17.00-17.30 (для 12-тичасового пребывания)*
* *Игры, уход домой 17.30-19.00*

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

Ø  ***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.**

***Пусть детский сад станет для вашего малыша уютным домом!***