

Советы психолога

Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад

Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.

Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.

Повысить роль закаливающих мероприятий.

Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад, объясняя, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

"Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки и услуги детям.

Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: одеваться, есть, пользоваться горшком, умываться и вытирать руки и лицо полотенцем.

Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Примерный перечень навыков, которые должен иметь ребенок от 2 до 3 лет

Навыки самообслуживания

1. • ест довольно аккуратно, умеет пережевывать пищу, использует ложку и чашку (возможно небольшое докармливание);
2. • пытается одеваться самостоятельно (без застегивания): надевает нижнее бельё, носки, штаны, обувь, шапку и т.д.;
3. • самостоятельно моет и вытирает руки и лицо, начинает пользоваться носовым платком;
4. • просится в туалет, используя слова;
5. • узнает свои вещи;
6. • с помощью взрослого убирает игрушки.

Индивидуальные особенности

- употребляет в речи местоимения «Я», «МОЙ»;
7. • понимает слова «нельзя», «надо», иногда выполняет;
 8. • любит, когда читают книжки;
 9. • рассматривает картинки, может обозначить словом предмет, действие;
 10. • любит слушать музыку;
 11. • любит рисовать так, как умеет.

Развитие общения

12. • изображает поведение взрослого;
13. • «отыгрывает» на кукле, мишке знакомые действия: кормит, укладывает спать и т.д.;
14. • любит играть рядом с другими детьми, иногда пытается вступить в контакт;
15. • по просьбе взрослого может оказать помощь: подать полотенце, принести ложку.

Развитие речи

16. • понимает обращенную к нему речь;
17. • повторяет за взрослым предложения из 3-4 слов;
18. • самостоятельно строит предложения из 3-4 слов (допустимо неграмотное построение фразы);
19. • может ответить на вопросы: «Где?», «Куда?».

Сенсорное развитие

20. • подбирает к образцу предметы основных цветов (красный, желтый, синий, зелёный);
21. • ориентируется в контрастных формах предметов (мячик, кубик, кирпичик и т.д.);
22. • различает большой и маленький предметы.

Продуктивная деятельность

23. • самостоятельно делает постройки (дом, диван...);
24. • умеет рисовать замкнутую линию (клубочек, шарик);
25. • пытается лепить из теста булочки, лепешки.
- 26.
- 27.
- 28.
- 29.
- 30.

Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад

Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Щадить его ослабленную нервную систему.

Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.

При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.

Советы психолога

Адаптация ребенка к детскому саду, а значит к новым социальным условиям протекает подчас болезненно. С приходом в детский сад происходит серьезная перестройка всех его отношений с людьми, ломка привычных форм жизни. Эта смена условий жизни может сопровождаться переживаниями, снижением речевой и игровой активности, а нередко сказывается и на здоровье ребенка. Для ребенка, *не посещавшего детское учреждение*, непривычно все: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п.

Чтобы ребенок мог сравнительно безболезненно переступить порог детского сада, легче и быстрее привыкнуть к новым требованиям, необходимо подготовить его заранее. Тут на помощь придут советы психолога.

Еще *до поступления в детский сад* родители посещают учреждение и знакомятся с заведующей, психологом, с воспитателями той группы, которую будет посещать малыш. Им следует установить с ними контакт, узнать об условиях пребывания детей в дошкольном учреждении. Со своей стороны ознакомить специалистов с привычками и особенностями развития своего малыша, рассказать о характерных чертах поведения ребенка, его склонностях и интересах, — это поможет впоследствии считаться с ними.

Необходимое условие успешной адаптации — согласованность действий родителей и воспитателей. В целях предупреждения отрицательных эмоций не следует резко изменять привычный уклад жизни детей. Особенно тяжело переносят дети разлуку с родителями, если их приводят к 8 часам утра и оставляют до вечера. Целесообразно в первые дни приводить ребенка только на прогулку, где условия напоминают условия домашнего двора. Здесь проще познакомиться с воспитателем и другими детьми.

Можно сместить по времени **приход в детский сад**, чтобы дети не стали свидетелями слез и отрицательных эмоций других детей при расставании со своими родителями. Это скажется на их настроении. Психолог советует родителям приводить новичков попозже не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить внимание ребенка на то, как родители приходят за детьми, как они радостно встречаются, как забирают ребят домой, как дети прощаются друг с другом, договариваются о завтрашней встрече. Это поможет детям по утрам спокойнее переносить расставание, привыкнуть к тому, что короткая ежедневная разлука не означает разрыва, отторжения от дома.

В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией, можно постепенно увеличивать время пребывания в детском садике. Рекомендации психологов следующие: около недели - забирать ребенка из садика до дневного сна, далее (при нормальном состоянии малыша) около недели - сразу после полдника, а уже потом можно оставлять на дневную прогулку. Как правило, в первые дни

дети устают как психологически, так и физически, поэтому при возможности хорошо устраивать "разгрузочные от садика" дни - один-два дня в неделю оставаться с ним дома. Родителям можно побыть в группе вместе с ребенком: присутствие в группе близкого человека, хотя бы и временное, дает ребенку возможность спокойно сориентироваться в новых условиях. Поддержка, теплота, уверенность в том, что мама рядом (играет с детьми или просто рассматривает с ними игрушки), помогает освоиться в новой обстановке.

В привыкании к новым условиям важную роль играет возможность принести с собой свои игрушки, знакомые и привычные предметы — все это создает для ребенка фон уверенности, обеспечивает психологический комфорт, помогает ему отвлечься от расставания с близкими. Постарайтесь уговорить оставить игрушку переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удастся привыкать к садику.

Расставаясь, не забудьте заверить ребенка, что непременно вернетесь за ним. Не забывайте постоянно говорить ему, что Вы его любите, что он по-прежнему дорог вам.

Создайте спокойный, бесконфликтный климат для малыша в семье. Щадите ослабленную нервную систему ребенка. Не увеличивайте, а уменьшайте нагрузку на нервную систему, - на время прекратите походы в цирк, театр, в гости. Намного сократите просмотр телевизионных передач.

Не реагируйте на выходки своего чада и не наказывайте за капризы. Когда малыш будет не в садике, постарайтесь уделять ему максимум внимания и заботы. Помните, что ни один садик в мире не заменит Вашему ребенку семью и самого любимого и дорого человека в мире – маму.

Адаптация

Как вообще происходит эта самая адаптация и что это, собственно говоря, такое?

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., каждый ребенок привыкает по-своему. Однако, можно отметить некоторые закономерности, про которые хотелось бы рассказать родителям.

Во-первых, надо помнить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом

возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в яслях. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

Кстати, мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Для эмоционально неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко - у них нет сформированной привязанности к матери. Психологи указывают на следующий парадокс: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (например, до 1 года), тем более он будет коллективистски настроен в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы - в дальнейшем такой ребенок может не испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания.

Таким образом, чем более развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее будет проходить адаптация. К сожалению, проблемы адаптации могут преодолеть не все дети, что может привести к развитию невроза у ребенка.

Если адаптация к яслям или детскому саду не произошла в течение 1 года и более, то это сигнал родителям, что с ребенком не все в порядке и нужно обратиться к специалисту. По наблюдениям психологов средний срок адаптации в норме составляет:

–	в	яслях	-	7-10	дней,
–	в	детском саду	в 3 года	-	2-3 недели,
–	в старшем дошкольном возрасте - 1 месяц.				

Конечно, каждый ребенок по-разному реагирует на новую ситуацию, однако, есть и общие черты. Всегда нелегко привыкают к детскому саду или яслям единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Осложняющим фактором адаптации будут и конфликты в семье, необщительность родителей. Дети непроизвольно усваивают негативные черты поведения родителей, что осложняет их отношения со сверстниками. Они ведут

себя неуверенно и нерешительно, много волнуются, сомневаются, поэтому не могут быть принятыми в группе.

"Я все умею делать сам!" Что должен уметь ребенок, который идет в детский сад Ребенок, который отправляется в детский сад, конечно, должен обладать определенными навыками самообслуживания: одеваться, есть, пользоваться горшком, умываться и вытирать руки и лицо полотенцем. Разумеется, воспитатели помогут справиться с пуговицами и шнурками, но нельзя ожидать, что они будут постоянно переодевать и кормить с ложки каждого из пятнадцати подопечных! С такой нагрузкой им не справиться даже при наличии няни.

Надо сказать, что два года - самый замечательный возраст для обучения самостоятельности. На вашей стороне сейчас сама природа с ее законами психического развития маленького человечка. Ведь недаром третий год жизни ребенка называют периодом, который проходит под девизом: "Я сам!". Сейчас малыша вообще не нужно заставлять что-то делать самостоятельно - он только к этому и стремится, настойчиво и упорно, решительно отстаивая свое право делать все без вашей помощи и получая огромное удовольствие от достижения цели.

Как правило, родителям двухлетних детей гораздо больше внимания приходится обращать на то, чтобы не мешать ребенку быть самостоятельным. И это, возможно, самый важный момент! Именно сейчас, на третьем году жизни, ребенок может и должен овладеть всеми навыками самообслуживания: есть и пить, умываться и чистить зубы, одеваться и раздеваться, своевременно пользоваться горшком. Он с легкостью может научиться убирать за собой игрушки, вытирать тряпкой стол, аккуратно складывать одежду.

Вам трудно в это поверить? Тем не менее это так, и более того: для достижения таких успехов вам вовсе не обязательно прикладывать какие-то значительные усилия, кроме одного - не мешать! Не хватать его за руки, не одергивать и не поправлять на каждом шагу, не пытаться все сделать за него, потому что он "маленький и ничего не умеет"!

На практике это, конечно, не так уж просто. Прежде чем дитя научиться умываться, пол в ванной комнате не раз и не два окажется залит водой. Самостоятельное одевание карапуза легко может расшатать нервную систему мамы, особенно если сама она по темпераменту холерик или сангвиник. И все - таки необходимо взять себя в руки, набраться терпения и обращаться с ребенком осознанно, а не под влиянием импульса.

Планируя все свои дела, заранее закладываете в расписание час или полтора (в зависимости от особенностей поведения ребенка) "на самостоятельность". Не делайте за ребенка того, что он может сделать сам. Давайте ему возможность опробовать самостоятельно всякий новый навык, и лишь в том случае, когда становится очевидным, что самому ему не справиться, предлагайте помощь (причем эта помощь должна быть обучающей: не "давай я сделаю сама!", а

"посмотри, это делается так"). С другой стороны, не нагружайте его заданиями, с которыми он определенно не может справиться: постарайтесь, чтобы карапуз пореже испытывал ощущение собственного бессилия и почаще добивался успеха.

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию.

Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., каждый ребенок привыкает по-своему. Однако, можно отметить некоторые закономерности, про которые хотелось бы рассказать родителям.

Адаптация неизбежна в тех ситуациях, когда возникает противоречие между нашими возможностями и требованиями среды. Выделяют три стиля, с помощью которых человек может адаптироваться к среде: а) творческий стиль, когда человек старается активно изменять условия среды, приспособлявая ее к себе, и таким образом приспособливается сам; б) конформный стиль, когда человек просто привыкает, пассивно принимая все требования и обстоятельства среды; в) избегающий стиль, когда человек пытается игнорировать требования среды, не хочет или не может приспособливаться к ним. Наиболее оптимальным является творческий стиль, наименее оптимальным — избегающий.

При этом различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

- легкая адаптация — поведение нормализуется в течение 10—15 дней; ребенок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения дошкольного учреждения; он не устраивает скандалов, когда мама ведет его в детский сад. Такие дети, как правило, болеют нечасто, хотя в период адаптации "срывы" все же возможны;

- адаптация средней тяжести — сдвиги нормализуются в течение месяца(или 2-х), ребенок на короткое время теряет в весе, есть признаки психического стресса. Малыш может периодически "всплакнуть", но ненадолго. Чаще всего в это время заболеваний не избежать.

- тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки; может наступить как физическое, так и психическое истощение организма. В этот период у ребенка наблюдаются ухудшение аппетита, вплоть до полного отказа от еды, нарушение сна и мочеиспускания,

резкие перепады настроения, капризы. Кроме того, малыш очень часто болеет - (в данном случае болезнь нередко связана с нежеланием ребенка идти в детский сад). Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют. Если родителям пустить ситуацию на самотек, это может перерасти в серьезные нервные заболевания и расстройства. В некоторых случаях нельзя будет обойтись без консультации специалиста, а если малыш не адаптируется к новым условиям в течение года, возможно, - подумать о том, чтобы прекратить посещать детский садик.

Для успешной адаптации важна предварительная подготовка и время, выделенное на постепенное вхождение малыша в коллектив. Немаловажен профессионализм воспитателя, его умение и стремление наладить с ребенком контакт. И, конечно, очень значимыми остаются внимание, любовь и поддержка родителей

Как научить ребенка одеваться?

