

# КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

## Деловое сотрудничество

Если общение ребенка с мамой основано только на ласках и поцелуях, оторвать его от себя крайне сложно. Малыш должен привыкать к деловому сотрудничеству со взрослыми, то есть учиться делать что-то вместе с папой, с мамой, с бабушкой. Например, если вы собираете пирамидку, то одно колечко нанигзывает взрослый, а другое – ребенок, если загружаете машинку кубиками, то ответи груз в другую комнату поручите малышу.

## Познание сверстников

Вашему сыну или дочке необходимо усвоить, что маленькие дети, которые играют во дворе не куклы, а живые существа, поэтому их нельзя толкать, хватать за волосы, царапать. Зато с ними можно бегать наперегонки, интересно играть, меняться игрушками. Страйтесь, чтобы вокруг вашего ребенка были другие маленькие дети, приглашайте их в дом, во время прогулки затевайте с ними увлекательные игры. Учите ребенка делиться своими игрушками, получать радость когда не только берешь, но и даришь. Перед приходом в ясли полезно познакомить его с кем-нибудь из его будущей ясельной группы.

## Умение играть

Малыш, который умеет только бросать и перекладывать игрушки с места на место, наверняка будет скучать в детском саду. Игрушки должны быть наполнены для него смыслом. Куклу можно кормить, укладывать спать, одевать. В игрушечную машину можно погрузить солдатиков и доставить их в другое место. Взрослый должен несколько раз проделать все это вместе с ребенком, причем с полной серьезностью, показывая всю важность этого занятия. Малыш быстро усвоит навыки обращения с игрушками, и тогда в яслях он всегда найдет себе интересное дело.

## Знакомство с новыми людьми

Страйтесь, чтобы в вашем доме появлялись новые для малыша люди. Он должен научиться не бояться и стремиться познакомиться с ними и подружиться. В конце концов ребенок поймет, что от посторонних не исходит никакой опасности. Попробуйте изредка оставлять малыша на 2-3 часа с другими родственниками, подругой, пусть привыкает расставаться с мамой без слез и переключаться на других людей.



## КАК ПОДГОТОВИТЬ К ДЕТСКОМУ САДУ ЗАМКНУТОГО РЕБЁНКА

Замкнутый ребенок не хочет и не знает, как общаться, поэтому забота взрослых по развитию такого ребенка должна быть, прежде всего, направлена на развитие желания общаться и развитие коммуникативных навыков.

Замкнутость ребенка выступает в поведении достаточно рано и обычно имеет в раннем возрасте такие предпосылки, как беспокойство, эмоциональная неустойчивость, плаксивость общий сниженный фон настроения, ухудшение аппетита и нарушение сна в связи с малейшими изменениями в жизни ребенка (переезд на дачу, поездка в гости и т. п.). Для замкнутых детей характерны также страх перед чужими людьми, долго не проходящее беспокойство и скованность при попадании в новую ситуацию.

Как правило, замкнутый ребенок очень привязан к матери и очень болезненно переносит даже непродолжительное ее отсутствие.

*При общении с замкнутым ребенком:*

Расширяйте круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми;

Подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали, а также, какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком;

Стремитесь сами стать для ребенка примером эффективного общающегося человека.

Работа по преодолению замкнутости достаточно сложна и долговременна. Чудес не бывает, и замкнутость вашего ребенка не пройдет за один день по взмаху «волшебной палочки». Поэтому наберитесь терпения и подготовьтесь к длительной работе, которая должна проходить постоянно в ходе вашего общения с ребенком.



### Где мама?

Задолго до детского сада малыш может поверить: мама может уходить, но всегда возвращается. Для «тренировки» попробуйте на короткое время оставить ребенка в компании хороших знакомых, детей и родителей. Только не забудьте предупредить малыша о своей отлучке! Очень пригодятся ребенку и навыки общения с детьми и чужими взрослыми. Поэтому стоит использовать любую возможность завести новые знакомства и расширить круг друзей малыша.



