**«Адаптация ребёнка к детскому саду»**

Вы привели своего ребенка в детский сад. Естественно, у Вас возникают первые переживания: А как ребёнок привыкнет? Понравится ли ему?.

Обычно период адаптации детей к условиям ДОУ не превышает двух месяцев. Но для того чтобы он прошёл без лишних потрясений, мы все должны постараться максимально избавить новичков от травмирующих их факторов.

*Что же для этого нужно?*

1. Родители должны привыкнуть к мысли: «Мой ребёнок идёт в детский сад, там ему будет хорошо, о нём будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошёл в садик».

2. В уголке для родителей висит листок режима дня ребёнка. Это ещё один важный пункт привыкания. Чтобы адаптация проходила благополучно, уже сейчас нужно приучать малыша к режиму дня, сходному в большой степени с режимом ДОУ: завтрак, обед, сон, полдник, укладывание на ночь. И стараться максимально придерживаться этого режима.

3. Чтобы ребёнок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.

Вот мы и подошли к самому главному: все документы готовы, ребёнок и родители настроены идти в садик, к детям. В первый день Вы приводите ребёнка на несколько часов; во второй день- до обеда. А мы наблюдаем за ним и в зависимости от его поведения (привыкания, эмоционального настроя) сообщаем Вам, когда лучше будет оставить его на дневной сон, а потом уже и на целый день.

Но вот ребёнок заплакал, и у родителей возникает вопрос: «Как быть? ». Да ведь это очень хорошо, что малыш плачет, большую тревогу вызывают тихие, «равнодушные» дети, ведь они все переживания держат в себе. Ребёнок плачет – и успокаивается эмоционально, он даёт «сигнал» обратить на него внимание. Со всей ответственностью можно сказать, что плачущие поначалу дети в будущем посещают детский сад с большим удовольствием, чем тихие и спокойные.

В процессе нашего с Вами общения будут возникать различные вопросы, пожалуйста, не стесняйтесь, подходите к нам и спрашивайте. Мы с удовольствием на них ответим, а если нужно, проведём консультацию.

И в заключении хочется пожелать Вам успехов в воспитании Ваших малышей. Любите их безусловной любовью, просто за то, что они у Вас есть.

**Удачи Вам!**

**Первый класс, или как подготовить ребенка к школе.**

Подготовка к школе – процесс многоплановый. И следует отметить, что начинать заниматься с детьми следует не только непосредственно перед поступлением в школу, а далеко до этого, с младшего дошкольного возраста. И не только на специальных занятиях, но и в самостоятельной деятельности ребят – в играх, в труде, общении со взрослыми и сверстниками.

     В детских садах  дети получают навыки счета, чтения, развивается мышление, память, внимание, усидчивость, любознательность, мелкая моторика и другие важные качества. Дети получают понятия нравственности, прививается любовь к труду.

      Готовность к школе подразделяется на физиологическую, психологическую и познавательную. Все виды готовности должны гармонично сочетаться в ребенке. Если что-то не развито или развито не в полной мере, то это может послужить проблемам в обучении в школе, общении со сверстниками, усвоении новых знаний и так далее.

**Физиологическая готовность ребенка к школе.**

     Этот аспект означает, что ребенок должен быть готов к обучению в школе физически. То есть состояние его здоровья должно позволять успешно проходить образовательную программу. Физиологическая готовность подразумевает развитие мелкой моторики (пальчиков), координации движения. Ребенок должен знать, в какой руке и как нужно держать ручку. А также ребенок при поступлении в первый класс должен знать, соблюдать и понимать важность соблюдения основных гигиенических норм: правильная поза за столом, осанка и т. п.

**Психологическая готовность ребенка к школе.**

     Психологический аспект,  включает в себя три компонента*: интеллектуальная готовность, личностная и социальная, эмоционально-волевая.*

***1. Интеллектуальная готовность к школе означает:***

-к первому классу у ребенка должен быть запас определенных знаний (речь о них пойдет ниже);

- он доложен ориентироваться в пространстве, то есть знать, как пройти в школу и обратно, до магазина и так далее;

- ребенок должен стремиться к получению новых знаний, то есть он должен быть любознателен;

- должны соответствовать возрасту развитие памяти, речи, мышления.