Если ваш ребенок сейчас именно в таком возрасте - от двух до трех лет, - примите во внимание приведенные ниже советы.

- Не нужно немедленно требовать от ребенка, чтобы он, начиная с этого момента, всегда одевался только сам. Но - и это очень важно! - когда он по своей доброй воле берется за одежду и старается надеть ее сам, ни в коем случае не мешайте ему, не пытайтесь сделать все за него!

- Планируйте свое время таким образом, чтобы вы могли чувствовать себя спокойно, пока ребенок осваивает науку одевания. Лучше встать утром на полчаса раньше, чем лишить ребенка возможности вовремя овладеть новыми навыками.

- Если же малыш не проявляет желания одеваться самостоятельно, можно немножко подтолкнуть его. Например, вы можете надеть ему носочки, но не до конца, и предложить самому подтянуть их повыше.

- Предлагайте ему самому снимать ту одежду, которую действительно легко снять.

Как и любой другой навык, умение одеваться и раздеваться складывается постепенно, и вы поможете малышу, если будете ненавязчиво, но постоянно предлагать ему маленькие "уроки": самому продеть руки в рукава, одернуть не до конца надетое платьице и т. д. Можно играть с ребенком, устраивая соревнования: кто быстрее наденет носки и футболку.

Как научить ребенка убирать свои игрушки?

Этот навык, по большому счету, не из первостепенных, но все-таки желательно, чтобы он уже был в "багаже" малыша, который отправляется в детский сад. Конечно, в садике все этому учат, и привычку к аккуратности дети усваивают как раз именно там. Воспитательницу принято слушать, да и "влияние коллектива" делает свое дело. Но если в домашней жизни малышу ни

разу даже не намекали на то, что вещи можно и нужно держать в порядке, требование воспитателя убирать за собой может вызвать у ребенка протест.

Кстати, существует точка зрения, согласно которой от ребенка вообще нельзя требовать порядка в игрушках. И не только потому, что он по малолетству не способен его соблюдать, но прежде всего потому, что взрослые, родительские представления о порядке чужды его природе, возрастным особенностям психики. Требование "держать все на своих местах и не разбрасывать вещи где попало" тормозит развитие творческого потенциала малыша, угнетает его исследовательскую активность. Ребенок развивается по вселенскому, космическому закону: вначале его мир - это первобытный хаос, который он затем начинает упорядочивать.

Бесспорно, в этой теории есть доля истины. Ваш взрослый порядок, когда все "по полочкам", малышу действительно не нужен и не интересен. В таком упорядоченном извне мире не остается пространства для творчества. Но возникает вопрос: как совместить потребность юного творца в первобытном хаосе с потребностью родителей все-таки где-то жить?

Приходится искать компромиссы. В идеале у ребенка должна быть отдельная комната, в которой он и устраивает все так, как ему нужно - хаос так хаос, - и пространство для творчества не ограничено ничем, кроме соображений безопасности. В реальной жизни отдельная детская - роскошь, доступная далеко не всем, поэтому остается лишь каким-то образом делить ту территорию, что имеется в наличии. Скажем, повсюду на обоях рисовать нельзя, но в определенном месте на стене всегда висит большой лист ватмана - специально для упражнений в настенной росписи. Игрушки, рассыпанные по всей комнате, хотя бы к вечеру должны быть убраны, но под столом устроен "домик", и там маленький хозяин может убирать только то, что считает нужным.

В детском саду, скорее всего, не будет и компромиссов. Детей много, игрушек мало (и потому их нужно хоть немного беречь), у воспитателей - свои представления о том, что правильно, а что нет. К тому же они просто живые люди, и работать в условиях хаоса, учиненного пятнадцатью "творцами", обычно не соглашаются. Наконец, три-четыре года - это тот возраст, когда ребенку уже и в самом деле пора переходить к "упорядочиванию"; в противном случае он вырастет не столько художественно одаренной личностью, сколько банальной неряхой.

Так что вопрос об уборке, так или иначе, возникает. И если вы не хотите дожидаться того времени, когда вашего крошку "отдрессируют" в садике, начинайте... играть. Да, именно играть, а не шпынять, приказывать, требовать или уговаривать. Играть можно в погрузчики, краны, снегоуборочные машины, эвакуаторы. Можно играть в сбор ягод (грибов, цветов и т. д.), подбирая с малышом рассыпанную по полу мелочевку. Можно соревноваться - кто быстрее уберет свою часть игрушек. Можно придумать еще сотню способов превратить уборку в удовольствие. Главное, чтобы вы всегда вели себя последовательно. Нельзя приучать малыша к уборке время от времени: "Вчера убирал, сегодня,

так и быть, я сама, а завтра вообще оставим все, как есть". Если уж вы решили выработать полезную привычку, не отказывайтесь от своего намерения.

Ребенок, конечно, будет играть, но постепенно привыкнет к правилу: перед сном (или перед обедом, перед прогулкой) игрушки отправляются на полки, в ящики и прочие свои "домики".

Как научить ребенка не отбирать у других детей игрушки, делиться и не давать себя в обиду?

Когда карапуз полутора лет от роду выхватывает у другого лопатку из рук, он не совершает никакого преступления: в столь нежном возрасте он еще не имеет и не может иметь никакого представления о том, что такое "мое" и что такое "чужое". Он не умеет проводить границы, весь мир для него - "мое"! Он может хватать все, что покажется ему привлекательным, не только в песочнице, но и в гостях, и в магазине. Ведь до сих пор он существовал лишь в границах своего дома, где действительно все принадлежало ему. Вещи, которым не следует попадать в детские ручонки, вы старались просто держать подальше от него.

Но каждому ясно, что если таким же образом поведет себя трехлетний ребенок в детском саду, его никто за это не похвалит. Вопросы собственности и "распределения благ" в садике вообще очень часто обостряются. С одной стороны, игрушки там общие (что поначалу очень нелегко понять трехлетним и даже четырехлетним детям), с другой стороны, малыши очень любят приносить в группу любимые игрушки из дому, из - за чего обычно разыгрываются целые баталии... Итак, начнем обучать малыша проведению и соблюдению границ. Как только кроха выбирается из коляски и приступает к играм в песочнице, в его жизни появляются понятия "своего" и "чужого".

Не тревожьтесь, не страдайте от чувства стыда за "агрессивное" поведение малыша: его стремление ухватить чужую яркую машинку не имеет ничего общего с агрессией. Помните: ведь он еще учится! Ваша задача - помочь ему в этом. Однако опасна и другая крайность: спокойно стоять в сторонке и с умилением наблюдать за тем, как ваше чадо нападает на других малышей, отнимая у них игрушки и ломая их куличики. К сожалению, на каждой детской площадке можно увидеть и такую маму.

Ни в коем случае не надо ругать малыша, шлепать его - с психологической точки зрения он не совершает никакого проступка, захватывая чужие игрушки. Но успех придет к вам только в том случае, если вы будете очень последовательны. Одна из самых больших помех в таком обучении - добрые намерения других мам. Ваше чадо тянет из рук другого карапуза лопатку, а мама "жертвы", желая воспитать в своем малыше хорошие душевные качества, говорит ему: "Ну не жадничай, дорогой, отдай мальчику лопатку, пусть поиграет!". Если вы действительно хотите позаботиться о будущем своего ребенка, ни в коем случае не позволяйте принимать ему такой "дар"! И кстати,

никогда не ведите себя подобно этой маме. Если на вашего ребенка нападают, пытаюсь лишить его собственности, мягко, но уверенно пресекайте такие попытки.

Главное спасение для маленького ребенка, которого еще довольно долго чужие игрушки будут привлекать больше, чем свои, - умение выражать свои желания в социально приемлемой форме. Проще говоря, научите малыша меняться игрушками! Даже годовалый малыш наверняка уже знает слова "дай!" и "на!", а если нет, то теперь быстро этому научится, потому что ему нужны эти слова. Заметив, что ваше дитя нацелилось на имущество соседа по песочнице, перехватите его и скажите: "Давай попросим. А что мы дадим мальчику?". Как правило, малыши охотно меняются игрушками. Но если "сделка" не состоялась, не затягивайте "переговоры", в конце концов, вы не можете долго надоедать другому ребенку, если он ясно выразил свое нежелание меняться игрушками. Отвлеките своего малыша, предложив ему какую-нибудь новую игру.

И пожалуйста, забудьте слово "жадный"! Никогда не употребляйте его в отношении своего, а тем более чужого ребенка. В полтора и даже в два года ребенок не умеет делиться с другими. Если он без протестов отдает другим детям свои игрушки, то так происходит не потому, что он очень щедрый, а потому, что ему все равно - он может одинаково спокойно отдать свое и отнять чужое. А вот если он свое не отдает, вы можете тихонько поздравить себя: у малыша формируется чувство собственности! Раз он начал проводить границу вокруг "своего", значит, вскоре на карте его мира появится и "чужое", ребенок начнет осознавать разницу между этими понятиями и постепенно приучится с уважением относиться к собственности других детей.

Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад

Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.

Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.

Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.

Повысить роль закаливающих мероприятий.

Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.

Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.

"Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: одеваться, есть, пользоваться горшком, умываться и вытирать руки и лицо полотенцем.

Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.

Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.

Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад

Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Щадить его ослабленную нервную систему.

Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.

При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.

Почему же ребёнок плачет? И как лучше прощаться

Он плачет, потому что слезы - единственный способ, которым ребенок может показать, что он **БЕСПОКОИТСЯ**. Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания.

- Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).

- Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в магазин за покупками", или "Я иду на работу печатать на компьютере"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное.

- Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем удобно и понятно). Можно сказать: "Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время.

- Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, что будет делать: "Ты будешь с воспитателем Анной Григорьевной и другими детками. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать".

- Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом. Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещь (печенье, конфетку, яблоко, тетрадку), чтобы он чувствовал, что где-то далеко от него вы о нем помните и готовитесь к встрече.

Как избежать сцен и манипуляций

Ребенок чувствует, что "сцены" портят его отношения с родителями. Победить "сцены" помогут "ритуалы".

"Ритуал" - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

- на три минутки берет малыша на руки;
- целует и говорит, куда уходит и когда придет;
- просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.);
- говорит "спасибо" и "пока-пока";
- если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;
- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;
- уходит.

Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением. Ритуал помогает потому,

что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

Фразы, которые ухудшают ситуацию

- "Ты же сам говорил (говорила), что хочешь в детский садик (с детками играть), почему ты теперь не хочешь оставаться?";
- "Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!";
- "Ну, пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!";
- "Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!";
- "Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!".

Важно помнить: эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК. Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие, капризничает.

Ребенок спокойно общается со взрослыми, но очень застенчив в обществе других детей. Как научить его не бояться?

Если дома ребенка часто ругают, критикуют, упрекают и ограничивают, он становится чрезвычайно неуверенным в себе и потому пугливым. Так что прежде всего поищите причину его робости в своих собственных установках.

Причина негативной реакции ребенка на шумные компании сверстников может крыться и в особенностях его нервной деятельности. Если ваш малыш родился на свет интровертом, то он действительно будет малообщительным, будет быстро уставать от шума, беготни, большого количества людей вокруг. А экстраверты, наоборот, не выносят одиночества и чувствуют себя хорошо только в компании. Интроверсия и экстраверсия - врожденные установки, которые, как и темперамент, нельзя изменить. Но это не означает, что ребенок-интроверт совершенно не способен к общению. Просто этого общения не должно быть слишком много

Возможно, на протяжении долгих месяцев ваш малыш-интроверт на детской площадке будет лишь сторонним наблюдателем. Уважайте его особенности и не форсируйте события. Рано или поздно он начнет играть с другими детьми. А когда подрастет, вряд ли он станет "душой компании", но зато всегда будет самым верным и надежным другом тем, кого он впустит в свое личное пространство.

"Я все умею делать сам!" Что должен уметь ребенок, который идет в детский сад?

Ребенок, который отправляется в детский сад, конечно, должен обладать определенными навыками самообслуживания: одеваться, есть, пользоваться

горшком, умываться и вытирать руки и лицо полотенцем. Разумеется, воспитатели помогут справиться с пуговицами и шнурками, но нельзя ожидать, что они будут постоянно переодевать и кормить с ложки каждого из пятнадцати, а то и больше подопечных!

Надо сказать, что два года - самый замечательный возраст для обучения самостоятельности. На вашей стороне сейчас сама природа с ее законами психического развития маленького человечка. Ведь недаром третий год жизни ребенка называют периодом, который проходит под девизом: "Я сам!". Сейчас малыша вообще не нужно заставлять что-то делать самостоятельно - он только к этому и стремится, настойчиво и упорно, решительно отстаивая свое право делать все без вашей помощи и получая огромное удовольствие от достижения цели.

