**Рекомендации родителям по вопросам адаптации ребенка**

**к детскому саду.**

В первую очередь к поступлению ребенка в детский сад, должны быть готовы его родители. Они должны быть готовы отпустить своего ребенка, довериться целиком и полностью воспитателю. Спокойствие и уверенность в успешном привыкании ребенка к детскому саду- это первый шаг со стороны родителей. Если они будут оптимистично настроены, то смогут «заразить» своих детей оптимизмом. Дети, они ведь все чувствуют, и если мама выражает свое беспокойство, то естественно ребенок тоже тревожится. А ведь взрослым просто необходимо создать у ребенка положительную установку на детский сад. Для этого нужно придерживаться некоторых правил:

Правило №1.

Никогда, ни при каких условиях не говорить о своих страхах и опасениях, переживаниях по поводу поступления ребенка в детский сад, в присутствии ребенка. Отсюда вытекает следующее правило

Правило №2.

Похвастаться перед родственниками, знакомыми и их детьми о том, что ребенок скоро пойдет в детский сад. Делать это нужно в присутствии вашего ребенка, побуждая его к таким же действиям.

Правило №3.

Для всех нас неизвестность порождает страх. Для того чтобы этого избежать необходимо в подробностях рассказать ребенку про детский сад. Честно ответить на все детские вопросы. Объяснить что все ходят в детский сад, что это очень здорово и интересно. Рассказать о режимных моментах ( дневной сон, прогулка, прием пищи, веселые занятия и т.д.)

Правило №4.

Гулять вместе с ребенком около вашего будущего садика, чтобы он убедился что там спокойно и безопасно. Ваш ребенок будет видеть, как весело играют другие ребята, как им всем хорошо и интересно. При регулярных таких прогулках он уже начнет привыкать к детскому саду.

Правило №5.

Дома, по возможности играйте с ребенком в детский сад. В игре используйте любимые игрушки. В процессе игры постарайтесь эмоционально увлечь ребенка, закрепляя тем самым положительный образ о детском садике.

Следуя этим правилам мы сформировали у ребенка положительную установку на детский сад. Но этого еще не совсем достаточно. Следующим шагом является формирование у ребенка чувства уверенности в окружающем. Для этого нужно

1. Познакомиться с воспитателем. Обязательно рассказать им об индивидуальных особенностях ребенка и об особенностях его физического развития.

2. Учите ребенка объективно выражать свои чувства и желания. Объясняя нормы и требования общества, вы способствуете более успешному процессу социализации ребенка.

3. Учите вашего ребенка общаться с другими детьми, показывайте ему пример. Видя ваши действия он будет повторять за вами и быстрее всему научится.

4. Очень хорошо, когда у ребенка есть любимая игрушка. Ее он может взять с собой, как частичку своего дома, что- то родное и близкое.

5. Приучайте ребенка к самообслуживанию, поощряйте его первые попытки. Пусть делает что- то медленно, зато делает это сам. Не забывайте и о навыках гигиены.

И самое главное, ЛЮБИТЕ и принимайте своего ребенка, таким, какой он есть! Больше разговаривайте с ним, выслушивайте его. Интересуйтесь его делами. Общение с ребенком не должно быть формальным, между делами, а должно быть глаза в глаза! Тогда все у вас получится.

   Помните, что детский сад - это первый шаг в общество, импульс к развитию знаний ребенка о поведении в обществе.

**Адаптационные сказки для родителей.**

Предлагаемые адаптационные сказки можно читать родителям  и размышлять: «Правильно ли «я» поступаю?». Текст, выделенный ЗАГЛАВНЫМИ БУКВАМИ, следует произносить медленнее и более низким голосом,  особое внимание обращать на эти слова. Этот приём  позволяет  формировать  социальную активность родителей: помогает  понять детей, учит  разбираться в мотивах и в значении поступков, осознавать свои мотивы к воспитанию ребёнка с целью дальнейшего его развития как личности.

Читая сказки детям в период адаптации, родители  устанавливают тесный контакт с ребёнком. Малыш учится понимать и выражать свои чувства и переживания, основой становится налаживание  взаимодействия и сотрудничества ребёнка со взрослым.

**«История о том. Как егоза Машенька пошла в детский сад»**

   В большом-большом городе жила-была  МАЛЕНЬКАЯ девочка…Звали её Машенька или Манечка  но чаще всего,  глядя на девочку, взрослые, вздыхали и говорили, качая головой: «Ах, какая ЕГОЗА!» Так и пошло ЕГОЗА да  ЕГОЗА.

 Машенька была  весёлой девочкой. Она любила прыгать и скакать, громко кричать, но больше всего ей нравилось влезать на высокий шкаф и прыгать вниз - на диван. А ещё ей нравилось брать мамину большую кастрюлю и бить по ней ложкой. Так громко, здорово! А ещё она открывала в ванной кран и бросала в воду разные игрушки. Плюх! Красота! Мама всегда очень волновалась глядя на шалости своей дочери: «Какой беспокойный ребёнок!» А папа молча брал Машеньку за руку и уводил в другую комнату, сажал на стул и строго говорил: «СИДИ и ДУМАЙ!».

