

**Консультация «Как правильно подготовить  
ребенка к посещению детского сада?  
Адаптация ребенка в детском саду.»**

## Как правильно подготовить ребенка к посещению детского сада? Адаптация ребенка в детском саду.

Вхождение в новый коллектив дается непросто всем малышам без исключения. Развитие трехлетнего ребенка по-прежнему происходит в играх. Игра — это способ решения проблем, уяснения сути вещей, передача эмоций, процесса, нахождение своей роли и своего отношения к ним.

Поэтому только с помощью игры можно плавно ввести ребенка в новый круг общения и познакомить с новыми правилами, в нем существующими. Игре малыш доверяет безгранично. И любую инициативу поиграть воспримет на

«ура».

По сути, вся наша жизнь — игра, и играть в нее нужно с азартом, равнодушно. Иначе фортуна, а вместе с ней и хорошее настроение отвернутся, подведут. Необходимо уметь самому создавать себе праздник, причем из привычных вещей, банальных повседневных ситуаций. Научите кроху именно такому ощущению жизни. Тогда ему будет гораздо проще

адаптироваться к любой ситуации. Воспринимая все новое как веселый эксперимент, новую игру, которую предлагают нам жизненные обстоятельства, малыш наверняка захочет блеснуть своими способностями. Грех не воспользоваться заманчивым предложением показать себя с лучшей стороны.

Научившись *«мыслить позитивно»*, т. е. воспринимать все новое как заманчивое предложение поиграть в новую игру, ваш ребенок не утратит ощущения легкости и радости жизни. Причем позитивный настрой не оставит ребенка, даже когда он повзрослеет. А инициативность, в хорошем смысле слова азартность останутся в характере, и будут сопутствовать успеху ребенка.

Работаем играючи

Все необходимо делать играючи, чтобы дело спорилось, и ваш заразительный настрой передавался малышу. По дороге в детский сад поддерживайте с малышом веселый тон общения, подбадривайте кроху веселым стишком или песенкой, когда он будет переодеваться, мыть ручки, садиться за стол, чтобы порисовать. Таким образом, ощущение праздника будет сопутствовать всему, что связано с детским садом в сознании малыша. А на празднике, как мы знаем, все веселятся, и никто не позволяет себе грустить и переживать из-за пустяков.

Атмосфера, которую создадите ребенку в группе вы и которую поддержит воспитатель, очень важна для маленького ребенка. Она должна быть душевной, мудрой с одной стороны и, конечно же, веселой с другой.

Повеселитесь в компании ребенка. Пока он сам не составил себе устойчивого впечатления о новом месте, предложите ему свой вариант: тут весело, и

всегда есть чем заняться. Работайте над закреплением этого ощущения. При этом все негативные моменты, которые ребенку незнакомы или непонятны, сведите до минимума, обращая их в антураж новых игр.

Помните, что для малыша пребывание в группе детского сада — действительно работа, которую он к тому же выполняет впервые. Поэтому вам необходимо научить малыша не бояться трудностей и полюбить свое новое место «*службы*». Иронизируйте, развлекайте, отвлекайте!

Адаптация к детскому саду в возрасте 3-4 лет длится от 2-3 недель до 2-3 месяцев.

Основные правила для родителей начинающих воспитанников детского сада:

1. Старайтесь уделить значительное количество времени подготовке ребенка к поступлению в детский сад: оттачивайте необходимые навыки самообслуживания, безопасности жизнедеятельности, навыки построения коммуникации, работы по инструкции. Обратите внимание на психологический аспект подготовки: рассказывайте малышу поучительные истории, помогающие получить опыт в области разрешения конфликтов, налаживании коммуникации, проявления инициативы.

2. Особое внимание уделите первому опыту посещения ребенком детского сада. Обеспечьте малышу закрепление позитивной психологической установки: в детском саду мне хорошо. Проговаривайте те положительные эмоции, которые ребенок испытывает в детском саду (их наверняка будет достаточно, если вы не ошибетесь в выборе воспитателя).

3. Подготовка к поступлению в детский сад должна занимать по меньшей мере девять месяцев, чтобы у ребенка было меньше психологических потрясений. Опыт, приобретаемый ребенком в новом для себя месте, должен нарастать плавно, постепенно. Поэтому перед поступлением в детский сад на

«*полный день*» следует пройти адаптацию в группе кратковременного пребывания.

4. Ориентируйтесь на индивидуальные потребности ребенка: если для первого посещения группы пары часов ему оказалось достаточно, значит, первое время ограничьтесь этим временем пребывания в коллективе. Но не начинайте адаптацию, ограничиваясь только временем прогулки, она наименее информативна для ребенка.