Не мешайте ребенку быть самостоятельным. Это важный момент! Именно сейчас, на третьем году жизни, ребенок может и должен овладеть всеми навыками самообслуживания: есть и пить, умываться и чистить зубы, одеваться и раздеваться, своевременно пользоваться горшком. Он с легкостью может научиться убирать за собой игрушки, вытирать тряпкой стол, аккуратно складывать одежду.

Планируя все свои дела, заранее закладываете в расписание час или полтора (в зависимости от особенностей поведения ребенка) "на самостоятельность". Не делайте за ребенка того, что он может сделать сам. С другой стороны, не нагружайте его заданиями, с которыми он определенно не может справиться: постарайтесь, чтобы карапуз пореже испытывал ощущение собственного бессилия и почаще добивался успеха.

"Как пойти в садик и не заболеть?"

Примерно четверть детишек реагирует на помещение в детский сад "скрытым сопротивлением". Попросту - начинают часто болеть. И самое распространенное объяснение, которое состоит в том, что дети "подхватывают" простуду друг от друга - лишь одна из причин.

Но прежде всего малыши начинают болеть просто потому, что снижается иммунитет из-за резкой смены обстановки: другой режим, непривычная пища, много шума и впечатлений, переживания из-за разлуки с мамой... Наконец, очень часто именно перед походом в садик дети получают полный "комплект" прививок, что тоже негативно отражается на состоянии защитных сил организма.

Так что, вам обязательно нужно позаботиться об укреплении здоровья малыша.

В детском саду воспитатели тщательно следят за тем, сухая ли одежда у малышей. Обычно, не смотря на переполненность группы, им удается проверить состояние одежек после прогулки и переодеть всех, кто в этом нуждается.

Внимание! Не забывайте оставлять в садике полный комплект запасной одежды для малыша. Как защитить ребенка от простуд? Ну, конечно же, закалять!

Обливаться, ходить босиком, не кутать, помнить, что, если вы мерзнете, это еще не означает, что ребенку тоже холодно. Для того чтобы здоровый образ жизни малыша был совсем уж совершенным, к водным процедурам и хождению босиком (и вообще отказу от перегрева!) добавьте гимнастику и, по возможности, массаж. Весь "оздоровительный комплекс" вы можете обсудить с детским врачом.

Какой режим дня принят в детских садах?

В	нашем	детском	саду	распорядок	дня	примерно	таков:
7.00	-	8.30	-	прием	детей	в	группу
9.00				-			завтрак,
затем		-		прогулка,			занятия
12.00		(или		12.30)		-	обед
13.00		-15.00		-		тихий	час
15.30				-			полдник,

затем - игры, прогулка.

Закрывается детский сад в 19.00, на практике же часам к шести вечера детишек обычно уже разбирают по домам.

Нередко трудности в адаптации к садик у бывают вызваны именно тем, что ребенку никак не удается привыкнуть к новому распорядку дня.

Нужно привести режим дома в соответствие с "нормативами" детского учреждения.

Перемены нужно вводить в жизнь ребенка постепенно и "малыми дозами". Каждый день понемногу сдвигайте все дела таким образом, чтобы в конце концов приблизиться к садиковому режиму.

А что же делать, если ребенок днем не спит?

Есть, конечно, дети, которые уже лет с двух не нуждаются в дневном сне, но это большая редкость. Как правило, хотя бы до четырех лет, а то и больше, ребенку нужно днем спать хотя бы час-полтора. Если привычки спать днем у него до сих пор не было, можно поначалу просто укладывать его в кровать и читать ему книжку. Пусть не спит, но хотя бы полежит. Попробуйте предложить ему какие-то тихие занятия: можно дать ребенку в постель любимую мягкую игрушку или несколько книжек, которые он любит рассматривать. Самое важное сейчас - чтобы малыш постепенно усвоил сам факт, что после обеда наступает тихий час и что в это время нужно оставаться в кровати и вести себя очень тихо.

© Developed by Xmax 2011 - 2013

Советы психолога

Адаптация ребенка к детскому саду, а значит к новым социальным условиям протекает подчас болезненно. С приходом в детский сад происходит серьезная перестройка всех его отношений с людьми, ломка привычных форм жизни. Эта смена условий жизни может сопровождаться переживаниями, снижением речевой и игровой активности, а нередко сказывается и на здоровье ребенка. Для ребенка, *не посещавшего детское учреждение*, непривычно все: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п.

Чтобы ребенок мог сравнительно безболезненно переступить порог детского сада, легче и быстрее привыкнуть к новым требованиям, необходимо подготовить его заранее. Тут на помощь придут советы психолога.

Еще *до поступления в детский сад* родители посещают учреждение и знакомятся с заведующей, психологом, с воспитателями той группы, которую будет посещать малыш. Им следует установить с ними контакт, узнать об условиях пребывания детей в дошкольном учреждении. Со своей стороны ознакомить специалистов с привычками и особенностями развития своего малыша, рассказать о характерных чертах поведения ребенка, его склонностях и интересах, — это поможет впоследствии считаться с ними.

Необходимое условие успешной адаптации — согласованность действий родителей и воспитателей. В целях предупреждения отрицательных эмоций не следует резко изменять привычный уклад жизни детей. Особенно тяжело переносят дети разлуку с родителями, если их приводят к 8 часам утра и оставляют до вечера. Целесообразно в первые дни приводить ребенка только на прогулку, где условия напоминают условия домашнего двора. Здесь проще познакомиться с воспитателем и другими детьми.

Можно сместить по времени **приход в детский сад**, чтобы дети не стали свидетелями слез и отрицательных эмоций других детей при расставании со своими родителями. Это скажется на их настроении. Психолог советует родителям приводить новичков попозже не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить внимание ребенка на то, как родители приходят за детьми, как они радостно встречаются, как забирают ребят домой, как дети прощаются друг с другом, договариваются о завтрашней встрече. Это поможет детям по утрам спокойнее переносить расставание, привыкнуть к тому, что короткая ежедневная разлука не означает разрыва, отторжения от дома.

В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией, можно постепенно увеличивать время пребывания в детском садике. Рекомендации психологов следующие: около недели - забирать ребенка из садика до дневного сна, далее (при нормальном состоянии малыша) около недели - сразу после полдника, а уже потом можно оставлять на дневную прогулку. Как правило, в первые дни дети устают как психологически, так и физически, поэтому при возможности хорошо устраивать "разгрузочные от садика" дни - один-два дня в неделю

оставаться с ним дома. Родителям можно побыть в группе вместе с ребенком: присутствие в группе близкого человека, хотя бы и временное, дает ребенку возможность спокойно сориентироваться в новых условиях. Поддержка, теплота, уверенность в том, что мама рядом (играет с детьми или просто рассматривает с ними игрушки), помогает освоиться в новой обстановке.

В привыкании к новым условиям важную роль играет возможность принести с собой свои игрушки, знакомые и привычные предметы — все это создает для ребенка фон уверенности, обеспечивает психологический комфорт, помогает ему отвлечься от расставания с близкими. Постарайтесь уговорить оставить игрушку переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удастся привыкать к садику.

Расставаясь, не забудьте заверить ребенка, что непременно вернетесь за ним. Не забывайте постоянно говорить ему, что Вы его любите, что он по-прежнему дорог вам.

Создайте спокойный, бесконфликтный климат для малыша в семье. Щадите ослабленную нервную систему ребенка. Не увеличивайте, а уменьшайте нагрузку на нервную систему, - на время прекратите походы в цирк, театр, в гости. Намного сократите просмотр телевизионных передач.

Не реагируйте на выходки своего чада и не наказывайте за капризы. Когда малыш будет не в садике, постарайтесь уделять ему максимум внимания и заботы. Помните, что ни один садик в мире не заменит Вашему ребенку семью и самого любимого и дорого человека в мире – маму.

Адаптация

Как вообще происходит эта самая адаптация и что это, собственно говоря, такое?

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., каждый ребенок привыкает по-своему. Однако, можно отметить некоторые закономерности, про которые хотелось бы рассказать родителям.

Во-первых, надо помнить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном

внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в яслях. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

Кстати, мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Для эмоционально неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко - у них нет сформированной привязанности к матери. Психологи указывают на следующий парадокс: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (например, до 1 года), тем более он будет коллективистски настроен в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы - в дальнейшем такой ребенок может не испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания.

Таким образом, чем более развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее будет проходить адаптация. К сожалению, проблемы адаптации могут преодолеть не все дети, что может привести к развитию невроза у ребенка.

Если адаптация к яслям или детскому саду не произошла в течение 1 года и более, то это сигнал родителям, что с ребенком не все в порядке и нужно обратиться к специалисту. По наблюдениям психологов средний срок адаптации

в	норме	составляет:
–	в яслях	– 7-10 дней,
–	в детском саду	в 3 года – 2-3 недели,
–	в старшем дошкольном возрасте	– 1 месяц.

Конечно, каждый ребенок по-разному реагирует на новую ситуацию, однако, есть и общие черты. Всегда нелегко привыкают к детскому саду или яслям единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Осложняющим фактором адаптации будут и конфликты в семье, необщительность родителей. Дети непроизвольно усваивают негативные черты поведения родителей, что осложняет их отношения со сверстниками. Они ведут себя неуверенно и нерешительно, много волнуются, сомневаются, поэтому не могут быть принятыми в группе.

"Я все умею делать сам!" Что должен уметь ребенок, который идет в детский сад
Ребенок, который отправляется в детский сад, конечно, должен обладать определенными навыками самообслуживания: одеваться, есть, пользоваться горшком, умываться и вытирать руки и лицо полотенцем. Разумеется, воспитатели помогут справиться с пуговицами и шнурками, но нельзя ожидать, что они будут постоянно переодевать и кормить с ложки каждого из пятнадцати подопечных! С такой нагрузкой им не справиться даже при наличии няни.

Надо сказать, что два года - самый замечательный возраст для обучения самостоятельности. На вашей стороне сейчас сама природа с ее законами психического развития маленького человечка. Ведь недаром третий год жизни ребенка называют периодом, который проходит под девизом: "Я сам!". Сейчас малыша вообще не нужно заставлять что-то делать самостоятельно - он только к этому и стремится, настойчиво и упорно, решительно отстаивая свое право делать все без вашей помощи и получая огромное удовольствие от достижения цели.

Как правило, родителям двухлетних детей гораздо больше внимания приходится обращать на то, чтобы не мешать ребенку быть самостоятельным. И это, возможно, самый важный момент! Именно сейчас, на третьем году жизни, ребенок может и должен овладеть всеми навыками самообслуживания: есть и пить, умываться и чистить зубы, одеваться и раздеваться, своевременно пользоваться горшком. Он с легкостью может научиться убирать за собой игрушки, вытирать тряпкой стол, аккуратно складывать одежду.

Вам трудно в это поверить? Тем не менее это так, и более того: для достижения таких успехов вам вовсе не обязательно прикладывать какие-то значительные усилия, кроме одного - не мешать! Не хватать его за руки, не одергивать и не поправлять на каждом шагу, не пытаться все сделать за него, потому что он "маленький и ничего не умеет"!

На практике это, конечно, не так уж просто. Прежде чем дитя научиться умываться, пол в ванной комнате не раз и не два окажется залит водой. Самостоятельное одевание карапуза легко может расшатать нервную систему мамы, особенно если сама она по темпераменту холерик или сангвиник. И все - таки необходимо взять себя в руки, набраться терпения и обращаться с ребенком осознанно, а не под влиянием импульса.

Планируя все свои дела, заранее закладываете в расписание час или полтора (в зависимости от особенностей поведения ребенка) "на самостоятельность". Не делайте за ребенка того, что он может сделать сам. Давайте ему возможность опробовать самостоятельно всякий новый навык, и лишь в том случае, когда становится очевидным, что самому ему не справиться, предлагайте помощь (причем эта помощь должна быть обучающей: не "давай я сделаю сама!", а "посмотри, это делается так"). С другой стороны, не нагружайте его заданиями, с которыми он определенно не может справиться: постарайтесь, чтобы карапуз

порезже испытывал ощущение собственного бессилия и почаще добивался успеха.

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию.

Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., каждый ребенок привыкает по-своему. Однако, можно отметить некоторые закономерности, про которые хотелось бы рассказать родителям.

Адаптация неизбежна в тех ситуациях, когда возникает противоречие между нашими возможностями и требованиями среды. Выделяют три стиля, с помощью которых человек может адаптироваться к среде: а) творческий стиль, когда человек старается активно изменять условия среды, приспособлявая ее к себе, и таким образом приспособливается сам; б) конформный стиль, когда человек просто привыкает, пассивно принимая все требования и обстоятельства среды; в) избегающий стиль, когда человек пытается игнорировать требования среды, не хочет или не может приспособливаться к ним. Наиболее оптимальным является творческий стиль, наименее оптимальным — избегающий.