***2. Личностная и социальная готовность подразумевает следующее:***

- ребенок должен быть коммуникабельным, то есть уметь общаться со сверстниками и взрослыми; в общении не должно проявляться агрессии, а при ссоре с другим ребенком должен уметь оценивать и искать выход из проблемной ситуации; ребенок должен понимать и признавать авторитет взрослых;

- толерантность; это означает, что ребенок должен адекватно реагировать на конструктивные замечания взрослых и сверстников;

- нравственное развитие, ребенок должен понимать, что хорошо, а что – плохо;

-ребенок должен принимать поставленную педагогом задачу, внимательно выслушивая, уточняя неясные моменты, а после выполнения он должен адекватно оценивать свою работу, признавать свои ошибки, если таковые имеются.

***3. Эмоционально-волевая готовность ребенка к школе предполагает:***

- понимание ребенком, почему он идет в школу, важность обучения;

- наличие интереса к учению и получению новых знаний;

- способность ребенка выполнять задание, которое ему не совсем по душе, но этого требует учебная программа;

- усидчивость – способность в течение определенного времени внимательно слушать взрослого и выполнять задания, не отвлекаясь на посторонние предметы и дела.

• Познавательная готовность ребенка к школе.

     Данный аспект означает, что будущий первоклассник должен обладать определенным комплексом знаний и умений, который понадобится для успешного обучения в школе.

Итак, что должен знать и уметь ребенок в шесть-семь лет?

**1) Внимание.**

• Заниматься каким-либо делом, не отвлекаясь, в течение двадцати-тридцати минут.

• Находить сходства и отличия между предметами, картинками.

• Уметь выполнять работу по образцу, например, с точностью воспроизводить на своем листе бумаги узор, копировать движения человека и так далее.

• Легко играть в игры на внимательность, где требуется быстрота реакции. Например, называйте живое существо, но перед игрой обсудите правила: если ребенок услышит домашнее животное, то он должен хлопнуть в ладоши, если дикое – постучать ногами, если птица – помахать руками.

**2) Математика.**

• Цифры от 0 до 10.

• Прямой счет от 1 до 10 и обратный счет от 10 до 1.

• Арифметические знаки: «+», «-«, «=».

• Деление круга, квадрата напополам, четыре части.

• Ориентирование в пространстве и на листе бумаги: «справа, слева, вверху, внизу, над, под, за  и т. п.

3**) Память.**

• Запоминание 10-12 картинок.

• Рассказывание по памяти стишков, скороговорок, пословиц, сказок и т.п.

• Пересказ  текста из 4-5 предложений.

**4) Мышление.**

• Заканчивать предложение, например, «Река широкая, а ручей…», «Суп горячий, а компот…» и т. п.

• Находить лишнее слово из группы слов, например, «стол, стул, кровать, сапоги, кресло», «лиса, медведь, волк, собака, заяц» и т. д.

• Определять последовательность событий, чтобы сначала, а что – потом.

• Находить несоответствия в рисунках, стихах-небылицах.

• Складывать паззлы без помощи взрослого.

• Сложить из бумаги вместе со взрослым простой предмет: лодочку, кораблик.

**5) Мелкая моторика.**

• Правильно держать в руке ручку, карандаш, кисть и регулировать силу их нажима при письме и рисовании.

• Раскрашивать предметы и штриховать их, не выходя за контур.

• Вырезать ножницами по линии, нарисованной на бумаге.

• Выполнять аппликации.

**6) Речь.**

• Составлять предложения из нескольких слов, например, кошка, двор, идти, солнечный зайчик, играть.

• Понимать и объяснять смысл пословиц.

• Составлять связный рассказ по картинке и серии картинок.

• Выразительно рассказывать стихи с правильной интонацией.

• Различать в словах буквы и звуки.

**7) Окружающий мир.**

• Знать основные цвета, домашних и диких животных, птиц, деревья, грибы, цветы, овощи, фрукты и так далее.

• Называть времена года, явления природы, перелетных и зимующих птиц, месяцы, дни недели, свои фамилию, имя и отчество, имена своих родителей и место их работы, свой город, адрес, какие бывают профессии.

 **Тренируем руку ребенка.**

     Очень важно развивать мелкую моторику ребенка, то есть его руки и пальчики. Это необходимо для того, чтобы у ребенка в первом классе не было проблем с письмом. Многие родители совершают большую ошибку, запрещая ребенку брать в руки ножницы. Да, ножницами можно пораниться, но если с ребенком проговорить, как правильно обращаться с ножницами, что можно делать, а что – нельзя, то ножницы не будут представлять опасности. Следите, чтобы ребенок вырезал не хаотично, а по намеченной линии. Для этого вы можете нарисовать геометрические фигуры и попросить ребенка их аккуратно вырезать, после чего из них можно сделать аппликацию. Это задание очень нравится детям, а его польза очень высока. Для развития мелкой моторики очень полезна лепка, да и детям очень нравится лепить различные колобки, зверушек и другие фигурки. Учите вместе с ребенком пальчиковые разминки – в магазинах без проблем можно купить книжку с увлекательными и интересными для малыша пальчиковыми разминками. Кроме этого, тренировать руку дошкольника можно с помощью рисования, штриховки, завязывания шнурков, нанизывания бусинок.