5. Позаботьтесь о психологическом комфорте своего ребенка. Его и так не слишком много в жизни современного человека. В группе родителю необходимо находиться рядом с малышом, чтобы помочь сориентироваться в

новой обстановке и обеспечить чувство безопасности. Начинать новый период в жизни с психотравмирующей ситуации ребенку ни к чему. Чтобы не травмировать ребенка и не портить ему впечатление от новой атмосферы, следует покидать группу только с согласия малыша. В противном случае страх потери мамы еще долго будет препятствовать ребенку в установлении контакта с воспитателем и сверстниками, проявлении своих способностей.

6. Постарайтесь познакомить ребенка со всеми режимными моментами, индивидуально разъясняя и показывая, каким образом можно удовлетворить потребности в личной гигиене, играх, где можно переодеться, если стало холодно или необходимо следовать на прогулку, когда нужно мыть руки, посещать туалетную комнату (после прогулки, уроков физкультуры, перед

едой, приходя и покидая группу). Когда малыш немного освоится, передайте

«бразды правления» воспитателю, переадресовывая малыша к нему по всем относящимся к его ведению вопросам. Уметь наладить диалог с воспитателем малыш должен еще в рамках посещения группы

кратковременного пребывания.

7. Постарайтесь сплотить коллектив группы и дать малышу проявить свои способности в коллективе в наиболее благоприятной для него обстановке игры, проводимой под вашим руководством.

8. Когда малыш начнет посещать группу, проводя в ней полный день, очень важно родителям оставаться в курсе жизни ребенка. Регулярно общайтесь с воспитателями, учителями музыкальных и физкультурных занятий, выясняя успехи ребенка, программу развития, которые они предлагают. Повторяйте упражнения дома: пойте песни, выполняйте разминку и т. д. Кроме того, не забывайте посещать утренники, на которых малыш выступает, чтобы

продемонстрировать результаты своего труда (*ваша оценка по-прежнему очень важна*).

9. Узнавайте меню малыша в группе детского сада, учитывайте его при

питании ребенка дома. Следите, чтобы малыш питался полноценно, получая достаточное количество витаминов и белка. Также следует быть в курсе аппетита ребенка, который он демонстрирует в группе.

10. Тщательно выбирайте ту одежду, которую ребенку придется носить в садике. Верхняя одежда должна быть немаркой, простой, удобной для

самостоятельного застегивания ребенком, переодевания. Без особых усилий со стороны маленького владельца она должна защищать тело от

переохлаждения в области шеи, головы, поясницы. Поэтому куртки должны быть длинными, с воротниками-стойками, шапки — с завязками, штаны — с подтяжками; заколки — мягкими, тканевыми. Одежда в группе должна способствовать тому, чтобы ребенок мог без труда с ней справиться при переодевании. Юбки должны быть широкими, короткими, шорты — без

тугих поясов и резинок, свободного покроя, босоножки — закрытые спереди и сзади (для упора, с удобной застежкой и супинатором. Вся одежда должна быть максимально функциональной: без излишних украшений (которые легко отрываются, хрупких кружевных вставок, марких белоснежных элементов. Для уроков физкультуры необходимо иметь в шкафчике чешки, а на музыкальные занятия девочкам лучше облачаться в платица. Кроме того, на случай ЧП в шкафчике каждого ребенка должны быть запасные носочки, колготки, шортики, маечки, и никаких конфет!

11. На родительском собрании всегда выясняйте успеваемость ребенка,

расспрашивайте воспитателей об основных проблемах, интересах малыша.

Хотя бы раз в неделю проводите домашнее родительское собрание, выясняя

те же самые вопросы у ребенка. Сравнивайте полученную информацию. Если малыш не хочет говорить о садике, это тревожный признак, помогите ребенку раскрепоститься и все-таки поделиться своими переживаниями. Вы можете предложить крохе рассказать сказку про детский сад, используя

знакомых ему героев. Например, про Машеньку, которая стала ходить в садик. Проанализируйте текст, который сочинит ваш малыш. Возможно, те события, которые будут приписаны сказочной Маше, происходят в жизни самого ребенка.

12. Перед посещением детского сада правильно психологически настраивайте ребенка. Объясняйте, что у каждого человека — свои задачи, некоторые из них мы выполняем с удовольствием, другие — по необходимости, чтобы обеспечить свою безопасность, например. Но все мы ответственны за то, чтобы выполнить поставленные перед нами цели и

задачи. Малыши должны вырасти, стать взрослыми, чтобы заниматься любимым делом, ходить, как мама и папа, на работу, иметь в будущем своих детей. Для этого им нужно много учиться и сохранять свое здоровье. В

детском саду у карапуза такая же работа, как у мамы и папы. Она помогает ребенку выполнять свои особенные задачи: общаться, играть, учиться новому, выполняя определенные упражнения. Все это приносит настоящее удовольствие, если относиться к этому с любовью, точно так же, как мама и папа относятся к своему делу, своей работе.

