**Рекомендации для родителей**

**«Готовимся к прохождению ПМПК»**



*Уважаемые родители! Весенняя пора для нас знаменуется не только звонкой капелью, солнечными днями. Это пора, когда дети готовятся шагнуть на новую ступеньку для них. Весной дети проходят обследование ПМПК – психолого-медико-педагогической комиссии.*

***Основная цель*** прохождения комиссии - это не постановка диагноза, а *определение дальнейшей программы обучения и развития*, соответствующей возможностям ребёнка.

Это не экзамен для ребенка. И ни в коем случае  не оценка ребенка. Здесь скорее определяется тот объём  усилий, которые были вложены в коррекционную и развивающую работу с ним родителей ***совместно*** с педагогами и специалистами детского сада.

**Период подготовки к прохождению комиссии** – очень важный.

***Как сделать так, чтобы этот период прошёл максимально легко***? Для этого нужно соблюдать ***ряд правил***.

Сам **процесс подготовки** – это вся та работа, которая проводилась с ребёнком в течение всего периода пребывания в детском саду. И, как говорится, ***всё надо делать вовремя***. Так, если в первый год вы практически не занимались с ребенком, не посещали детский сад, а за последние несколько недель вы хотите «впихнуть» в ребёнка всё, что не делали раньше – этим  можно скорее навредить,  перегрузить его нервную систему.

Перед ПМПК ребенок проходит массу врачей и специалистов. Среди них особенно внимательно необходимо отнестись к  обследованию психиатра.

Еще одна особенность – это то, что весна, это время, которое характеризуется  ***физиологическими перестройками*** в организме. Это время сезонной "разбалансировки" эндокринной системы, отвечающей за выработку гормонов, время, когда ощущается  недостаток  витаминов, снижаются иммунные силы организма. В этот период организм перестраивается на новую климатическую "волну". Поэтому в весеннее время у детей отмечается повышенная нервозность, эмоциональная неустойчивость, повышенная утомляемость, невнимательность. И если не выполнялись рекомендации врача-невролога, то   и  психологическое состояние детей, поэтому становится  более уязвимым, а ещё – непредсказуемым.

Соответственно, в данный период ***необходимо обращать внимание на питание, сон, выполнение режима дня***, рекомендации лечащего врача.

Должны быть созданы ***максимально щадящие условия***, которые не травмируют, не перегружают нежную детскую психику.

Поэтому ***следите за собственным состоянием и настроением***. Помните о том, что дети сильно зависимы от настроения родителей. Постарайтесь поддерживать дома положительную атмосферу взаимодействия межу членами семьи, ***общайтесь*** с ребёнком так, как бы вам хотелось, чтобы он общался с вами.

***Внушайте ребёнку уверенность*** в собственных силах, поддерживайте его успехи, его способности, инициативу и проявление самостоятельности.

**Накануне обследования** ПМПК, или даже обследования у психолога, психиатра, старайтесь, чтобы ребёнок выспался, хорошо себя чувствовал. *Поддерживайте у него хорошее настроение*. Лучше проходить обследование в первой половине дня, поэтому выбирайте наиболее удобное время для вашего ребенка, когда он себя хорошо чувствует.

Накануне обследования старайтесь *не перегружать ребёнка дополнительными знаниями*, так как это наоборот, может вызвать у него негативизм и повышенную утомляемость. Как говорится, «перед смертью не надышишься».

**Во время прохождения обследования** родитель ***не должен вмешиваться*** в общение специалиста с ребёнком, не надо показывать своё недовольство ребёнку, говорить «Ну неужели ты забыл», «Не позорь меня», и пр. слова, которые не только смутят ребёнка ещё больше, но и создадут определённое впечатление о вас,  ваших манерах воспитания.

Помните, что максимум уверенности ребёнок должен получить ещё до обследования, как и весь багаж его умений, навыков и знаний.

Обследование ПМПК – это особая ситуация. Ребёнок будет находиться в незнакомой обстановке, и не с одним, а с несколькими незнакомыми взрослыми. Поэтому перед ПМПК особенно важен ***психологический комфорт ребёнка***, постарайтесь в этот день и накануне его поддерживать.

**После прохождения обследования**  обязательно  ***похвалите ребенка***, ***поощрите***(способом, принятым и приемлемым для вас).

Постарайтесь сделать ребёнку праздник, ведь он так старался!

***Желаю вам успешного прохождения ПМПКомиссии!***



 Материал подготовила учитель-дефектолог: Смирнова А.М.