

# Адаптация ребёнка к детскому саду

Подготовила: педагог - психолог  
Даудова Ирина Вячеславовна

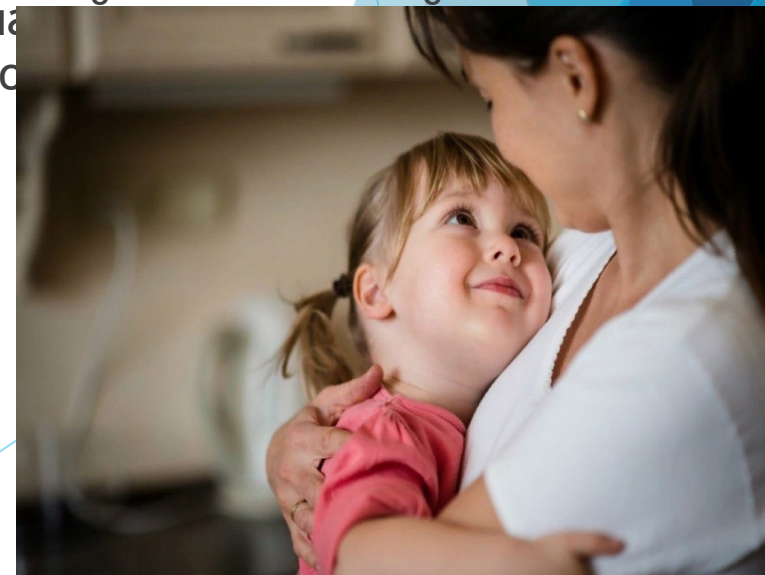
Расширяйте круг общения ребенка  
Водите ребенка на детские площадки,  
где есть незнакомые дети.  
Учите его знакомиться. Пусть  
он научится находить общий  
язык со сверстниками.



Придумайте ритуал встречи  
и прощания  
Заранее договоритесь с  
ребенком,  
что, прощаясь, вы будете с ним  
обниматься и, например,  
стучаться кулачками. Ритуал  
прощания



Не утомляйте ребенка  
В период адаптации не  
перегружайте ребенка новой  
информацией. Откажитесь от  
приема дома шумных  
компаний.  
Спокойствие



## Научите ребенка занимать себя игрой

Вовлекайте ребенка в совместные сюжетно-ролевые игры.

Попробуйте организовать на детской площадке игры для детей. Пусть это будет даже обычная игра в мяч. Ребенку, который умеет занять себя игрой, будет легче влиться в коллектив детского сада и найти друзей.



## Учите обращаться к другому человеку

Научите ребенка просить

другого человека о том, что он хочет. Если он еще не говорит, то покажите ему, как он может высказывать свою просьбу жестами.



## Подстройте режим ребенка к режиму работы группы

Начинать подготовку лучше не менее чем за две недели до первого дня в группе.

