**Памятка родителям**

**Сами готовимся к детскому саду**

**Перестаньте волноваться**. Все будет хорошо. Не проецируйте свою тревогу на ребенка, не обсуждайте при нем возможных осложнений. Не стоит ударяться и в другую крайность, рисуя малышу идиллические картины его жизни в детском саду. Лучше всего занять позицию осознанной необходимости.

Опытные воспитатели возьмут заботу о малыше в свои руки.

Чем меньше у мамы сомнений в целесообразности посещения сада, тем больше уверенности, что ребенок рано или поздно обязательно справится.

**Адаптационная система ребенка достаточно сильна**, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. **Плач — это помощник нервной системы**, он не дает ей перегружаться.

**Не нервничайте и не показывайте свою тревогу** накануне похода ребенка в детский сад или в случаях, если ребенок заболевает.

Если мама посещает садик вместе с ребенком, расставание только затягивается, и это препятствует возможности обучиться спонтанному поведению в новой обстановке.

***Составила педагог-психолог Чванова Юлия Ивановна***