**Памятка для родителей**

*Комфортное пребывание ребенка в детском саду – залог психического и физического здоровья*

**Как помочь ребенку чувствовать себя комфортно в детском саду?**

* *Ребёнок может принести в группу любимую игрушку, книжку или милый пустячок, с которым он не расстаётся дома.*
* *Постарайтесь уговорить оставить игрушку переночевать в садике, чтобы ребёнок наутро снова с нею встретился.*
* *Скажите точно ребёнку, когда Вы вернётесь.* Например: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь».
* *Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.*
* *Познакомьте ребёнка с режимом дня в детском саду.*  Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит так, как было обещано, то чувствует себя увереннее.
* *Максимально приблизьте домашний режим к распорядку в детском и старайтесь поддерживать его в выходные дни.*
* *К началу посещения детского сада прививайте ребёнку элементарные навыки самообслуживания.*
* *В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.* Не пугайте ребёнка детским садом.
* *Расширяйте круг общения ребёнка с другими детьми и взрослыми.*
* *Будьте спокойны и уравновешенны, так как дети очень легко перенимают тревожность от своих близких.*
* *При расставании с ребёнком в группе: будьте настойчивы и спокойны.*

Педагог – психолог МБДОУ №21:

**Гудков Виталий Андреевич**

Дни для консультации с родителями:

**Пн 18:00-19:00**

**Ср 18:00-19:00**

Моб.- **8922-273-81-26**