### Легкое привыкание

Часто дети сами хотят пойти в детский сад. А как быть с теми, кто отнюдь не горит желанием туда отправиться? Что ж, сделать привыкание к детскому саду относительно легким можно и в этом случае.

Разговор о детском садике лучше начинать задолго до первого похода туда, и говорить о нем стоит, как о чем-то очень-очень привлекательном (только без вранья и фантазий, чтобы избежать разочарований).

В вашем дворе или у подруг наверняка найдутся дети, которые уже ходят в детский сад. Познакомьте их с вашим малышом, пусть «опытные» детки поделятся своими садовскими впечатлениями. Можно сыграть и на желании большинства детей «вырасти»: «когда ты подрастешь, ты тоже будешь ходить в детский сад». Этот этап взросления можно отметить каким-нибудь дополнительным плюсом: например, разрешить новоиспеченному детсадовцу ложиться на 15 минут позже или самому выбирать, в чем идти в детский сад.

Мама может помочь и привыканию к более или менее казенной обстановке. Сегодня многие воспитатели охотно позволяют родителям провести с ребенком в группе около часа. Хорошо, если вы сами сможете показать малышу его место за столом, кроватку, туалет. И, конечно, игрушки со словами восхищения: как много, какие интересные. В садик можно взять и свою игрушку или книжку, и это будет частичкой дома в пока еще чужом месте.

## **КАК ПОМОЧЬ ТРЕВОЖНОМУ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ**



- Не привлекайте тревожных детей к видам деятельности соревновательного характера;
- Не подгоняйте тревожных детей флегматического и меланхолического типов темперамента, давайте им возможность действовать в привычном для них темпе (такого ребенка можно чуть раньше, чем остальных, посадить за стол, одеть его в первую очередь и т. п.);
- Хвалите ребенка даже за не очень значительные достижения;
- Не заставляйте ребенка вступать в незнакомые виды деятельности (пусть он сначала просто посмотрит, как это делают его сверстники);
- Используйте в работе с тревожными детьми игрушки и материалы, уже знакомые им;
- Закрепите за ребенком постоянное место, кроватку;
- Попросите ребенка быть помощником воспитателю, если малыш не отходит от него.

**У родителей тревожных детей тоже  
часто бывает повышенный уровень  
тревожности**

Иногда это состояние взрослого невольно передается детям.

Например, как показывает практика, у тревожно-мнительных матерей, чрезмерно опасающихся за здоровье своего ребенка, дети в большей степени подвержены заболеваниям.

## **КАК ПОМОЧЬ АГРЕССИВНОМУ РЕБЁНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ**



*Если вы замечаете у своего ребенка проявления агрессивности, необходимо вместе с психологом тщательно проанализировать ее причины, выявить трудности, испытываемые ребенком, по возможности устраниć их, а затем формировать у ребенка недостающие у ребенка умения, науки, а также установки в отношении других людей.*

- ◆ Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.
- ◆ Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.
- ◆ Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы «мести».
- ◆ Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть его. Ему необходимо знать, что нужен и важен для вас.
- ◆ Помните, что внимательность и огромное терпение со стороны взрослых – обязательное условие успеха.

## **ПОКАЗАТЕЛИ ОКОНЧАНИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА**

- Бодрое, спокойное, веселое настроение ребенка в момент расставания и встреч с родителями;
- Уравновешенное настроение в течение дня, адекватное отношение к предложениям взрослых, общение с ними по собственной инициативе;
- Умение общаться со сверстниками, не конфликтовать;
- Желание есть самостоятельно, доедать положенную норму до конца;
- Спокойный дневной сон в группе до назначенного по режиму времени;
- Спокойный ночной сон, без просыпания до утра.

**Если мальчики с радостью и много говорят о детском саде, если спешит туда, если у него там друзья и куча неотложных дел, можно считать, что адаптационный период закончился. Вот теперь уже можно подумать о своих делаах и о своих интересах, дорогие родители!**

