**Адаптация к детскому саду**

**Страх разлуки. Как подготовить ребёнка?**

* Ребёнок должен быть спокоен.
* Всегда прощайтесь с ребёнком. Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы ребенок вам доверял.
* Научитесь прощаться с ребенком быстро, не затягивайте расставание. Проявляйте уверенность в ваших действиях – ребенок почувствует ваше беспокойство, и ему будет еще труднее успокоиться. Будьте бодры и улыбчивы. Дети очень чувствительно реагируют на настроение, так что Вам самой надо относиться к детскому саду с теплотой и воодушевлением.
* Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его.
* Положите малышу в кармашек какую-нибудь памятную вещь, которая будет напоминать о вас, и о том, как сильно вы его любите.
* Четко дайте ребенку понять, что какие бы он не капризничал, он все равно пойдет в детский сад. Если вы хоть раз ему поддадитесь, в дальнейшем вам будет уже гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.
* Уходя - уходите. Если Вы выходите детского сада, а потом опять возвращаетесь, чтобы успокоить ребёнка, тяжело становится для всех.

**Ребенок начал впервые посещать детский сад**

Поступление в детский сад новый этап жизни для Вас и Вашего ребенка. Чтобы ребенок вступил в него радостным, общительным, повзрослевшим, предлагаем Вам ряд рекомендаций:

* Постарайтесь создать в семье спокойную, дружескую атмосферу.
* Установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении.
* Будьте терпеливы.
* Формируйте у ребенка навыки самообслуживания и личной гигиены.
* Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения с другими взрослыми.
* Когда ребенок с Вами разговаривает, слушайте его внимательно.
* Если Вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
* Говорите с ребенком короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые и понятные объяснения.
* Спрашивайте у ребенка: «Что ты делаешь?»
* Каждый день читайте ребенку. Заботьтесь о том, чтобы у него были новые впечатления.
* Занимайтесь с ребенком совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте…
* Поощряйте любопытство. Не скупитесь на похвалу.

**Как научить ребенка общаться?**

Отсутствие общения с другими людьми, отрицательная оценка их взрослыми, а иногда и отрицательный опыт общения приводит к нежеланию и неумению ребенка устанавливать с окружающими контакт. Привязанность только к близким остро обнаруживается при поступлении в детский сад даже у детей третьего и четвертого года жизни.

Важно, чтобы родители расширяли опыт общения ребенка. Однако случается, что они, напротив, до минимума сужают его, перестают обращать внимание детей на других взрослых, а иногда формируют у детей отрицательное отношение к ним: "Вот дядя придет, тебя заберет!"; "Видишь, какая нехорошая тетя. Будешь плакать - отдам тебя ей!" и т. п. Таким образом, у ребенка складываются нежелательные представления о людях, страх перед ними, закрепляется потребность общаться только с близкими людьми. Для того чтобы помочь ребенку быстрее преодолеть страх перед незнакомыми взрослыми и способствовать развитию общения, необходимо:

- обращать внимание ребенка на действия взрослых и детей;

- высказывать положительную оценку их действиям;

- побуждать ребенка обращаться к взрослым;

- предлагать ребенку выполнить поручения: "Отнеси тете книжку", "Покажи дяде машину"

- обучать совместным действиям;

- важно хвалить ребенка за преодоление неуверенности при обращении к незнакомому лицу;

- расширять круг общения необходимо постепенно, желательно со взрослыми отзывчивыми, понимающими стремление родителей.

**Информацию подготовила**

**педагог – психолог И.В.Квашенникова**