Поднимайте малыша утром с учетом времени, которое вы

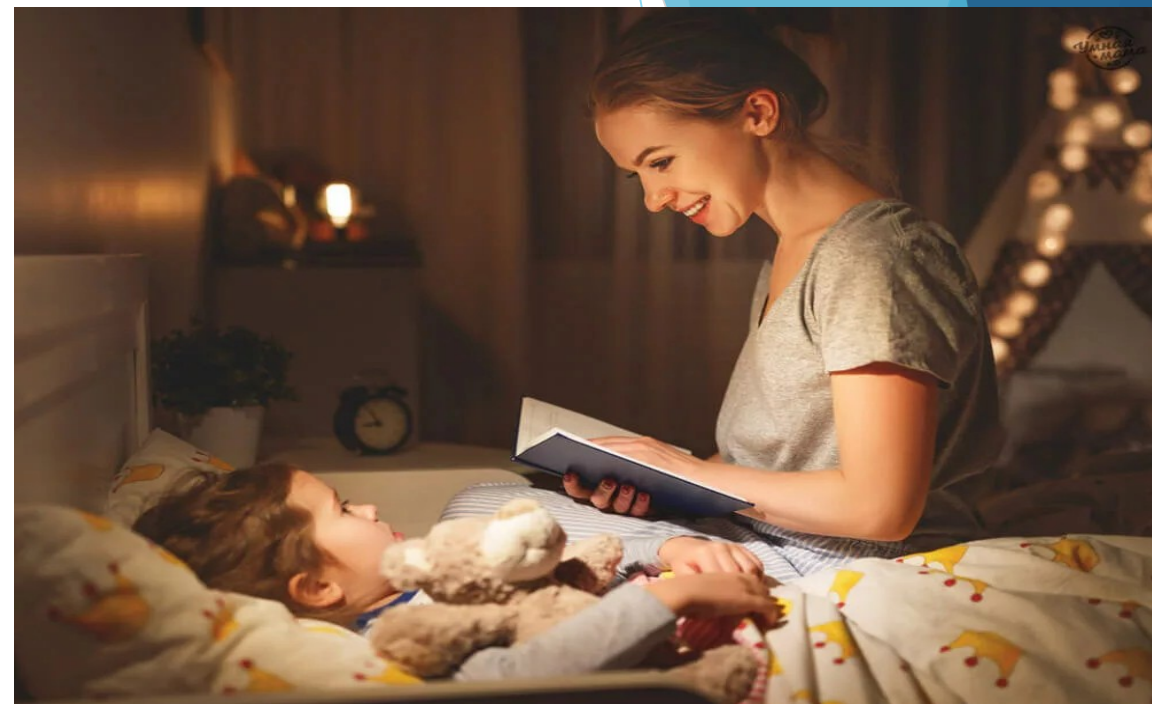
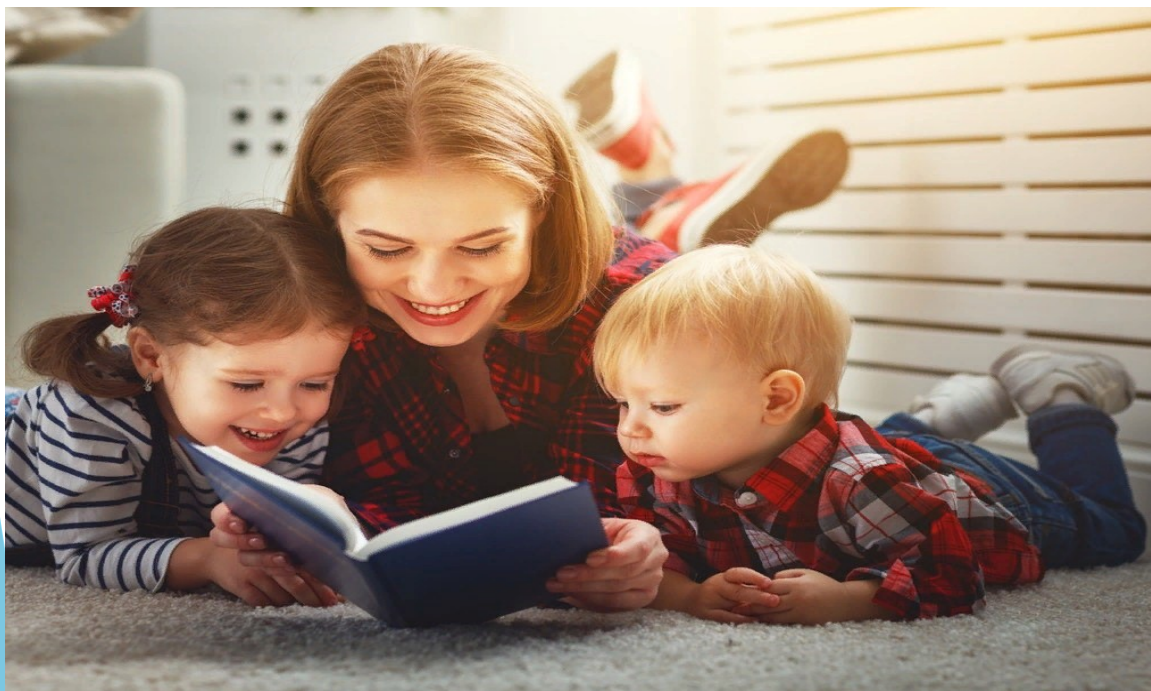
зат  
сад  
реб  
улс  
под  
буд



# Сказки для адаптации к детскому саду

*Большинство малышей испытывают стресс, впервые попадая в детский сад.*

*К счастью, через сказки, можно избавить ребёнка от страхов и опасений.*



*Чтобы адаптация вашего ребенка прошла успешно, необходимо сформировать у малыша положительную установку на детский сад.*

# 5 правил сказкотерапии

1. Если у вас сын, пусть главный герой будет мальчиком, а если дочка – девочкой. А вот имя героя лучше оставить выдуманным, чтобы у ребёнка не

было ощущения, что это история непосредственно о нём или его друзьях, ведь герои в этих сказках не всегда поступают хорошо.