При этом различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

- легкая адаптация — поведение нормализуется в течение 10—15 дней; ребенок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения дошкольного учреждения; он не устраивает скандалов, когда мама ведет его в детский сад. Такие дети, как правило, болеют нечасто, хотя в период адаптации "срывы" все же возможны;

- адаптация средней тяжести — сдвиги нормализуются в течение месяца(или 2-х), ребенок на короткое время теряет в весе, есть признаки психического стресса. Малыш может периодически "всплакнуть", но ненадолго. Чаще всего в это время заболеваний не избежать.

- тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки; может наступить как физическое, так и психическое истощение организма. В этот период у ребенка наблюдаются ухудшение аппетита, вплоть до полного отказа от еды, нарушение сна и мочеиспускания, резкие перепады настроения, капризы. Кроме того, малыш очень часто болеет - (в данном случае болезнь нередко связана с нежеланием ребенка идти в детский

сад). Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют. Если родителям пустить ситуацию на самотек, это может перерасти в серьезные нервные заболевания и расстройства. В некоторых случаях нельзя будет обойтись без консультации специалиста, а если малыш не адаптируется к новым условиям в течение года, возможно, - подумать о том, чтобы прекратить посещать детский садик.

Для успешной адаптации важна предварительная подготовка и время, выделенное на постепенное вхождение малыша в коллектив. Немаловажен профессионализм воспитателя, его умение и стремление наладить с ребенком контакт. И, конечно, очень значимыми остаются внимание, любовь и поддержка родителей

Как научить ребенка одеваться?

Если ваш ребенок сейчас именно в таком возрасте - от двух до трех лет, - примите во внимание приведенные ниже советы.

- Не нужно немедленно требовать от ребенка, чтобы он, начиная с этого момента, всегда одевался только сам. Но - и это очень важно! - когда он по своей доброй воле берется за одежду и старается надеть ее сам, ни в коем случае не мешайте ему, не пытайтесь сделать все за него!

- Планируйте свое время таким образом, чтобы вы могли чувствовать себя спокойно, пока ребенок осваивает науку одевания. Лучше встать утром на полчаса раньше, чем лишить ребенка возможности вовремя овладеть новыми навыками.

- Если же малыш не проявляет желания одеваться самостоятельно, можно немножко подтолкнуть его. Например, вы можете надеть ему носочки, но не до конца, и предложить самому подтянуть их повыше.

- Предлагайте ему самому снимать ту одежду, которую действительно легко снять.

Как и любой другой навык, умение одеваться и раздеваться складывается постепенно, и вы поможете малышу, если будете ненавязчиво, но постоянно предлагать ему маленькие "уроки": самому продеть руки в рукава, одернуть не до конца надетое платьице и т. д. Можно играть с ребенком, устраивая соревнования: кто быстрее наденет носки и футболку.

Как научить ребенка убирать свои игрушки?

Этот навык, по большому счету, не из первостепенных, но все-таки желательно, чтобы он уже был в "багаже" малыша, который отправляется в детский сад. Конечно, в садике все этому учат, и привычку к аккуратности дети усваивают как раз именно там. Воспитательницу принято слушать, да и "влияние коллектива" делает свое дело. Но если в домашней жизни малышу ни разу даже не намекали на то, что вещи можно и нужно держать в порядке, требование воспитателя убирать за собой может вызвать у ребенка протест.

Кстати, существует точка зрения, согласно которой от ребенка вообще нельзя требовать порядка в игрушках. И не только потому, что он по малолетству не способен его соблюдать, но прежде всего потому, что взрослые, родительские представления о порядке чужды его природе, возрастным особенностям психики. Требование "держать все на своих местах и не разбрасывать вещи где попало" тормозит развитие творческого потенциала малыша, угнетает его исследовательскую активность. Ребенок развивается по вселенскому, космическому закону: вначале его мир - это первобытный хаос, который он затем начинает упорядочивать.

Бесспорно, в этой теории есть доля истины. Ваш взрослый порядок, когда все "по полочкам", малышу действительно не нужен и не интересен. В таком упорядоченном извне мире не остается пространства для творчества. Но возникает вопрос: как совместить потребность юного творца в первобытном хаосе с потребностью родителей все-таки где-то жить?

Приходится искать компромиссы. В идеале у ребенка должна быть отдельная комната, в которой он и устраивает все так, как ему нужно - хаос так хаос, - и пространство для творчества не ограничено ничем, кроме соображений безопасности. В реальной жизни отдельная детская - роскошь, доступная далеко не всем, поэтому остается лишь каким-то образом делить ту территорию, что имеется в наличии. Скажем, повсюду на обоях рисовать нельзя, но в определенном месте на стене всегда висит большой лист ватмана - специально для упражнений в настенной росписи. Игрушки, рассыпанные по всей комнате, хотя бы к вечеру должны быть убраны, но под столом устроен "домик", и там маленький хозяин может убирать только то, что считает нужным.

В детском саду, скорее всего, не будет и компромиссов. Детей много, игрушек мало (и потому их нужно хоть немного беречь), у воспитателей - свои представления о том, что правильно, а что нет. К тому же они просто живые люди, и работать в условиях хаоса, учиненного пятнадцатью "творцами", обычно не соглашаются. Наконец, три-четыре года - это тот возраст, когда ребенку уже и в самом деле пора переходить к "упорядочиванию"; в противном случае он вырастет не столько художественно одаренной личностью, сколько банальным неряхой.

Так что вопрос об уборке, так или иначе, возникает. И если вы не хотите дожидаться того времени, когда вашего крошку "отдрессируют" в садике, начинайте... играть. Да, именно играть, а не шпынять, приказывать, требовать или уговаривать. Играть можно в погрузчики, краны, снегоуборочные машины, эвакуаторы. Можно играть в сбор ягод (грибов, цветов и т. д.), подбирая с малышом рассыпанную по полу мелочевку. Можно соревноваться - кто быстрее уберет свою часть игрушек. Можно придумать еще сотню способов превратить уборку в удовольствие. Главное, чтобы вы всегда вели себя последовательно. Нельзя приучать малыша к уборке время от времени: "Вчера убирал, сегодня, так и быть, я сама, а завтра вообще оставим все, как есть". Если уж вы решили выработать полезную привычку, не отказывайтесь от своего намерения.

Ребенок, конечно, будет играть, но постепенно привыкнет к правилу: перед сном (или перед обедом, перед прогулкой) игрушки отправляются на полки, в ящики и прочие свои "домики".

Как научить ребенка не отбирать у других детей игрушки, делиться и не давать себя в обиду?

Когда карапуз полутора лет от роду выхватывает у другого лопатку из рук, он не совершает никакого преступления: в столь нежном возрасте он еще не имеет и не может иметь никакого представления о том, что такое "мое" и что такое "чужое". Он не умеет проводить границы, весь мир для него - "мое"! Он может хватать все, что покажется ему привлекательным, не только в песочнице, но и в гостях, и в магазине. Ведь до сих пор он существовал лишь в границах своего дома, где действительно все принадлежало ему. Вещи, которым не следует попадать в детские ручонки, вы старались просто держать подальше от него.

Но каждому ясно, что если таким же образом поведет себя трехлетний ребенок в детском саду, его никто за это не похвалит. Вопросы собственности и "распределения благ" в садикиевообще очень часто обостряются. С одной стороны, игрушки там общие (что поначалу очень нелегко понять трехлетним и даже четырехлетним детям), с другой стороны, малыши очень любят приносить в группу любимые игрушки из дому, из - за чего обычно разыгрываются целые баталии... Итак, начнем обучать малыша проведению и соблюдению границ. Как только кроха выбирается из коляски и приступает к играм в песочнице, в его жизни появляются понятия "своего" и "чужого".

Не тревожьтесь, не страдайте от чувства стыда за "агрессивное" поведение малыша: его стремление ухватить чужую яркую машинку не имеет ничего общего с агрессией. Помните: ведь он еще учится! Ваша задача - помочь ему в этом. Однако опасна и другая крайность: спокойно стоять в сторонке и с умилением наблюдать за тем, как ваше чадо нападает на других малышей, отнимая у них игрушки и ломая их куличики. К сожалению, на каждой детской площадке можно увидеть и такую маму.

Ни в коем случае не надо ругать малыша, шлепать его - с психологической точки зрения он не совершает никакого проступка, захватывая чужие игрушки. Но успех придет к вам только в том случае, если вы будете очень последовательны. Одна из самых больших помех в таком обучении - добрые намерения других мам. Ваше чадо тянет из рук другого карапуза лопатку, а мама "жертвы", желая воспитать в своем малыше хорошие душевные качества, говорит ему: "Ну не жадничай, дорогой, отдай мальчику лопатку, пусть поиграет!". Если вы действительно хотите позаботиться о будущем своего ребенка, ни в коем случае не позволяйте принимать ему такой "дар"! И кстати, никогда не ведите себя подобно этой маме. Если на вашего ребенка нападают, пытаясь лишить его собственности, мягко, но уверенно пресекайте такие попытки.

Главное спасение для маленького ребенка, которого еще довольно долго чужие игрушки будут привлекать больше, чем свои, - умение выражать свои желания в социально приемлемой форме. Проще говоря, научите малыша меняться игрушками! Даже годовалый малыш наверняка уже знает слова "дай!" и "на!", а если нет, то теперь быстро этому научится, потому что ему нужны эти слова. Заметив, что ваше дитя нацелилось на имущество соседа по песочнице, перехватите его и скажите: "Давай попросим. А что мы дадим мальчику?". Как правило, малыши охотно меняются игрушками. Но если "сделка" не состоялась, не затягивайте "переговоры", в конце концов, вы не можете долго надоедать другому ребенку, если он ясно выразил свое нежелание меняться игрушками. Отвлеките своего малыша, предложив ему какую-нибудь новую игру.

И пожалуйста, забудьте слово "жадный"! Никогда не употребляйте его в отношении своего, а тем более чужого ребенка. В полтора и даже в два года ребенок не умеет делиться с другими. Если он без протестов отдает другим детям свои игрушки, то так происходит не потому, что он очень щедрый, а потому, что ему все равно - он может одинаково спокойно отдать свое и отнять чужое. А вот если он свое не отдает, вы можете тихонько поздравить себя: у малыша формируется чувство собственности! Раз он начал проводить границу вокруг "своего", значит, вскоре на карте его мира появится и "чужое", ребенок начнет осознавать разницу между этими понятиями и постепенно приучится с уважением относиться к собственности других детей.

Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад

Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.

Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.

Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.

Повысить роль закаливающих мероприятий.

Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.

Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.

"Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.

Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.

Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад

Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой. Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Щадить его ослабленную нервную систему.

Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша. Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе. Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.

При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.

Почему же ребёнок плачет? И как лучше прощаться

Он плачет, потому что слезы - единственный способ, которым ребенок может показать, что он БЕСПОКОИТСЯ. Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания.

- Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).

- Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в магазин за покупками", или "Я иду на работу печатать на компьютере"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное.

- Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем удобно и понятно). Можно сказать: "Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время.

- Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, что будет делать: "Ты будешь с воспитателем Анной Григорьевной и другими детками. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать".

- Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом. Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещь (печенье, конфетку, яблоко, тетрадку), чтобы он чувствовал, что где-то далеко от него вы о нем помните и готовитесь к встрече.

Как избежать сцен и манипуляций

Ребенок чувствует, что "сцены" портят его отношения с родителями. Победить "сцены" помогут "ритуалы".

"Ритуал" - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

- на три минутки берет малыша на руки;
- целует и говорит, куда уходит и когда придет;
- просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.);
- говорит "спасибо" и "пока-пока";
- если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;
- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;
- уходит.

Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением. Ритуал помогает потому, что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

Фразы, которые ухудшают ситуацию

- "Ты же сам говорил (говорила), что хочешь в детский садик (с детками играть), почему ты теперь не хочешь оставаться?";

- "Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!";
- "Ну, пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!";
- "Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!";
- "Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!".

Важно помнить: эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК. Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие, капризничает.

Ребенок спокойно общается со взрослыми, но очень застенчив в обществе других детей. Как научить его не бояться?

Если дома ребенка часто ругают, критикуют, упрекают и ограничивают, он становится чрезвычайно неуверенным в себе и потому пугливым. Так что прежде всего поищите причину его робости в своих собственных установках.

