

Этап 1. Домашняя подготовка: «Синхронизируем режимы»

Чтобы 2 марта не стало для малыша стрессом, мы рекомендуем начать подготовку за 2 недели до открытия группы.

1.1. Режим дня — наш главный помощник:

В детском саду всё подчинено четкому ритму. Постарайтесь дома максимально приблизиться к нашему расписанию:

Подъем: не позднее 07:30.

Завтрак: 08:30 – 08:50.

Обед: 11:45 – 12:15 (самое важное время!).

Дневной сон: 12:30 – 15:00.

Полдник: 15:30.

1.2. Питание: «Учимся кушать сами»:

В группе второго раннего возраста мы приучаем детей к самостоятельности:

- ложка и чашка: поощряйте ребенка держать ложку самостоятельно. Откажитесь от бутылочек с сосками в пользу обычных чашек (поильников);

- разнообразие блюд: введите в рацион каши (овсяную, гречневую), овощные супы, творожные запеканки и мясные суфле. Важно, чтобы ребенок привык к консистенции «садовой» еды (не только пюре из баночек, но и мелко нарезанные кусочки);

- никаких перекусов: между основными приемами пищи не давайте печенье или соки, чтобы в саду у ребенка был хороший аппетит к обеду.

1.3. Навыки самообслуживания:

- одевание: выбирайте одежду, которую легко надеть (штанишки на резинке, обувь на липучках). Хвалите малыша, если он пытается сам снять шапку или ботиночки.

- горшок: постепенно предлагайте ребенку высаживание на горшок после сна и еды. Не переживайте, в группе мы продолжим эту работу, но знакомство должно начаться дома.

1.4. Психологический настрой: «Детский сад — это радость»:

Рассказывайте малышу, что в садике его ждут новые игрушки и другие ребята. Читайте добрые сказки про зверят, которые ходят в лесную школу или садик.

!!! Важно: Никогда не пугайте ребенка садиком («Будешь плакать — оставлю там!»).

Этап 2. Собираем «чемоданчик»: Что должно быть в шкафчике?

Подготовка одежды и личных вещей — важный организационный момент. Помните: одежда для детского сада должна быть безопасной, удобной и простой в надевании.

Чек-лист необходимых вещей:

1. Сменная обувь:

- сандалии с жестким задником и закрытым носком (для правильного формирования стопы);
- застежки — только липучки (никаких шнурков!);
- размер — строго по ножке (не на вырост).

2. Запасной комплект белья (минимум 3-4 набора):

- трусики и колготки (в период адаптации «аварии» — это нормально);
- майки и футболки с коротким/длинным рукавом.

3. Одежда для группы:

- штаны или юбки на мягкой резинке (без ремней и тугих пуговиц);
- лонгсливы или футболки с широким горлом (чтобы голова пролезала легко).

4. Средства гигиены:

- упаковка подгузников (если ребенок еще не пользуется горшком уверенно);
- влажные салфетки (1 большая пачка).

5. Для сна:

- пижама (байковая в холодный период, трикотажная — в теплый);

Пакет для хранения грязного белья (подпишите его!).

6. Важный гость: любимая игрушка:

Мы разрешаем (и даже рекомендуем) в первые дни приносить с собой одну любимую игрушку, с которой малыш привык спать или играть дома. Она должна быть чистой и не иметь мелких деталей. Это «частичка дома», которая успокоит ребенка в моменты грусти.

!!! Важные правила для родителей:

Маркировка: обязательно подпишите одежду и обувь ребенка (ФИО на ярлычках). В группе 10 детей, вещи могут быть похожими.

Безопасность: проверьте, чтобы на одежде не было висящих шнурков, бусин или мелких пуговиц, которые можно оторвать.

Никаких сладостей: пожалуйста, не кладите в карманы еду, конфеты или витамины — это запрещено санитарными нормами.