**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЕНКА К ПОСЕЩЕНИЮ**

**ДЕТСКОГО САДА**

\* \*ЛЁГКАЯ АДАПТАЦИЯ. Ребенок спокойно входит в кабинет, внимательно осматривается, прежде чем остановит свое внимание на чём-либо. Смотрит в глаза взрослому, когда тот к нему обращается. Вступает в контакт по своей инициативе, умеет обратиться с вопросом к другому человеку, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, используя в игре предметы-заместители (н., понарошку кормит куклу), способен длительное время удерживать внимание на одной игрушке, его речь хорошо развита, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительна, эмоции легко распознаются, ребенок придерживается установленных правил поведения, адекватно  реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним. Родители доверяют своему ребенку, не контролируют его поминутно, не опекают, не указывают, что ребенку нужно делать, хорошо чувствуют его настроение, поддерживают в случае необходимости. Уверены в себе, с доверием относятся к специалисту, отстаивают свои взгляды, проявляют в общении инициативу и самостоятельность  
    \* \* АДАПТАЦИЯ  СРЕДНЕЙ ТЯЖЕСТИ. Ребенок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряженность первых минут постепенно спадает, ребенок может вступить в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия... Родители не доверяют своему ребенку, пытаются его дисциплинировать, делая замечания: "не бери без спроса, не разбрасывай игрушки, веди себя хорошо". С воспитателем могут быть откровенны или держаться на дистанции. Как правило, рекомендации воспитателя принимают; задают много вопросов, избегая высказывать свою точку зрения  
    \* \* ТЯЖЁЛАЯ АДАПТАЦИЯ ...  
      Контакт с ребенком удаётся установить только через родителей. Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чём не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. О развитии речи можно узнать только со слов родителей. Замечание или похвала специалиста оставляют ребенка либо безучастным, либо пугают – он бежит за поддержкой к родителям. Те либо игнорируют потребности ребенка, либо опекают его во всем. Нередко в такой ситуации родитель проявляет тревожность, воспринимая встречу с воспитателем как экзамен. Такие родители нуждаются в дополнительных консультациях.  
    \* \* ОЧЕНЬ ТЯЖЁЛАЯ АДАПТАЦИЯ...  
      С ребенком за время первой встречи не удаётся установить контакта. Родители сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду. Часто авторитарны, вступают в конкуренцию с воспитателем, демонстрируя свою сверхкомпетентность по всем вопросам.

Стандартные рекомендации по подготовке ребенка к посещению детского сада  
  
    \* 1. Убедитесь в собственной уверенности в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребенок чувствует, если родители сомневаются в целесообразности «садовского» воспитания и любые их колебания использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с ними. Легче и быстрее привыкают дети, у которых нет альтернативы детскому саду..  
  
    \* 2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы он пошёл в детский сад.  Примерный рассказ:  «детский сад – это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду всё приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кроватки, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты всё это сможешь посмотреть, потрогать, поиграть со всем этим. В саду дети едят, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в саду, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие мамы и папы хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда далеко не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, выучить имена воспитателей и выучить правила жизни детского сада»     
  
    \* 3. Проходя мимо детского сада, радостно напоминайте ребенку, как ему повезло – он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.  
  
    \* 4. Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет Ваш рассказ и чем чаще Вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя Ваш ребенок, когда пойдёт в сад. Спрашивайте у него: что будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, а что он будет делать после обеда? Такими вопросами Вы можете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, они чувствуют себя увереннее.  
  
    \* 5. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сможет сделать. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить». И Анна Ивановна нальёт тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Не создавайте у ребенка иллюзий, что всё будет исполнено по первому требованию, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Скажите малышу: «Воспитатель не сможет одеть сразу всех детей – тебе придётся немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома. Например, вы – воспитатель, а медвежонок, за которого Вам тоже придется говорить, просит пить. Хорошо, если ребенок захочет быть мишкой или воспитателем в этой игре. Поддерживайте такие игры.  
  
    \* 6. Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», положив туда, например, небольшие игрушки, забавные предметы, красивые салфетки и лоскутки, книжки с картинками, …поделки: оригами и пр…., которые остаются привлекательными для вашего ребенка и уж точно обрадуют других детей. С игрушкой веселее идти и проще завязывать отношения с другими детьми.  
  
    \* 7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, свои услуги другим детям.  
  
    \* 8. Ребёнок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить свои отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и детьми. Называйте других детей в присутствии малыша по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Пете. Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии  
  
    \* 9. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.  
  
    \* 10. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Идеальных людей нет, но прояснить ситуацию, тревожащую Вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов.  
  
    \* 11. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом!!!  
  
    \* 12. В период адаптации эмоционально поддерживайте вашего малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка, говорите: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь, и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя всё получится.»  
  
    \* 13. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и малышу будет проще отпускать Вас  
  
    \* 14. Помните, что на привыкание к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.  
  
    \* 15. Если через месяц ваш ребенок ещё не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те, о которых забыли.