13. Не устанавливайте за посещение детского сада какой-либо «платы», особенно соизмеряя ее с шоколадно-ореховым эквивалентом. Таким образом, вы отрицательно влияете на мотивацию ребенка. Малыш должен понять, что в садик ходят ради собственного интереса, а не за призы и подарки.

Особая работа есть у каждого из нас, и только от нас зависит, станет ли она по-настоящему любимой. Подготавливайте малыша к грядущим изменениям заранее. Действуя мягко, без резких скачков и поворотов, вовремя

информируйте малыша о новых для него задачах, поясняя, для чего их выполнение необходимо. Используйте сказку, чтобы подготовить малыша к

тому, что ожидает его в стенах детского учреждения. Рассказывайте поучительные истории, веселые стишки, организуйте игры для отработки необходимых навыков. Благоприятный психологический климат, родительская поддержка и правильная информированность ребенка о своих задачах создадут все условия для того, чтобы поступление в детский сад для малыша стало радостным, долгожданным событием.

Итак, родители должны соблюдать ряд правил:

- Не нервничать самим, не ругать ребенка за слезы и капризы, связанные с садом. Вести себя спокойно и твердо.

- Не идти на поводу у ребенка. Не пропускать сад, не сидеть дома несколько дней, что бы ребенок меньше нервничал и меньше плакал. Нерегулярное посещение сада удлиняет процесс привыкания, делает его более болезненным.

- Ребенок должен быть здоров, что бы меньше болеть в период адаптации к саду.

- Желательно соблюдать единые требования к ребенку дома и в саду.

- Поддерживать контакт с воспитателем, интересоваться успехами ребенка, тем, как прошел его день. Дома желательно читать книги о детском саде, показывать мультфильмы на эту тему. Всячески показывать плюсы пребывания в саду.

- Объяснять ребенку, что мама заберет его из садика, не оставит там навсегда. Родители должны поддерживать в ребенке уверенность, что он самый лучший, самый любимый, что от него не избавились, отдав в сад. Родители так же не должны чувствовать себя виноватыми, что отдали ребенка в сад.

Воспитатель в свою очередь так же должен проявить терпение и такт в отношении воспитанников. Адаптация ребенка пройдет легче, если воспитатель с самого начала включит ребенка в совместную значимую деятельность. Игра со сверстниками еще не является наиболее значимым

видом деятельности, а взаимодействие со взрослым уже важно для малыша. Отвлечь ребенка можно, попросив помочь убрать игрушки, накрыть на стол, раздать материал для занятия и т. д. В конце рабочего дня можно похвалить ребенка перед мамой, рассказать, каким помощником он был, какой он самостоятельный, рассказать, что будет завтра, какие занятия, досуги

проведёт педагог, как интересно будет ребенку. Большинство детей с удовольствием играют со взрослым. Воспитатель может организовать игру детей, взять в свою игру более робкого, «домашнего» ребенка, сделать его главным в игре. Важно при этом не фиксировать внимание ребенка на его

«горе», не утешать, не жалеть чрезмерно. Лучше доброжелательно и уверенно объяснить, что мама поработает и придет за ребенком, что вечером мы все пойдем домой. Воспитатели тоже вечером уходят к себе домой, к

своим детям, своей семье. Хорошо помогает облегчить привыкание к саду игрушка, принесенная из дома. С ней можно играть, спать, её можно покормить, поиграть.

Важно не запугивать ребенка, не кричать на него, не угрожать, не шантажировать («будешь плакать, мама не придет» и т. д.)

Если адаптация проходит тяжело, можно предложить родителям забирать ребенка до сна, потом сразу после сна, затем уже в 5-6 часов. Можно

некоторое время разрешать не есть какую-либо еду, особенно новую, которую не готовят дома. Это этап не должен слишком затянуться, чтобы не стать нормой. Ребенок, даже самый маленький, хорошо умеет манипулировать взрослым человеком. В период адаптации воспитателю важно быть доброжелательным, но твердым, четко объяснять ребенку требования сада: что можно делать, а что нельзя и почему.

В любом случае важно помнить о значении коллектива в воспитании ребенка. Малыш проводит в саду большую часть дня. Он играет, общается,

получает различные умения и знания. Детский сад дает систематизированные знания и умения, которые не всегда могут дать родители.

Человеку необходимо общество и общение для полноценного развития его личности, основы общения в социуме закладываются в дошкольном учреждении.