Причина негативной реакции ребенка на шумные компании сверстников может крыться и в особенностях его нервной деятельности. Если ваш малыш родился на свет интровертом, то он действительно будет малообщительным, будет быстро уставать от шума, беготни, большого количества людей вокруг. А экстраверты, наоборот, не выносят одиночества и чувствуют себя хорошо только в компании. Интроверия и экстраверия - врожденные установки, которые, как и темперамент, нельзя изменить. Но это не означает, что ребенок-интроверт совершенно не способен к общению. Просто этого общения не должно быть слишком много

Возможно, на протяжении долгих месяцев ваш малыш-интроверт на детской площадке будет лишь сторонним наблюдателем. Уважайте его особенности и не форсируйте события. Рано или поздно он начнет играть с другими детьми. А когда подрастет, вряд ли он станет "душой компании", но зато всегда будет самым верным и надежным другом тем, кого он впустит в свое личное пространство.

"Я все умею делать сам!" Что должен уметь ребенок, который идет в детский сад?

Ребенок, который отправляется в детский сад, конечно, должен обладать определенными навыками самообслуживания: одеваться, есть, пользоваться горшком, умываться и вытирать руки и лицо полотенцем. Разумеется, воспитатели помогут справиться с пуговицами и шнурками, но нельзя ожидать, что они будут постоянно переодевать и кормить с ложки каждого из пятнадцати, а то и больше подопечных!

Надо сказать, что два года - самый замечательный возраст для обучения самостоятельности. На вашей стороне сейчас сама природа с ее законами психического развития маленького человечка. Ведь недаром третий год жизни

ребенка называют периодом, который проходит под девизом: "Я сам!". Сейчас малыша вообще не нужно заставлять что-то делать самостоятельно - он только к этому и стремится, настойчиво и упорно, решительно отстаивая свое право делать все без вашей помощи и получая огромное удовольствие от достижения цели.

Не мешайте ребенку быть самостоятельным. Это важный момент! Именно сейчас, на третьем году жизни, ребенок может и должен овладеть всеми навыками самообслуживания: есть и пить, умываться и чистить зубы, одеваться и раздеваться, своевременно пользоваться горшком. Он с легкостью может научиться убирать за собой игрушки, вытирать тряпкой стол, аккуратно складывать одежду.

Планируя все свои дела, заранее закладываете в расписание час или полтора (в зависимости от особенностей поведения ребенка) "на самостоятельность". Не делайте за ребенка того, что он может сделать сам. С другой стороны, не нагружайте его заданиями, с которыми он определенно не может справиться: постарайтесь, чтобы карапуз пореже испытывал ощущение собственного бессилия и почаще добивался успеха.

"Как пойти в садик и не заболеть?"

Примерно четверть детишек реагирует на помещение в детский сад "скрытым сопротивлением". Попросту - начинают часто болеть. И самое распространенное объяснение, которое состоит в том, что дети "подхватывают" простуду друг от друга - лишь одна из причин.

Но прежде всего малыши начинают болеть просто потому, что снижается иммунитет из-за резкой смены обстановки: другой режим, непривычная пища, много шума и впечатлений, переживания из-за разлуки с мамой... Наконец, очень часто именно перед походом в садик дети получают полный "комплект" прививок, что тоже негативно отражается на состоянии защитных сил организма.

Так что, вам обязательно нужно позаботиться об укреплении здоровья малыша.

В детском саду воспитатели тщательно следят за тем, сухая ли одежда у малышей. Обычно, не смотря на переполненность группы, им удается проверить состояние одежек после прогулки и переодеть всех, кто в этом нуждается.

Внимание! Не забывайте оставлять в садике полный комплект запасной одежды для малыша.
Как защитить ребенка от простуд? Ну, конечно же, закалять!

Обливаясь, ходить босиком, не кутать, помнить, что, если вы мерзнете, это еще не означает, что ребенку тоже холодно. Для того чтобы здоровый образ жизни малыша был совсем уж совершенным, к водным процедурам и хождению

босиком (и вообще отказу от перегрева!) добавьте гимнастику и, по возможности, массаж. Весь "оздоровительный комплекс" вы можете обсудить с детским врачом.

Какой режим дня принят в детских садах?

В	нашем	детском	саду	распорядок	дня	примерно	таков:
7.00	-	8.30	-	прием	детей	в	группу
9.00				-			завтрак,
затем		-		прогулка,			занятия
12.00		(или		12.30)		-	обед
13.00		-15.00		-		тихий	час
15.30				-			полдник,

затем - игры, прогулка.

Закрывается детский сад в 19.00, на практике же часам к шести вечера детишек обычно уже разбирают по домам.

Нередко трудности в адаптации к садику бывают вызваны именно тем, что ребенку никак не удастся привыкнуть к новому распорядку дня.

Нужно привести режим дома в соответствие с "нормативами" детского учреждения.

Перемены нужно вводить в жизнь ребенка постепенно и "малыми дозами". Каждый день понемногу сдвигайте все дела таким образом, чтобы в конце концов приблизиться к садиковому режиму.

А что же делать, если ребенок днем не спит?

Есть, конечно, дети, которые уже лет с двух не нуждаются в дневном сне, но это большая редкость. Как правило, хотя бы до четырех лет, а то и больше, ребенку нужно днем спать хотя бы час-полтора. Если привычки спать днем у него до сих пор не было, можно сначала просто укладывать его в кровать и читать ему книжку. Пусть не спит, но хотя бы полежит. Попробуйте предложить ему какие-то тихие занятия: можно дать ребенку в постель любимую мягкую игрушку или несколько книжек, которые он любит рассматривать. Самое важное сейчас - чтобы малыш постепенно усвоил сам факт, что после обеда наступает тихий час и что в это время нужно оставаться в кровати и вести себя очень тихо.

© Developed by Xmax 2011 - 2013

КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДЕТСКИЙ САД

(рекомендации педагога-психолога)

Поступление ребенка в детский сад – значительное событие в жизни семьи. Для многих детей оно сопровождается стрессом. Поэтому к поступлению в детский сад ребенка следует готовить заранее.

1. Убедитесь в том, что Вы уверены, 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 родителей которых нет альтернативы детскому саду.
2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы он пошел в детсад.
3. Проходя мимо сада, радостно напомните малышу, как ему повезло – скоро он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии ребенка о своей удаче, говорите, что гордитесь малышом, 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 себя будет чувствовать ребенок. Спрашивайте и у него: что он будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, что он будет делать после обеда. Детей пугает неизвестность, но если они видят, что все происходит так, как было обещано, они чувствуют себя увереннее.
5. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как попросить помощи. Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. В группе много детей и иногда придется подождать своей очереди. Попробуйте обыграть затруднительные ситуации с ребенком, взяв на себя роль воспитателя, или на игрушках.
6. Приготовьте вместе с малышом «радостную» коробочку, положив туда, например, небольшие игрушки, лоскутки ткани, забавные предметы, красивые фантики, книжки с картинками, бумажные птички или самолетик, шишки и каштаны – с игрушкой веселее идти в детский сад, проще завязать отношения с другим ребенком.
7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки и услуги детям.
8. Ребенок привыкнет быстрее, если с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Сереже и т.д. Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.
9. Чем лучше Ваши отношения будут 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 легкой 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 малыша. Теперь Вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте его, 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 все получится».

13. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и малышу будет проще отпустить Вас.

14. Помните, что на привыкание к детскому саду ребенку может потребоваться до полугода. Рассчитывайте с учетом этого ваши силы, возможности, планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

15. Если через месяц Ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь вспомнить те, о которых Вы забыли.

16. Если Вы продолжаете испытывать потребность в контакте со специалистами, педагоги и педагог-психолог детского сада ждут Вас.

РЕБЕНОК ПОСТУПАЕТ В ДЕТСКИЙ САД

Попадая в незнакомую обстановку, даже взрослый человек поначалу чувствует себя некомфортно. Двухлетним малышам привыкать намного труднее. Не все дети адаптируются к новым условиям одинаково легко и быстро. Некоторые с первых дней чувствуют себя в новых условиях комфортно, другим на привыкание потребуются месяцы. В чем же причины тяжелой адаптации к условиям детского сада?

1. Отсутствие в семье режима для ребенка, совпадающего или хотя бы приближенного, к режиму детского сада (в детском саду он оптимальный для данного возраста).
2. Наличие у ребенка своеобразных привычек.
3. Неумение занять себя игрушкой.
4. Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.
5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми детьми и взрослыми.

Родители могут помочь своему ребенку и облегчить адаптацию, для этого нужно:

- По возможности расширять круг общения ребенка, помочь преодолеть ему страх перед незнакомыми людьми: обращать внимание ребенка на действия и поведение посторонних людей, объяснять смысл этих действий, вызывать положительное отношение к людям, взрослым и детям.

- Помочь ребенку разобраться в игрушках: использовать показ действий с ними, сюжетную игру, вовлекать в совместную игру.

- Развивать подражательные действия: «поиграем как зайчики полетаем, как птички» и др..

- Учить обращаться к другому человеку с просьбой, предложением, делиться

игрушкой, угостить чем-то, пожалеть плачущего и т.д..

- Не допускать в присутствии ребенка высказываний сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в детский сад.

- Не допускать в присутствии ребенка негативных высказываний о действительности детского сада, педагогах, детях.

- Приучать к самообслуживанию, поощрять самостоятельность.

К поступлению в детский сад ребенок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;

- самостоятельно пить из чашки;

- пользоваться ложкой;

- после еды задвигать свой стул;

- активно участвовать в одевании, умывании, а также:

- отлучен от груди и пустышки;

- отлучен от памперсов, иметь понятие о горшке.

Требования к ребенку должны быть последовательны и доступны. Важно постоянно упражнять в осваиваемых действиях, поощрять ребенка за самостоятельность, давать положительную оценку даже за попытку действовать самостоятельно.

ПРИВЫКАТЬ К НОВОМУ ЛЕГЧЕ ПОСТЕПЕННО

(помощь в период адаптации, советы психолога)

При поступлении ребенка в детский сад происходит ломка стереотипов: из знакомой семейной обстановки малыш попадает в непривычную среду, таящую в себе много неизвестного.

Четкий режим дня, отсутствие родителей, другой стиль общения, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение – все эти изменения создают для ребенка стрессовую ситуацию.

Привыкать к новому легче постепенно.

1 неделя: приводить ребенка на прогулку (и на вторую тоже). Играя рядом с детьми (дело – то привычное), ребенок может найти себе приятеля и вместе с ним войти в незнакомый дом. Он присмотрится к детям. Познакомится с воспитателями, увидит, что воспитательница заботится о детях, играет с ними, она заботливая, добрая и веселая. Нужно показать ребенку вашу группу, когда здесь играют дети, можно же привести и одного, когда все гуляют. Пусть не спеша освоит все, посмотрит игрушки, спальню, шкафы для одежды, туалет, столовую. За эту неделю ребенка нужно заинтересовать детским садом, помочь увидеть, что здесь интересно и нисколько не страшно. Не надо ограничивать, а наоборот, поощрять его контакты с детьми и педагогами, организовывайте их искусственно.

2 неделя: привести ребенка в группу после завтрака, когда уже другие дети

пришли и успокоились, побыть с малышом несколько минут, затем уйти, обязательно четко пообещать ему, что скоро, после прогулки, вернетесь за ним. Напомнить, что он остается здесь с детьми и воспитателем, который поможет ему, если что-то понадобится, нужно только ее попросить. Надо добиться, чтобы ребенок согласился Вас отпустить. Обещание обязательно нужно сдерживать: вернуться четко к концу прогулки. Если ребенок сам выражает желание пообедать или поспать с детьми – удовлетворите его просьбу; Вам повезло, Ваш малыш быстро адаптируется. Признаком хорошей адаптации к концу второй недели является то, что малыш идет к воспитателю на руки, на колени, принимает его ласку.

3 неделя: в течение этой недели желательно приучить малыша завтракать и обедать в детском саду. Это может быть как в присутствии мамы, так и без ее помощи, с воспитателем. Ребенок должен убедиться, что воспитатель, как и мама, тоже готов ему помочь в этом нелегком деле. Забирать малыша следует после обеда, но приходить за ним после прогулки, раздеть его. Если ребенок соглашается спать – хорошо; можно предложить ему это, показав, как укладываются дети и что для него есть такая же уютная кроватка.

4 неделя: за эту неделю желательно приучить малыша спать в детском саду. В этом помогут: любимая игрушка, принесенная из дома; домашняя пижама или ночная сорочка; традиционная мамина песенка, о которой вы скажете воспитателю, или какая – либо другая традиция домашнего укладывания. Если ребенок очень тяжело переносит адаптацию и никак не желает спать в детском саду, плачет, становится нервным – лучше это событие отодвинуть на более поздний срок и забирать малыша пораньше. Но, как правило, за четыре недели дети привыкают к детскому саду.

04 Июл 2012, автор: [admin](#)



Полезные рекомендации психолога:

**«Как подготовить ребенка к
поступлению в детский сад»**

Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно в ближайшее время, поскольку колебания родителей передаются детям.

Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму дошкольного учреждения, формировать у ребенка привычку вовремя ложиться спать и вовремя вставать, принимать пищу и

бодрствовать по часам. Планово, постепенно подводите ребенка к четкому его выполнению. Организм ребенка раннего возраста достаточно пластичен, поэтому перестройка ритмов сна и бодрствования происходит в течение недели. Чтобы ребенку было легче просыпаться по утрам, включите бодрую музыку или приходите будить его вместе с любимой игрушкой.

Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить данную привычку и предоставить ему возможность уснуть самостоятельно. Ломка сложившихся стереотипов при укладывании спать приводит адаптирующегося ребенка к негативным реакциям. Поэтому лучше это сделать в домашних условиях, не торопясь, постепенно, оберегая нервную систему малыша от переутомления.

Пребывание ребенка в дошкольном учреждении предполагает трехразовое питание, что обеспечивает нормальную жизнедеятельность и работоспособность детского организма. Однако не все дети хорошо едят в детском саду. Это связано, прежде всего, с изменением рациона детского питания. Поэтому следует пересмотреть меню, приучать детей есть разнообразные блюда, ежедневно употребляя супы, каши.

Необходимо обратить особое внимание на формирование у детей навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий самостоятельно есть, раздеваться и одеваться (кроме застегивания пуговиц и завязывания шнурков), не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослого, что положительно скажется на его самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушкой поможет ребенку отвлечься от переживаний, на какое-то время сгладить остроту отрицательных эмоций.

Отправлять ребенка в детский сад необходимо только при условии, что он здоров. Частые ОРВИ, острые инфекционные, хронические, соматические, врожденные заболевания относятся к анамнестическим факторам риска, осложняющим адаптацию ребенка к ДОУ. Если ваш ребенок подвержен чему-либо, то необходимо заранее проконсультироваться у участкового врача и как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.

Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте детские парки, площадки, берите с собой в гости. Наблюдайте, как он себя ведет: легко находит общий язык с окружающими, хочет общаться или, наоборот, замкнут, застенчив, робок, конфликтен в общении. Учите ребенка общению с окружающими людьми: как подойти, познакомиться с детьми, предложить свои игрушки, спросить что-либо, поблагодарить, попросить и т.д., что при этом надо сказать. Называйте других детей в присутствии ребенка по именам. Спрашивайте его дома о знакомых детях: Диме, Анжеле, Саше, Оле и т.д. Поощряйте обращение ребенка к другим людям за помощью и поддержкой, а также любой другой вид общения с окружающими в вашем присутствии.

Готовьте ребенка к временной разлуке с близкими людьми, внушайте ему, что он уже большой и должен обязательно ходить в детский сад, — все дети ходят, что в детском саду очень хорошо, интересно. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, что они делают, чему учатся.

Заранее познакомьте ребенка с воспитателями и детьми группы.

Не отдавайте ребенка в детский сад в период «кризиса трех лет».

Если родителям удастся приблизить домашний режим к режиму дошкольного учреждения, сформировать у ребенка навыки самообслуживания, умение общаться со сверстниками, занять себя, то адаптационный процесс будет для него менее болезненным.

Динамика продолжительности времени пребывания ребенка в ДОУ первую неделю определяется поведением самого ребенка.

31. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
32. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу накануне его поступления в ДОУ.
33. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
34. Постоянно обращайтесь внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.
35. Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период.
36. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
37. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, сократите просмотр телевизионных передач, старайтесь щадить его ослабленную нервную систему.
38. Одевайте ребенка в детский сад в соответствии с температурой воздуха в группе. Обращайте внимание на аккуратность и опрятность его внешнего вида.

39. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.
40. Будьте терпимее к его капризам. При явно выраженных невротических реакциях оставьте дома.
41. Выполняйте предписания врача, советы и рекомендации педагога.
42. Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте домой вовремя.
43. Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез — это может быть вызвано просто плохим настроением.

44. **Рекомендации родителям по подготовке ребенка**

45. **к детскому саду**

46. • *Каждый день оставляйте время на беседы с ребенком, о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети играют и гуляют, маме надо заняться делами семьи).*
47. · *Заранее спланируйте прогулки на территории детского сада. Обращайте внимание малыша на красоту территории, акцентируйте внимание ребенка на том, что скоро он сможет здесь гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем.*
48. · *С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подрос и готовится ходить в детский сад.*
49. · *Еще до первого посещения расскажите малышу о режиме дня в детском саду, что там делают дети и кто такие воспитатели. Это поможет малышу легче принять новизну в свою жизнь.*
50. · *Расскажите, что в детском саду он сможет приобрести новых друзей. Почитайте стихи или детские истории о детском саде, покажите картинки.*
51. · *Обязательно поговорите с ним о роли воспитателя. Многие дети ошибочно считают, что мама их бросила и отдала чужой тете. Научите ребенка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях.*
52. · *Предупреждайте малыша, что могут быть и трудности из-за того, что там деток много, а воспитатель один. Обучайте его терпению. Но всегда заверяйте, что мама или папа обязательно придут за ним.*
53. · *Поиграйте с ребенком дома в игру «Детский сад». Смоделируйте ситуации, которые могут произойти в группе и пути выхода из них.*
54. · *Важное средство общения в дошкольном учреждении – это детские игрушки. Чтобы часть семейной атмосферы была с малышом, позвольте ему брать с собой любимые игрушки.*
55. · *Поддерживайте с воспитателем и другими родителями. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству – это хороший фундамент прочных детско-родительских взаимоотношений.*
56. · *Конфликтные ситуации, недоразумения с воспитателем решайте без агрессии и не в присутствии ребенка.*
57. · *Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью, маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать, поэтому старайтесь больше внимания уделять ребенку дома.*

58. **«Назад | Вперед»**

59. ☺
60. ☺

61. **Ребенок идет в детский сад**

62. **СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ**

63. При поступлении в дошкольное учреждение меняются условия жизни ребенка: режим дня, характер питания, температура помещения. С целью предупреждения эмоционального стресса от резкого изменения этих условий родители еще до поступления ребенка в группу могут узнать в детском саду о режиме дня детей данного возраста, о температуре в групповых и спальнях комнатах, характере питания и начать придерживаться таких же условий дома.
64. Большое внимание следует уделять формированию у детей навыков самообслуживания, потому что отсутствие этих умений может привести к дискомфортному состоянию, так как привычная потребность ребенка в немедленной помощи со стороны взрослого не будет удовлетворяться. Поэтому для малыша нужно создать такие условия, в которых его самостоятельность и автономность могут развиваться. Например, следует предусмотреть, чтобы предметы одежды имели удобные застежки, обувь можно было надеть без особых усилий, носовой платок был доступен ребенку и т.д.
65. В дошкольных учреждениях проводятся родительские собрания, на которых происходит знакомство с педагогическим коллективом, рассказывается подробно о том, как будет проходить воспитательно-образовательный процесс. Возможно, Вам предложат заполнить анкету, в которую включены пункты о предпочтениях ребенка, его интересах. Это проводится для того, чтобы обеспечить комфортное пребывание ребенка в детском саду. Если у Вас возникают вопросы, Вы можете обратиться к психологу детского сада.

66. **Примерный перечень навыков, которые должен иметь ребенок от 2,5 до 3 лет**

67. **Навыки самообслуживания**

68. • ест довольно аккуратно, умеет пережевывать пищу, использует ложку и чашку (возможно небольшое докармливание);
69. • пытается одеваться самостоятельно (без застегивания): надевает нижнее бельё, носки, штаны, обувь, шапку и т.д.;
70. • самостоятельно моет и вытирает руки и лицо, начинает пользоваться носовым платком;
71. • просится в туалет, используя слова;
72. • узнает свои вещи;
73. • с помощью взрослого убирает игрушки.
74. **Индивидуальные особенности**
75. • употребляет в речи местоимения «Я», «МОЙ»;
76. • понимает слова «нельзя», «надо», иногда выполняет;
77. • любит, когда читают книжки;
78. • рассматривает картинки, может обозначить словом предмет, действие;
79. • любит слушать музыку;
80. • любит рисовать так, как умеет.

81. **Развитие общения**

82. • изображает поведение взрослого;
83. • «отыгрывает» на кукле, мишке знакомые действия: кормит, укладывает спать и т.д.;
84. • любит играть рядом с другими детьми, иногда пытается вступить в контакт;

85. • по просьбе взрослого может оказать помощь: подать полотенце, принести ложку.
86. **Развитие речи**
87. • понимает обращенную к нему речь;
88. • повторяет за взрослым предложения из 3-4 слов;
89. • самостоятельно строит предложения из 3-4 слов (допустимо неграмматное построение фразы);
90. • может ответить на вопросы: «Где?», «Куда?».
91. **Сенсорное развитие**
92. • подбирает к образцу предметы основных цветов (красный, желтый, синий, зелёный);
93. • ориентируется в контрастных формах предметов (мячик, кубик, кирпичик и т.д.);
94. • различает большой и маленький предметы.
95. **Продуктивная деятельность**
96. • самостоятельно делает постройки (дом, диван...);
97. • умеет рисовать замкнутую линию (клубочек, шарик);
98. • пытается лепить из теста булочки, лепешки.
99. **Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад**
100. Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.
101. • Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
102. • Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.
103. • Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
104. • Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.
105. • Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.
106. • Повысить роль закаливающих мероприятий.
107. • Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.
108. • Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
109. • Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.
110. • "Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
111. • Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
112. • Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.

- 113. • *Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.*
- 114. • *Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.*
- 115. • *Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.*
- 116. • *Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.*
- 117. • *Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад.*
- 118. • *Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.*
- 119. • *Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.*
- 120. • *Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.*
- 121. • *Щадить его ослабленную нервную систему.*
- 122. • *Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.*
- 123. • *Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.*
- 124. • *Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.*
- 125. • *Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.*
- 126. • *Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.*
- 127. • *При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.*
- 128. • *При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.*

129.

130. **Насколько легко ребенок войдет в коллектив группы?**

- 131. *Это зависит от многих факторов, и прежде всего от того, насколько сам малыш замотивирован ходить в сад и насколько не боятся этого родители. Нередко родители чуть ли не отговаривают дитя от садика - и порой успешно. Да, многим из них (чаще мамам) просто страшно - как это, ребенок будет целый день в саду, не будет по маме скучать. Да мама от этого плохо себя чувствует... У таких мам ребенок - главное в жизни (что из этого выходит, когда такой ребенок вырастет, мы обсудим в пятой главе). Но именно от сочетания готовности самого ребенка и родителей зависит адаптация вашего малыша в группе.*
- 132. *Девочка трех лет первый раз пошла в детсад, причем в самый первый день родители привели ее в группу чуть ли не раньше всех - именно сегодня им надо было пораньше на работу. Они попросили воспитателей непременно позвонить им, если с девочкой возникнут сложности - хотя*

сама девочка очень хотела в садик. Дома ей было невыносимо скучно. Звонка из садика не последовало, и родители, отработав полный день, пришли ближе к закрытию садика и увидели - их ребенок остался последним в группе. Ходит среди игрушек, распевает какую-то песню, а увидев родителей, заявил: "А, мама и папа? Ну идите домой, не волнуйтесь!"

133. А ведь бывает и так, что детей приходится первые несколько месяцев водить только на полдня, в группе они не могут ни есть, ни спать, ни играть. А утром в раздевалке разыгрываются целые трагедии: "Мамочка не уходи, мамочка заведи меня пораньше..." Возможно, у ребенка какие-то проблемы в общении. А может, внутренняя тревога, явившаяся отражением проблем в семье. Но иные мамы чуть ли не культивируют такое слезное прощание - им это подспудно добавляет гордости за свое родительское предназначение! Хотя гораздо здоровее психологически тот ребенок, который говорит родителям: "Ну пока" и срывается в группу, потому что там его приятели уже сгрудились вокруг какой-то игрушки... Кстати, домой такой ребенок идет тоже не с истерикой "наконец-то за мной пришли", а просто с охотой. Как тут не вспомнить старую поговорку для взрослых о том, что такое счастье: это когда утром хочется идти на работу, а вечером хочется идти домой...

134. Чтобы ребенок легче адаптировался в саду, проведите первичную подготовку:

- не отбивайте у него охоту общаться с детьми.
- если гуляете с ним во дворе - постарайтесь не вмешиваться в его общение с другими детьми (по крайней мере пока нет открытого конфликта)
- Подробности прогулки или поездки с кем-то из родителей непременно обсудите дома (попросите ребенка рассказать другому родителю о прогулке - заодно и речь потренируете).
- Опять же - не отгораживайте ребенка от реальной жизни. Развивайте его помехоустойчивость, создавайте ему время от времени своего рода безопасные трудности (например, иногда над ребенком можно подтрунивать - добродушно. И чувство юмора развивается, и реакция на обзывания в саду будет более спокойная). Во всяком случае, научите малыша не пасовать перед проблемами, не бежать сразу за помощью, но и не отвечать на обиду упреждающей агрессией.
- Научите ребенка говорить "нет", особенно тем взрослым, которые предлагают ему неприемлемые для него вещи. Приучите ребенка сообщать вам о ЛЮБОМ случае, когда кто-то его просил о чем-то "папе с мамой не говорить" - за этой просьбой может скрываться опасность. И сверстникам, которые могут его подбивать на какой-нибудь неблагоприятный поступок, тоже нужно уметь отказывать. Вообще ребенка нужно учить думать. Вот тогда это будет личность, и тогда садик станет полноценным тренингом общения, подготовкой к школе и ко взрослой жизни вообще!

