

Дети раннего возраста – самые маленькие воспитанники детского сада, впервые пришедшие в коллектив сверстников. Им трудно расстаться с мамой, еще труднее полюбить “чужую тетю” (воспитателя). Но очень скоро детский сад станет для них вторым домом. Особое отношение возникнет к воспитателю, которого они не только полюбят, но и будут копировать в играх, начнут подражать его действиям и словам.

Педагоги нашего детского сада стремятся создать уютную, теплую обстановку, напоминающую дом. Но как бы ни хороша была среда, окружающая ребенка, она не может сама по себе, без руководства взрослого, вызвать душевное спокойствие ребенка. Воспитатели создают эмоциональный комфорт, проявляют профессиональные знания и высокие человеческие чувства.

Для того, чтобы Ваш ребенок быстро и легко привык к новому образу жизни, который предлагает детский сад, чувствовал себя в группе уверенно и комфортно, мы просим родителей о сотрудничестве в период его адаптации к новым условиям.

Прислушавшись к нашим нехитрым рекомендациям, Вы сможете легче справиться со слезами ребенка в адаптационный период. Будьте уверены, утро, когда Ваш малыш просто поцелует Вас и, развернувшись, побежит в группу, обязательно наступит. И как скоро это случится, зависит исключительно от Вас.



## Психологическая подготовка

для мамы

1. Если Вас не оставляет чувство тревоги, поделитесь переживаниями с мужем, своими или его родителями, подругами и коллегами по работе. Вы услышите много утешительных историй про то, как дети привыкали к садикам и потом не хотели оттуда уходить. Вы с удивлением обнаружите, что по прошествии нескольких лет родители вообще с трудом вспоминают о трудностях первых дней посещения детского сада.
2. Если вы сами посещали садик, попытайтесь вспомнить свое детство – многие взрослые помнят только последние пару лет перед школой и их воспоминания включают только игры и утренники. Боль расставания с родителями в памяти не сохраняется. Если вы помните какие-то отрицательные моменты, подумайте, как вы можете помочь своему ребенку с ними справиться, чего вы ожидали от своих родителей, когда были ребенком.
3. Не переносите на малыша свой детский негативный опыт. Если вам в садике было плохо, вас обижали дети или воспитатели были жестоки, несправедливы – это не значит, что ваш ребенок пройдет тот же путь.

*Ребенок может научить  
взрослого трем вещам:  
радоваться без всякой причины,  
всегда находить себе занятие  
и настаивать на своем.  
Паоло Коэльо*

## Как помочь ребенку адаптироваться в детском саду



г. Богданович,  
2011 г.

## ДОБРЫХ СОВЕТОВ

**1** Дайте с собой малышу его любимую игрушку. Пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими, расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, не было ли ей грустно. Таким образом, Вы узнаете многое о том, как Вашему малышу удастся привыкнуть к садику.

**2** Если ребенку трудно расстаться с мамой, пусть на первых порах его отводит в садик папа или бабушки-дедушки.

**3** Если Ваше чадо «впало в детство» (так называемый псевдо-«регресс»), например, вернулся к соске или бутылочке, «разучился» что-то делать, не стыдите его и не впадайте в панику. Это временное состояние, которое помогает малышу расслабиться и успокоиться.

**4** Если ребенок по дороге в сад начинает хныкать и замедлять шаги, не уговаривайте его (это только усилит внутреннее напряжение), а... похвалите. Это тот случай, когда полезно заговаривать зубы. А главное, мамы слова придают ребенку уверенность.

**5** Придумайте ритуал прощания. Например, поцеловать малыша в ладошку много-много раз, и объяснить, что он спрячет эти поцелуи в кармашек, и они будут оберегать его. Если вдруг малышу станет грустно, он сможет «до-

ставить» Ваши поцелуи и согреться ими – и страх разлуки постепенно уйдет. Придумайте ритуал, который будет подбадривать малыша, пока Вас не будет рядом, и это облегчит момент расставания Вам обоим.

**6** Когда Вы уходите – расставайтесь с ребенком легко и быстро. Конечно же, Вы беспокоитесь о том, как будет Вашему ребенку в детском саду, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у ребенка вызовут тревогу, что с ним здесь может что-то случиться, и он долго не будет Вас отпускать. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.

**7** Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещениях – неделя дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиться.

**8** Постарайтесь спланировать свое время так, чтобы в первую неделю посещения детского сада ребенок не оставался там более двух-трех часов. В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для Вашего малыша. Щадите его ослабленную нервную систему! Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на время отменить походы в гости, сократить время просмотра телевизора. Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома такой же режим, как в детском саду.

**9** Поиграйте с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самим ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с малышом

найти ей друзей и порешайте проблемы Вашего ребенка через нее, ориентируя игру на положительные результаты.

**10** Если Вы заметили, что Ваш кроха выделяет какую-то воспитательницу особой любовью, постарайтесь сойтись с ней поближе. Общаясь, Вы узнаете много интересных подробностей о жизни Вашего малыша в детском саду.

**11** Дети должны чувствовать, что Вы доверяете человеку, который будет заботиться о них в Ваше отсутствие – няне, воспитательнице в детском саду или родственнику. Если, на время покидая своего ребенка, Вы сами беспокоитесь или расстраиваетесь, скорее всего, Ваши чувства передадутся малышу. Дети удивительным образом чувствуют наши эмоции и мгновенно перенимают их, как бы старательно мы ни пытались их скрыть.

**12** Если ребенок стал агрессивным, раздражительным, не ругайте его. Главное помнить, что это все тот же малыш. Проводите с ним все время, побольше обнимайте его, лежите и сидите рядышком, пошепчите ему на ушко, спойте его любимую песенку. И Вы убедитесь, что рядом все тот же крохотный человек, который когда-то благодаря Вам появился на свет.

Педагог-психолог

МДОУ Детский сад № 18 «Солнышко»

Аопатина

Виктория Валерьевна

8-908-921-42-70