      Важная задача перед родителями – научить ребёнка доводить начатое дело до конца, пусть это будет занятие трудом или рисование, значение не имеет. Для этого нужны определённые условия: ничто не должно его отвлекать. Многое зависит и от того, как дети подготовили своё рабочее место. Например, если ребёнок сел рисовать, но не приготовил заранее всё необходимое, то он будет постоянно отвлекаться: надо заточить карандаши, подобрать соответствующий листок и т.д. В результате, ребёнок теряет интерес к замыслу, затрачивает время впустую, а то и оставляет дело незавершённым.

     Большое значение имеет отношение взрослых к делам детей. Если ребёнок видит внимательное, доброжелательное, но вместе с тем требовательное отношение к результатам его деятельности, то он сам с ответственностью относится к ней.

     С того момента, когда ваш ребенок впервые переступит порог школы, начнется новый этап его жизни. Постарайтесь, чтобы этот этап начался с радостью, и чтобы так продолжалось на протяжении всего его обучения в школе. Ребенок всегда должен чувствовать вашу поддержку, ваше крепкое плечо, на которое можно облокотиться в трудных ситуациях. Станьте ребенку другом, советчиком, мудрым наставником, и тогда ваш первоклассник в будущем превратится в такую личность, в такого человека, которым вы сможете гордиться.

***Почему ребенок ломает игрушки? Сколько детей – столько причин для игрушечного вандализма. Каждый такой случай – зашифрованное послание родителям о назревающей проблеме, которая требует внимания со стороны взрослых.***

**Не по возрасту**.

Хотите, чтобы ваш подарок прослужил долго, - поинтересуйтесь, на какой возраст он рассчитан, потом и покупайте.

**Любопытно же!**

Игрушку нельзя разобрать, а так хочется! Жгучее желание понять, как она устроена, заставляет ребенка откручивать колесики, отколупывать наклейки, выворачивая подарок наизнанку. Обратите внимание на разборные конструкции – вертолеты, экскаваторы, которые можно разложить на отдельные детали и восстановить по кусочкам при помощи отверток и других инструментов, входящих в комплект. Сборка разобранного – очень важный психологический момент, пробуждающий в юном конструкторе созидательное начало и формирующий систему жизненных ценностей. Пусть он убедится, что восстанавливать намного сложнее, чем разбирать, а вы помогите ему в этом важном деле.

**Какой неловкий**

Некоторые родители растят грудничков без игрушек: все равно ведь играть по-настоящему такие крохи еще не умеют, а лишь норовят попасть погремушкой по лбу. В этом случае задерживается формирование навыков обращения с предметами. Результат – двигательная неловкость. Малыш, вовремя не научившийся манипулировать игрушками, получив к ним доступ, будет ломать их регулярно.

**Ищите причину**

Внутренняя агрессия. Когда малыш расстроен, возбужден, обижен, в организме резко возрастает содержание гормонов стресса – адреналина и норадреналина. Снизить их уровень помогает усиленная двигательная активность – в таком состоянии взрослые начинают бить посуду, швырять вещи, словом, крушить буквально все подряд. Маленький человек не может себе этого позволить – за такое поведение его обязательно накажут.
Он снимает стресс, ломая игрушки. Заметив, что внутреннее напряжение малыша, достигло критической точки, предложите ему подвижную игру, прогулку, отведите в бассейн или попросите немного попрыгать. Просто расслабиться и подурачиться – прекрасный способ снять напряжение у детей. Иногда родителям необходимо сесть на пол рядом с малышом, поиграть и посмеяться вместе с ним.

Досада. Быть маленьким нелегко – как бы вы чувствовали себя среди людей, которые все знают и умеют лучше вас? Видите, что у ребенка не складываются отношения со сложной игрушкой, - вмешайтесь, помогите освоить ее, не снижая детскую самооценку.