    Это было очень сложно - СИДЕТЬ! Ведь как раз СИДЕТЬ Машеньке -  ЕГОЗЕ было труднее всего. Тогда она брала с папиного стола красивую ручку и рисовала на обоях домики, солнышко, цветы лошадок и другие интересные, на её взгляд вещи. Но и ИНОГДА папа почему-то не радовался рисункам, а очень сердился и говорил слова: «Веди себя хорошо!»

           Машенька старалась вести себя хорошо, но ей почему-то никто не разу не объяснил, что значит «ХОРОШО». Машенька насыпала  перец в суп, который готовила мама к обеду, мама рассердилась. Машенька постригла папину шапку, папа шапку выкинул, а дочку отправил думать. Машенька ничего не понимала.

          В детском саду  добрая воспитательница разрешала Машеньке иногда пойти и поиграть во время занятия («Этот ребёнок не может долго СИДЕТЬ», - объясняла она другим воспитателям). А заведующая говорила «ПОТЕРПИТЕ! Это ГИПЕРАКТИВНЫЙ ребёнок» Машеньке нравилось это длинное и непонятное слово. Она не обычная девочка, а  «ГИПЕРАКТИВНЫЙ» ребёнок.

Самым трудным в детском саду для Машеньки был тихий час. Она не любила слово «ТИХИЙ» вообще, а тут ещё – час.

Машенька складывала ладошки лодочкой, честно закрывала глаза, но ручки тут же начинали копать дырку в одеяле, а глаза сами открывались и с любопытством смотрели на мир. «Ну что тут поделаешь?!» - разводила руками любимая Машенькина няня. Машеньке нравились её большие тёплые  руки, они так бережно и аккуратно помогали ей справиться с непослушными варежками и штанами.

Так жила-поживала маленькая девочка Машенька-егоза. Но однажды мама сказала строгим голосом «Всё, ЕГОЗА. Моё терпение кончилось! Мы едим с тобой в ЦЕНТР для непослушных детей». Машенька испугалась и даже заплакала. Она ведь очень ПОСЛУШНАЯ девочка, по крайне мере, очень старается  ею быть.

В ЦЕНТРЕ Машенька увидела красивые игрушки и много ребят. Они играли и бегали, а другие  тихо-тихо сидели рядом с родителями.. Машенька сначала немного посидела с мамой (НО ЭТО ЖЕ НЕВОЗМОЖНО - СИДЕТЬ!), а потом побежала играть. К ней подошла тётя и сказала: «Я ПСИХОЛОГ. Ты знаешь кто  такой психолог?» Машенька, конечно не знала. Но ей было очень любопытно.

 А потом она с психологом играла в разные и интересные игры, выполняя разные трудные задания. И у Машеньки всё получилось,  и психолог сказал маме: «У вас замечательный ребёнок-Машенька, а вовсе не ЕГОЗА. Приходите к нам в ЦЕНТР, и мы научим девочку быть терпеливой и дружить с другими ребятами».

С тех пор и повелось. По вторникам и четвергам (Машенька это запомнила) они с мамой ездили в ЦЕНТР. Психолог всегда придумывала что-то новое: предлагала девочке стать «Ватной куклой»,  или «Буратино», поплавать на  «льдине», которая «уходила» под воду,  А Машенька должна была спасти маму, ПСИХОЛОГА и себя…Было, что Машенька  рисовала свой день рождения, а гостей закрашивала в разные цвета…А ещё они вместе с мамой танцевали под музыку: игра так и называлась  «Музыка с мамой». Но иногда  Психолог и мама закрывались в другой комнате и разговаривали. Машенька догадывалась, что разговаривали про неё, и ей хотелось , чтобы ПСИХОЛОГ хвалила её маме и говорила, какая она замечательная девочка, дочка…А ещё ПСИХОЛОГ  предложила Машеньке вместе с мамой написать книжку про девочку, которая очень хотела научиться вести себя ХОРОШО.

Прошло время…Машенька подросла и пошла в школу. Она по-прежнему очень весёлая и АКТИВНАЯ девочка, но в школе на уроке старается СИДЕТЬ тихо и ВНИМАТЕЛЬНО  слушать учительницу. Правда, на перемене ей пока трудно просто гулять по коридору, и учительница ей разрешает немного побегать и попрыгать. Сочиняет сказки для детей и возможно когда-нибудь станет детским писателем. А ещё Машенька сочиняет сказки для детей и возможно когда-нибудь станет детским ПИСАТЕЛЕМ или ЖУРНАЛИСТОМ. А может ПСИХОЛОГОМ или ВОСПИТАТЕЛЕМ?

Автор статьи педагог-психолог Григорьева Алина Владимировна

Соавтор старший воспитатель Лудина Вера Михайловна

МБДОУ «Детский сад №130» г. Чебоксары