135. **«Назад | Вперед»**

Советы психолога: Первый раз в детский сад

- Первый раз в детский сад: об адаптации в раннем возрасте
- "Долгие проводы - горькие слезы", или что делать в случае тяжелой адаптации?

- Вопросы адаптации
- Момент истины или способен ли он к адаптации: откровенный разговор о трудностях адаптации от рождения до школьной скамьи



Вопросы адаптации

Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду

Адаптационный период - серьезное испытание для малышей 2-3 года жизни. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша. Поэтому мы рекомендуем:

- Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада, в которую будет ходить ребенок.
 - Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.
 - Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок. Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста, оптимальный вариант: брючки или шорты без застёжек и лямок.
 - Расширяйте "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.
 - Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.
 - В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем. В детский сад можно брать с собой любимую игрушку.
 - Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.
 - Для предупреждения нервного истощения необходимо делать в середине недели "выходной день" для малыша.
 - В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.
 - Ребенок должен приходит в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксолиновой мазью.
- Если окажется, что у ребенка развита потребность в сотрудничестве с близкими и посторонними взрослыми, если он владеет средствами предметного взаимодействия, любит и умеет играть стремится к самостоятельности, если он открыт и доброжелателен по отношению к сверстникам, считайте, что он готов к поступлению в детский сад или ясли.

Весь адаптационный период проходит под контролем медико-педагогической службы с участием психолога.

Уровни адаптации детей при поступлении в детский сад

Уровень адаптации	Симптоматика адаптации
Легкая	<p>Поведение - нормализуется в течение 1 недели. Аппетит - снижается, к концу первой недели восстанавливается. Сон - восстанавливается в течение 2 недель. Адаптация проходит в течение 1 месяца. Характерна аффективная разлука и встреча с близкими взрослыми</p>
Средняя	<p>Поведение восстанавливается до 40 дней, настроение вялое, плаксивое, неустойчивое. Пассивность, малоподвижность, не соблюдается регрессия навыков. Восстановление до возрастной нормы в течение полутора месяцев. Сон - восстанавливается до возрастной нормы в течение 40 дней. Характерна аффективная разлука и встреча с близкими взрослыми.</p>
Тяжелая	<p>Поведение - неадекватное, иногда граничит с невротическими проявлениями. Ребенок апатичен. Аппетит - длительный отказ от еды, снижен, нестабилен, может наблюдаться невротическая рвота (при кормлении насильно). Сон - нестабилен, неглубок, невротичен (ребенок плачет во сне, часто просыпается), отказ от сна. Срок адаптации растягивается из-за частых длительных болезней. Адаптация длится от 6 месяцев до 1,5 лет. Апатичен по отношению к близким взрослым при встрече и разлуке.</p>

Нервно-психическое развитие детей третьего года жизни

Линия развития	Показатели
2 года 6 месяцев	
Сенсорное развитие	Подбирает по образцу разнообразные предметы четырех цветов (красный, синий, желтый, зеленый).
Общие движения	Приставным шагом перешагивает через несколько препятствий, лежащих на полу на расстоянии 20 см.
Игра	В игре действует взаимосвязано, последовательно выполняет 2-3 действия.
Активная речь	Строит предложения из трех и более слов.
Навыки	Самостоятельно одевается, но еще не умеет застегивать пуговицы, завязывать шнурки. Самостоятельно использует горшок по напоминанию взрослого.
3 года	

Сенсорное развитие	Называет четыре основных цвета (красный, синий, желтый, зеленый).
Общие движения	Переступает через препятствия высотой 10-15 см чередующимся шагом.
Игра	В игре исполняет роль.
Активная речь	Употребляет сложные предложения.
Навыки	Одевается самостоятельно, с небольшой помощью взрослого.

Ваш ребенок идет первый раз в детский сад?

Раздел: [Детская психология](#)

В жизни каждого родителя наступает такой период когда ему приходится принимать решение о посещении детского сада его сыном или дочерью. Подготовка малыша к предстоящему событию является самым волнующим, тревожным и одновременно ответственным моментом в жизни многих мам и пап.

С уверенностью могу сказать, что адаптация малыша к условиям детского сада проходит у всех детей, но какая она будет: легкая или тяжелая, короткая или длительная - зависит прежде всего от родителей.

Опираясь на личный профессиональный опыт и опыт психологов дошкольных учреждений, хочу предложить Вашему вниманию "Памятку для родителей при поступлении ребенка в детский сад". Выполнение данных рекомендаций поможет облегчить процесс адаптации ребенка к условиям детского сада, а само посещение дошкольного учреждения - радостным событием в жизни Вашего малыша!

Памятка для родителей при поступлении ребенка в детский сад.

1. Прежде всего, убедитесь в своей уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

2. В доме необходимо создать спокойную обстановку, с пониманием относиться к эмоциональное напряжение активными движениями, интересной игрой и т.д.. Следует пораньше укладывать малыша на ночной сон после теплой ванны. Общение с ребенком в этот период должно быть особенно ласковым.

3. Родителям заранее надо рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем дети туда ходят, почему родители хотят, чтобы малыш посещал детский сад. Целесообразно провести с ребенком беседы: «Детский сад – это такой красивый большой дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Мы бы очень хотели, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, кровати,

маленькие раковинки для умывания, маленькие шкафчики, много красивых игрушек. В саду тебе будет очень интересно и весело...».

4. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло – осенью он сможет туда ходить. В присутствии малыша расскажите родственникам и знакомым о большой удаче – его приняли в детский садик.

5. Учите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени; просить, а не отнимать игрушки. А так же проявлять внимание и сочувствие к сверстникам (делиться игрушками, уступать); отзываться на просьбу сверстника, помогать ему; называть по имени и отчеству воспитателей группы, знать свое имя, бережно относиться к вещам и игрушкам. В игре доброжелательно и с симпатией относиться к товарищам, играть вместе с другими детьми, совместно с другими детьми пользоваться игрушками.

6. Приучайте ребенка к режиму. Очень важно оздоровить ребенка. За 1-2 мес. пройти мед. осмотр, сдать необходимые анализы. Старайтесь, чтобы ребенок как можно больше времени проводил на свежем воздухе (не менее 4-х ч. зимой и весь световой день летом). Постоянно проводите массаж, гимнастику, закаливающие процедуры. Если у малыша плохой аппетит, не кормите его насильно. Постарайтесь приблизить домашний рацион к рациону детского сада. Исключите из питания ребенка протертую пищу.

7. Собираясь в детский сад, с воспитателем группы, куда поступил ребенок, необходимо познакомиться заранее. Сообщить ему, каким ласковым словом (именем) называют дома ребенка, рассказать о его привычках, особенностях поведения и других подробностях домашней жизни.

Необходимо и в выходные дни, когда ребенок дома, придерживаться режима дня, принятого в дет. саду. Резкие изменения режима даже на протяжении нескольких дней выбивают ребенка из привычного ритма и вызывают излишнюю нервозность.

8. Если у ребенка к моменту поступления в детский сад сохранилась привычка к укачиванию или сосание соски, отучать необходимо постепенно: сначала дома, потом в детском саду, договорившись с воспитателем.

Малыш может принести в группу любимые игрушки, книжки или др. пустячки, с которыми он не расстанется. Это поможет ребенку легче и безболезненно привыкнуть к ДОУ.

9. Разработайте с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания – ему будет проще отпустить вас.

10. Помните, что на привыкание ребенка в детском саду может потребоваться до полугода. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации малыша.

11. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он построит взаимоотношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по имени. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Толе и т.д. Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью и поддержкой к

другим людям в вашем присутствии.

12. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

13. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени – компенсируйте это качеством общения: чаще обнимайте ребенка, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте любые изменения его настроения.

14. Научите ребенка управляться с одеждой самостоятельно. Позаботьтесь о том, чтобы все вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек или пуговиц, ботинки на липучках. Шапку и шарф лучше заменить на шапку-шлем – и шею не дует, и надевать проще. Вместо рубашек приготовьте водолазки, вместо кофт – свитера. Вообще, главное, чтобы ребенок быстро собрался на прогулку и был аккуратным и опрятным.

Чтобы ребенку было легко убирать свои вещи, позаботьтесь о петельках на одежде, удобных для ребенка. Сделайте маркировку одежды. Целесообразно указать не только имя и фамилию, но и условный символ (цветок, бабочка и т.д.), познакомьте с ним малыша, чтобы он легко узнал свою одежду. Дома организуйте вешалку для верхней одежды ребенка так, чтобы она была доступна малышу, и чтобы он сам мог самостоятельно после прогулки вешать туда свою одежду. Не делайте этого за ребенка, но наблюдайте, направляйте его, помогайте ему, напоминайте, хвалите за то, что он сам, без напоминания, убирает свои вещи на место.

Перед сном поставьте рядом с кроваткой стульчик для одежды. Приучайте его снимать одежду самостоятельно и складывать ее на стульчике, а утром надевать чистую одежду, которую вы приготовили. Стремитесь к тому, чтобы ребенок знал название одежды и правильно указывал на нее. Когда ребенок одевается и раздевается, будьте рядом с ним, поощряйте, используя игровые приемы. При необходимости помогайте ребенку советами, выраженными в спокойном тоне. Не торопите ребенка, сохраняйте спокойствие: навык самообслуживания требует усилий, терпения и многократных повторений. Предоставьте ребенку возможность овладевать необходимыми навыками, в том числе и культурно-гигиеническими.

15. Обучайте ребенка здороваться и прощаться со взрослыми, сверстниками, употребляя слова, выражающие просьбу, благодарность (спасибо, пожалуйста); выполнять элементарные правила культурного поведения на улице и в помещении; не топтать зеленые насаждения, бросать мусор в предназначенных местах, аккуратно пользоваться туалетом, не выходить из-за стола не окончив еды, говорить «спасибо» и т.д. Необходимо помнить, что родители образец для поведения - что делают родители, то делают и дети!

Приготовьте «приданное для ребенка».

Чтобы ребенок комфортно чувствовал себя в первое время, он может брать с собой из дома в детский сад игрушку, которой покажет, где его кроватка, стол, какие игрушки в группе, познакомить с детьми.

Кроме того необходимо приготовить для детского сада следующее:

- Сменную обувь (тапочки или туфельки на каблукке с удобной застежкой);
- 2 носовых платка;
- расческу;
- два комплекта нижнего белья;
- сменную одежду на случай, если ребенок нечаянно испачкается;
- пакет для испачканной одежды;
- запасная одежда находится в мешке на вешалке в шкафчике ребенка.

Я желаю Вам успехов в подготовке к такому важному и волнующему периоду в жизни малыша, как поступление в детский сад - это означает, что он взросл

Советы психолога

«Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад»

- Не обсуждайте при малыше волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.
- Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.
- Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
- Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и ввести их в режим ребенка дома.
- Как можно раньше познакомить малыша с детьми с детским саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.
- Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
- Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за его непослушание.
- Готовить Вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой.
- Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.
- Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.
- Все время объяснять ребенку, что он для вас, как и прежде, дорог и любим.
- Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

Помните!!!

Детей учит то, что их окружает:

- Если ребенка часто критикуют – он учится осуждать.
- Если ребенку часто демонстрируют враждебность – он учится драться.
- Если ребенка часто высмеивают – он учится быть робким.
- Если ребенка часто позорят – он учится чувствовать себя виноватым.
- Если к ребенку часто бывают снисходительны – он учится быть терпеливым.
- Если ребенка часто подбадривают – он учится уверенности в себе.

- Если ребенка часто хвалят – он учится оценивать.
- Если с ребенком обычно честны – он учится справедливости.
- Если ребенок живет с чувством безопасности – он учится верить.
- Если ребенка часто одобряют – он учится к себе хорошо относиться.
- Если ребенок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь.

Рекомендации психолога

Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад

Ваш малыш готовится к поступлению в детский сад. Для него скоро начнется новая жизнь. Чтобы ребенок вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, и адаптация проходила успешно, хотим предложить Вам ряд рекомендаций. Они позволят Вам, заботливым родителям, грамотно помочь своему ребенку безболезненно пережить процесс перехода из дома в детский сад.

