

Консультационный центр
«Радуга-online»
муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 17 «Радуга» муниципального
образования Выселковский район



ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ

психолог Василенко Юлия

КАК СКАЗАТЬ РЕБЕНКУ ПРО ДЕТСКИЙ САД

Постарайтесь объяснить, что такое садик, зачем его нужно посещать деткам, почему вы желаете, чтобы он туда пошёл. К примеру: «Детский сад – это огромный дом для маленьких деток, которых туда приводят родители, чтобы они могли вместе покушать, поиграть, погулять. Вместо меня о тебе будет заботиться тетя-воспитатель. Она покажет тебе много-много игрушек, детскую площадку, песочницу, научит играть с другими детками в различные игры».

Всякий раз, когда вы идёте с ребёнком мимо здания садика, напоминайте, как ему повезло – совсем скоро он будет сюда ходить. В его присутствии говорите близким, как гордитесь будущим дошкольником – его приняли в садик. Скоро ребёнок сам начнёт рассказывать окружающим о том, что готовится пойти в садик.



ЧТО РАССКАЗАТЬ РЕБЕНКУ О ТРУДНОСТЯХ В ДЕТСКОМ САДУ

Нужно рассказывать ребёнку про детский сад, ответ простой – правду. Пугать не нужно, просто необходимо рассказать, с какими возможными трудностями он столкнётся и как их преодолеть. К примеру: «Если ты захочешь писать, скажи об этом тете-воспитателю». Мягко предупредите кроху и о том, что не всегда он сможет получить желаемое по первому требованию. В группе много деток, и иногда ему нужно будет подождать своей очереди: «Воспитательница помогает одеваться всем малышам, поэтому тебе придется иногда ждать своей очереди».



КАК РАССКАЗАТЬ РЕБЕНКУ ПРО РЕЖИМ ДНЯ

Подготовка детей к ДОО включает и рассказ о распорядке дня: чем и в какой очерёдности малыши будут там заниматься. Чем подробнее вы будете описывать детсадовский режим, тем спокойнее станет чувствовать себя ребёнок, когда попадет в группу. Переспрашивайте у него, помнит ли он, что произойдёт после прогулки, куда нужно сложить вещи, кто ему поможет раздеться, что будут делать детки после обеда.

Это важно потому, что в садике ребятишек пугает неизвестность. А если малыш увидит, что происходит то, что ему обещала мама, страхи исчезнут или значительно сгладятся.



В незнакомой ситуации детского сада ребёнок переживает новые эмоции, учится расставанию с мамой, привыкает к новому распорядку дня и новым людям, к новой пище и новому месту, к новой микрофлоре.

Т.е. мир вокруг малыша стремительно меняется. Ритуалы могут помочь ребенку подчеркнуть стабильность этого мира, дать уверенность в том, что всё под контролем, что взрослым можно доверять.

ЧТО ТАКОЕ РИТУАЛ ВСТРЕЧ И ПРОЩАНИЙ?

Ритуал в классическом понимании – это последовательность действий по одному и тому же сценарию, который настраивает на нужный лад. В данном случае это утренний ритуал прощания в детском саду и вечерней встречи.

Ритуал должен быть:

- неизменным;
- приятным для ребенка,
- успокаивающим;
- выражающим вашу любовь и привязанность друг к другу.

ВАРИАНТЫ РИТУАЛОВ ВСТРЕЧ И ПРОЩАНИЙ

1. ОБМЕН НАПОМИНАШКАМИ

ОБМЕНИВАЙТЕСЬ ДОМА МАЛЕНЬКИМИ ПРЕДМЕТАМИ, КОТОРЫЕ БУДУТ НАПОМИНАТЬ ВАМ ДРУГ О ДРУГЕ. ЭТО МОЖЕТ БЫТЬ КАШТАНЧИК, БРЕЛОК, ИГРУШКА-ПРИЩЕПКА, НЕБОЛЬШОЙ ШАРИК. ПРЯЧЬТЕ НАПОМИНАШКУ РЕБЕНКА В СУМКУ С СЕРЬЕЗНЫМ ВИДОМ И ГОВОРИТЕ, ЧТО БУДЕТЕ ПОСТОЯННО ДОСТАВАТЬ ЕЕ И СМОТРЕТЬ, КОГДА ВАМ СТАНЕТ ГРУСТНО И ТОСКЛИВО.

2. СКАЗКА ПО ДОРОГЕ

ЗАВЕДИТЕ ОБЫЧАЙ ПРИДУМЫВАТЬ ВМЕСТЕ КОРОТКУЮ СКАЗКУ ПО ДОРОГЕ В ДЕТСКИЙ САД И ОБРАТНО. ГЛАВНЫМ ГЕРОЕМ МОЖЕТ ЛЮБОЕ СУЩЕСТВО ИЛИ ПРЕДМЕТ, КОТОРОЕ ВЫ УВИДЕЛИ НА УЛИЦЕ ПЕРВЫМ: РЕЗИНОВЫЕ САПОГИ, ДЕТСКАЯ ГОРКА, СОБАКА ТУЗИК, ДЕВОЧКА СОНЯ. РАССЧИТЫВАЙТЕ ОБЪЕМ «ПРОИЗВЕДЕНИЯ» ТАК, ЧТОБЫ ОНО ЗАНЯЛО ВСЮ ДОРОГУ.

3. ПОЦЕЛУЙЧИК В КАРМАШКЕ

«ПРЯЧЬТЕ» МАЛЫШУ В КАРМАШЕК ПЕРЕД РАССТАВАНИЕМ СВОЙ ПОЦЕЛУЙ ИЗ ЛАДОШКИ, ЧТОБЫ ОН МОГ В ЛЮБОЙ МОМЕНТ «ДОСТАТЬ» ЕГО И ВСПОМНИТЬ, ЧТО МАМА УШЛА НЕДАЛЕКО И СКОРО ЗА НИМ ПРИДЕТ.

Сами будьте
спокойны и
уверены, что
ребенку будет
хорошо в детском
саду!

Заражайте ребенка
позитивным
настроением и
добрыми словами о
садике, детях и
воспитателях!

Создав ритуал,
будьте
последовательны
в его исполнении!!!

КАКОГО РЕЖИМА ДНЯ ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ?

Постепенно переходите на режим детского сада.
Завтрак начинается в 08:00, прогулка с 09:40 до 11:20,
обед в 11:40, сон с 12:10 до 14:40, полдник в 15:00, ужин
в 16:15. Вечером укладывайте ребенка спать не
позднее 21:00.



Как физиология малыша связана с режимом дня

На режим детского сада нужно перейти минимум за месяц. Причина в физиологии малыша. Если ребенок привык обедать в час дня, то к этому времени у него начинает вырабатываться желудочный сок и он испытывает чувство голода. Такой малыш не захочет кушать в 11:30, когда в младшей группе начнется обед. Потом, к часу дня, он проголодается и не сможет уснуть в тихий час или будет постоянно просыпаться и плакать. Таким же образом на ребенка повлияет смещенное время дневного сна.

