



### Памятка для родителей «Адаптация детей в детском саду»

- ❖ Настраивайте кроху как можно положительнее к его поступлению в **детский сад**.
- ❖ Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу
- ❖ Объясняйте и демонстрируйте, что мама и папа иногда уходят, но обязательно вернуться. Давайте понять, что разлука с Вами неизбежна, что очень хорошо, что он дорос до сада и стал таким большим.
- ❖ Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в садик, вместе решить, какую одежду он наденет утром.
- ❖ Дайте ребенку с собой в садик 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.
- ❖ Создайте свой ритуал прощания. Договоритесь заранее с ребенком, например, о том, что вы ему помахаете в окошко и пошлете воздушный поцелуй, так ему будет проще отпустить вас.
- ❖ Не оставляйте малыша сразу на целый день, постепенно увеличивайте число часов пребывания в **детском саду**.
- ❖ Никогда не уходите незаметно, не предупредив малыша об этом, вы рискуете подорвать доверие к себе.
- ❖ В выходные дни придерживайтесь режима дня, принятого в ДООУ, повторяйте все виды деятельности
- ❖ Все время объясняйте чаду, что он для вас, как раньше, очень дорог и любим.
- ❖ Занимайтесь вечерами с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте
- ❖ Научите элементарным навыкам самообслуживания: одеваться, раздеваться, умываться, есть, расчесываться, проситься и ходить в туалет.
- ❖ Уделяйте внимание состоянию здоровья вашего ребенка.