1. Постарайтесь создать в семье спокойную, дружескую атмосферу. Занимайтесь с ребенком совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте... Поощряйте любопытство. Не скупитесь на похвалу.

2. Заранее узнайте все новые моменты в режиме дня в детском саду и введите их в домашний распорядок дня. Следует упорядочить часы сна, бодрствования, питания и т. д. При выполнении режимных моментов поощряйте и развивайте детскую самостоятельность.

3. Установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении.

4. Будьте терпеливы.

5. Формируйте у ребенка навыки самообслуживания и личной гигиены. Очень важно давать ребенку ложку и приучать его к самостоятельной еде, потому что ребенок, который не ест самостоятельно, чувствует себя дискомфортно и может отказаться от того, чтобы его докармливал незнакомый взрослый. А голодный ребенок утомляется, нервничает, и адаптация в таком случае проходит сложнее.

Необходимо приучать ребенка к горшку, так как в детском саду не предусмотрены условия для смены памперсов, а **главное** у ребенка, который не умеет пользоваться горшком, может возникнуть страх новой обстановки и негативная реакция на гигиенические процедуры, а также негативное отношение к незнакомому взрослому (воспитателю), который пытается сформировать у ребенка культурно-гигиенические навыки. Формирование навыков контроля за естественными физиологическими потребностями организма ребенка является базовым, так как на его основе строится дальнейшее успешное развитие физиологических и психологических процессов. Убедительно просим Вас **формировать у ребенка навыки самостоятельности** – это сделает пребывание ребенка в группе более комфортным, и даст возможность детям быстро собраться на прогулку, заняться играми и другими интересными делами. В **1 год 6 месяцев - 2 года** приучаем ребенка раздеваться с небольшой помощью взрослого (снимать шапку, валенки, рейтузы, расстегнутые туфли, шорты, юбку, колготки). К **2-м годам** под контролем взрослого учим выполнять отдельные действия: снимать и надевать перечисленные одежду и обувь в определенном порядке. В **2 - 3 года** обучаем детей порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи взрослого учим снимать одежду, обувь (расстегивать молнии, пуговицы спереди, застежки на липучках, надевать и снимать трусы, колготки, шорты, юбку); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь. В связи с этим просим Вас одевать ребенка в детский сад в удобную для него одежду, с которой он может справиться самостоятельно (без тугих кнопок, молний, шнурков и т. п.).

6. Заранее готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми. Посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на праздниках, ходите на дни рождения друзей, наблюдайте, как ребенок себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует (нелегко находит общий язык), контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован. Но **во время адаптации** круг общения ребенка должен быть ограничен близкими людьми и группой детского сада. Гостей, массовых мероприятий в это время следует избегать, чтобы не перегрузить нервную систему Вашего малыша.

7. Познакомьтесь с воспитателем группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается.

8. О предстоящем поступлении в детский сад беседуйте с ребенком, как о радостном событии. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем и опасений, связанных с детским садом.

9. Вхождение ребенка в детский сад должно быть постепенным Вначале нужно привести его в группу, познакомить с воспитателем, со сверстниками, посмотреть вместе с ним игрушки, вызвать интерес к новому окружению и вернуться домой. Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его на целый

день или (если потребуется) устраивать «разгрузочный день» в середине или в конце недели. В первую неделю ребенок находится в группе детского сада до 11 часов, забираем его с прогулки, идем домой на обед и обязательно организуем дневной сон (**отступить от режима д/с нежелательно**). Затем несколько дней пребывания в детском саду должны ограничиваться временем до дневного сна. Просим **приводить ребенка в детский сад до 8.30**, чтобы он успел до завтрака успокоиться и включиться в жизнь группы. В дальнейшем, в зависимости от состояния ребенка, это время постепенно увеличивается (**время пребывания обязательно обсуждайте с воспитателями группы**). Не опаздывайте, забирайте ребенка всегда вовремя.

10. Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь «уговорить» ее переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Если ребенок на это не согласится, пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом вы узнаете многое о том, как вашему малышу удается привыкать к детскому саду.

11. В период привыкания детей к детскому саду **важно учитывать, что, находясь в группе, они чувствуют себя скованно и вынуждены сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению**, которое, если его не разрядить, может стать причиной невроза. Поэтому дома, в привычной обстановке, следует как можно больше играть с ним в веселые подвижные игры и в полной мере выражать эмоции как детям, так и взрослым. Не пугайтесь «домашних» слез ребенка - это естественная реакция в период привыкания к детскому саду.

Советы психолога

Как готовить родителям ребёнка к поступлению в детский сад:

1. Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
2. Отправить в детский сад ребёнка лишь при условии, что он здоров.
3. Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и ввести их режим дня ребёнка дома.
4. Повысить роль закаливающих мероприятий.
5. Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.
6. Учить ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
7. Не угрожать ребёнку детским садом как наказание за непослушание.
8. Готовить Вашего ребёнка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что он уже большой.
9. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребёнка в детский сад.
10. Всё время объяснять ребёнку, что он для Вас, как и прежде, дорог и любим.
11. Настраивать ребёнка на мажорный лад. Внушать ему, что очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
12. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте парки, детские площадки, приучайте к игре в песочницах, ходите на дни рождения друзей.

Как надо вести себя родителям с ребёнком, когда он впервые начал посещать детский сад:

1. Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
2. Щадить его ослабленную нервную систему.
3. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.
4. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
5. Как можно раньше сообщить воспитателям и психологу о личностных особенностях малыша.
6. Создать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
7. Не реагировать на выходки ребёнка и не наказывать его за мелкие капризы.

Как не надо вести себя родителям с ребёнком, когда он впервые начал посещать детский сад:

1. В присутствии ребёнка плохо говорить о детском саде.
2. «Наказывать» ребёнка детским садом и поздно забирать домой.
3. Мешать его контактам с детьми.
4. Всё время кутать, одевать не по сезону.
5. Увеличивать нагрузку на нервную систему, водить ребёнка в многолюдные и шумные места.

Консультация для родителей «Домашний театр»



Заботясь о музыкально-эстетическом развитии ребенка, родители обязательно должны продумать возможность посещения театров (драматического, музыкального, кукольного), концертных залов, цирковых представлений и т.д. Начиная с 4-5 лет, детей уже можно постепенно приобщать к различным театрализованным зрелищам. Старших дошкольников следует приобщать к восприятию музыкально-сценических произведений – оперы, балета, мюзикла, в основе которых лежат сюжеты доступных детям этого возраста художественных произведений. Огромную радость, удовольствие испытывают дети и от посещения цирковых представлений.

Посещение театра дает огромный запас ярких, незабываемых впечатлений, которые накапливаются у ребенка и дают ему возможность, опираясь на них, передавать свое собственное отношение к окружающему в самостоятельной музыкально-театрализованной

деятельности. Домашний театр помогает в удовлетворении потребности ребенка в самовыражении, позволяет реализовать накопленный физический и эмоциональный опыт. Поэтому важной задачей семейного воспитания является создание родителями домашнего театра – кукольного, драматического, в котором актерами сначала могут быть взрослые члены семьи, но постепенно в это волшебное действо нужно вовлекать и детей. Домашний театр — это не только средство развлечения. Он может быть и терапевтическим средством для многих детей, нуждающихся в снятии напряжения, стресса, в разрешении конфликтной ситуации, приобретении навыков поведения в социуме и т. п.

Родители могут организовать кукольный театр, используя для этой цели имеющиеся в доме игрушки (зайца, кошку, медведя, петушка, белочку, кукол и др.) или изготовив кукол своими руками, например, из папье-маше, из картона (плоскостные изображения для настольного театра), сшить из ткани, сделать из соломы, связать из ниток и др. Можно сделать перчаточные куклы би-ба-бо, которые надеваются на руку ребенка или взрослого, и тогда он, двигая руками, пальцами, создает определенный сценический образ.

Когда это возможно, полезно привлекать к такой работе детей. Сделанные собственными руками куклы, декорации для кукольного театра доставят ребенку много радости, удовлетворения от того, что он смог это сделать, справился с этим, и в дальнейшем он будет с удовольствием использовать их, разыгрывая сюжеты знакомых сказок или сочиняя свои сказки. Кукольные персонажи могут двигаться под соответствующую музыку: бегать, прыгать, танцевать и т.д.

Спектакли могут быть не только кукольными. Дети очень любят сами перевоплощаться в любимых героев и действовать от их имени в соответствии с сюжетами сказок, мультфильмов, детских спектаклей и т.д. И в этом родители могут помочь им, поддерживая их инициативу, изготавливая импровизированные костюмы, участвуя в этих мини-спектаклях в качестве рассказчика или в качестве одного или даже нескольких персонажей.

Вместе с родителями дети могут заранее подготовить такие маленькие представления, а затем показать своим гостям во время семейных праздников.

Не жалейте времени на домашние постановки - результат будет стоить того, ведь для детишек это будет настоящий праздник.

Теремок

Сценарий для постановки русской народной сказки в домашнем кукольном театре



Действующие лица:

Мышка

Лягушка

Заяц

Лиса

Волк

Медведь

(Теремок, несколько деревьев. На поляну из-за деревьев
выходит мышка,
останавливается перед теремком.)

Мышка

Хватит мне бродить по свету,
Будет мне тепло зимой.
Если никого здесь нету,
Значит, домик этот – мой!

(Мышка входит в теремок. На поляну выходит Лягушка,
направляется к теремку.)

Лягушка

Что за славный теремок!
Ах, какое чудо!
Он не низок, не высок,
Рядышком запруда!
Из трубы дымок идет.
Дверь мне отворите!
Кто тут в тереме живет,
Ну-ка, говорите!

(Из окна выглядывает Мышь.)

Мышка

Мышка здесь живет норушка!
Кто ты будешь, отвечай!

Лягушка

Я Лягушка-поскакушка,
Будем пить с тобою чай!

Мышка

Для тебя найдется место,
Веселее жить вдвоем.

(Лягушка входит в дом. На поляну выходит Зайчик и направляется к теремку.)

Зайчик

Что за славный теремок
Он не низок не высок
Кто тут в тереме живет?

Мышка

Мышка здесь живет норушка.

Лягушка

Я Лягушка-поскакушка.
Говори, кто ты такой!

Зайчик

Открывайте, это я –
Зайчик-побегайчик!
Вы пустите жить меня,
Я хороший Зайчик!
Лягушка (Зайчику)
Оставайся с нами!

(Зайчик заходит в дом. На поляну выходит Лиса и направляется к теремку.)

Лиса

Вот так терем-теремок,
Ладный да нарядный!
Кто тут в тереме живет?

Мышка

Мышка здесь живет норушка.

Зайчик

И ушастый Зайка!

Лягушка

И Лягушка-поскакушка.

Кто ты, отвечай-ка!

Лиса

А я кумушка краса
Очень рыжая Лиса.

Зайчик

Заходи, кума, смелее,
Вместе будет веселее!
(Лиса входит в дом.)

Лиса

Лучше дома в мире нет!
(На поляну выходит Волк и подходит к теремку.)

Волк

Вот хоромы так хоромы –
Здесь простора хватит всем!
Что молчите? Есть кто дома?
Да не бойтесь вы, не съем!
(Из теремка по очереди робко выглядывают его
обитатели.)

Мышка

Мышка здесь живет норушка.

Зайчик

И ушастый Зайка!

Лягушка

И Лягушка-поскакушка.

Лиса

И Лиса, хозяйка!
Не возьму я что-то в толк,
Кто ты?

Волк

В дом пустите!
Я совсем не страшный волк!
Сами посмотрите!

Зайчик

Ладно, Серый, заходи,
Только не кусайся!

Лягушка

Сразу выгоним, учти,
Коль обидишь Зайца!

(Волк входит в дом. Все обитатели теремка выглядывают
в окошки.)

Все жители теремка (хором)

Мы теперь одна семья
И гостям всем рады!

(Из-за деревьев выходит Медведь идет к теремку.)

Медведь

С вами жить хочу и я!

Все (хором)

Нет, Медведь, не надо!

Медведь (обиженно)

Зря вы так. Я пригожусь!

Мышка

Больно ты огромен.

Медведь

Да не бойтесь, помещусь.

Я в запросах скромн.

(Медведь лезет в теремок. Дом начинает шататься и
падает. Жители теремка плачут на развалинах.)

Мышка

Что ж ты, Мишка, натворил?

Лягушка

Мы ж предупреждали.

Зайчик

Теремок наш развалил!

Лиса

Без угла оставил!

Медведь

Ну, простите вы меня,
Я ведь не нарочно.

Волк

Хоть и виноват медведь,
Мы ему поможем!

Зайчик

Чем о домике жалеть,
Лучше новый сложим!

(Медведь ставит новый теремок на место старого.)

Все кричат

Ура!

Конец.