Игрушка не нравится. Стремление нанести урон ненавистному персонажу понять не трудно. Расправляясь с игрушечной бабой-ягой или вооруженным до зубов роботом-пришельцем, ребенок избавляется от страха перед темными силами, посещающими его в ночных кошмарах. Такие игрушки вообще не нужны в доме. Малышей пугают слишком большие игрушки – куклы и мишки одного роста с ними. Учтите это, выбирая очередной сюрприз для ребенка.

А каково качество? Некоторые игрушечные изделия буквально рассыпаются в руках. Проверьте, хорошо ли скреплены между собой детали, крепко ли пришиты к мягкой игрушке глазки-пуговицы, не вылезают ли волосы из кукольной шевелюры. Не соблазняйтесь фарфоровыми красавицами: выглядят они сказочно, но бьются моментально. В прежние времена их выдавали девочкам по праздникам – поиграть под присмотром взрослых.

Малыш болен. Любое детское недомогание истощает психику малыша, делает его раздражительным, нетерпеливым и неловким. Когда малыш болеет, уберите все лишнее из его поля зрения, оставив одного-двух игрушечных любимцев, с кем он чувствует себя комфортно.

Руки чешутся. Когда ребенок беспокоится, он начинает машинально крутить что-то в руках и может, сам того не замечая, разобрать игрушку на винтики. Пусть разбирает себе на здоровье, но только постройку из конструктора, а не цельную машинку, которую легко сломать, или поиграет в мяч, попрыгает через скакалку, удовлетворив потребность в повторяющихся монотонных движениях.

Взрослым нужно понять, что то, что принадлежит ребенку, принадлежит только ему и он может делать с этим что угодно. Может подарить, обменяться с кем-то на другую игрушку (о цене дети еще ничего не знают, знают только о ценности вещи), он может сломать ее (и не важно в исследовательских целях, или из-за неаккуратного обращения), выбросить просто так, положить с собой спать и т.д. Вы же тоже иногда выбрасываете свои вещи, которые Вам надоели или не нравятся. И желание сломать возникает, как протест: раз я не могу пользоваться, как хочу, то уж лучше я ее сломаю. Как только дети начинают чувствовать, что на право собственности никто не претендует, они часто перестают ломать игрушки. На это может понадобиться определенное время.

*Так что если вы дарите детям игрушки, то дарите и право собственности на нее! Если же вы боитесь, что ребенок испортит такую дорогую игрушку, то лучше повремените с покупкой. И Вам и ребенку так будет лучше.*

**Как справиться с детской истерикой**

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физиологической) они сопровождаются. В такой ситуации, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя. Как быть?

Вот что советуют психологи:

1.Помните, что даже самые замечательные мамы оказываются в таких ситуациях, и дело тут не в маме, а в темпераменте и характере вашего ребёнка. Задумайтесь над причиной истерики ребёнка:

- ребёнку не хватает вашего внимания, и он таким способом  стремится завоевать его (такая привычка быстро закрепляется и часто используется во взрослой жизни);

- ребёнок манипулирует вами, он привык таким образом добиваться всего, что он хочет;

Отличить манипуляцию легко, но понаблюдайте за своим ребёнком: как именно он плачет, что помогает ему успокоиться. Если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребёнку понять, что вы не одобряете его действия.

- ребёнок устал, хочет спать, он голоден: искорените причину и истерика пройдёт;

2. Если истерика в самом разгаре, улучите момент, когда ребёнок набирает воздух, чтобы огласить окрестности новыми криками,  и очень выразительно и захватывающе, начните рассказывать какую-нибудь интересную историю.

3. Можно попытаться взять ребёнка на руки, прижать к себе и ждать, когда всё закончится, выражая своё сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой.

4. Главное средство от истерик – не впадать в такое же неистовство, пытаться сохранять спокойствие, выразить своё сочувствие ребёнку: «Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе…»,  «Я знаю, как это обидно», «Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой, что произошло».

Ребёнок не услышит вас с первого раза, но повторив эту фразу 20 раз, вы достучитесь до своего малыша и он будет благодарен вам, что вы не дали волю своим чувствам (а как хотелось!). Поговорите с ребёнком, выясните причины его поведения.

5. Дети 3-5 лет вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребёнка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло. Конечно, объяснить что-либо громко-кричащему ребёнку очень трудно.

6. По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.

7. Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребёнка, его (бабушкин, дедушкин, мамин, папин, тётин) характер.

Помните, что никто не знает вашего ребёнка так, как он сам себя.

**ВЫВОД**: чаще беседуйте с ребёнком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.