2. Добавляйте в сказки сюжеты из жизни вашего малыша – это сделает сюжет более знакомым и понятным для него.

3. Не делайте из сказкотерапии занятие. Рассказывайте сказку тогда, когда ребёнок этого хочет: не давите, не заставляйте, не настаивайте.

4. Рассказав историю, обсудите её с малышом. Ещё раз вспомните сюжет, спросите, что понравилось или не понравилось ребёнку, поинтересуйтесь его

мнением: кто поступил хорошо, а кто – плохо, почему герой обрадовался или расстроился, как он себя чувствовал и пр.

5. Предложите ребёнку разыграть сюжет сказки с игрушками или покажите ему кукольный спектакль.



# *Пример сказки*



## Как Кенгуреныш стал самостоятельным

Возраст: 2-5 лет.

Направленность: Страх расставания с мамой. Переживания, тревога, связанные с одиночеством.

Жила-была большая мама-Кенгуру. И однажды она стала самой счастливой Кенгуру на свете, потому что у нее родился маленький Кенгуреныш. Поначалу Кенгуреныш был очень слабеньким, и мама носила его в своей сумочке на животе. Там, в этой маминой сумочке, Кенгуренышу было очень уютно и совсем не страшно. Когда Кенгуреныш хотел пить, мама поила его вкусным молоком, а когда хотел поест, мама-Кенгуру кормила его кашкой с ложечки. Потом Кенгуреныш засыпал, и мама могла в это время убираться в доме или готовить еду.

Но иногда маленький Кенгуреныш просыпался и не видел рядом мамы. Тогда он начинал очень громко плакать и кричать до тех пор, пока мама не приходила к нему и не клала его опять в свою сумочку. Однажды, когда Кенгуреныш вновь заплакал, мама попыталась положить его в свою сумочку; но в сумочке оказалось очень тесно и ножки Кенгуреныша не помещались. Кенгуреныш испугался и заплакал еще сильнее: он очень боялся, что теперь мама уйдет и оставит его одного. Тогда Кенгуреныш изо всех сил сжался, поджал коленки и пролез в сумочку.

Вечером они с мамой пошли в гости. В гостях были еще Дети, они играли и веселились, звали Кенгуреныша к себе, но он боялся уходить от мамы и поэтому, хотя ему и хотелось пойти поиграть со всеми, он все-таки просидел все время в маминой сумочке. Весь вечер к ним с мамой подходили взрослые Дяди и тети и спрашивали, почему такой большой Кенгуреныш боится оставить маму и пойти играть с другими ребятами. Тогда Кенгуреныш совсем испугался и спрятался в сумочку так, что даже головы не было видно.

День за днем в маминой сумочке становилось все теснее и неудобнее. Кенгуренышу очень хотелось побегать по зеленой полянке возле дома, построить куличики из песка, поиграть с соседскими мальчишками и девчонками, но так страшно было уходить от мамы, поэтому большая мама-Кенгуру не могла оставить Кенгуреныша и сидела с ним все время. Однажды утром мама-Кенгуру ушла в магазин. Кенгуреныш проснулся, увидел, что он один, и заплакал. Так он плакал и плакал, а мама все не приходила.

Вдруг в окно Кенгуреныш увидел соседских мальчиков, которые играли в салки. Они бегали, догоняли друг друга и смеялись. Им было очень весело. Кенгуреныш перестал плакать и решил, что он тоже сможет сам, без мамы умыться, одеться и пойти к ребятам. Так он и сделал. Ребята с радостью приняли его к себе в игру, и он бегал и прыгал вместе со всеми. А вскоре пришла мама и похвалила его, что он такой смелый и самостоятельный.

Теперь мама может каждое утро ходить на работу и в магазин — ведь Кенгуреныш уже совсем не боится оставаться один, без мамы. Он знает, что днем мама должна быть на работе, а вечером она обязательно придет домой, к своему любимому Кенгуренышу.

*Вопросы для обсуждения*

Чего боялся Кенгуренок? Ты боялся того же? Почему теперь Кенгуренок не боится оставаться один, без мамы?

**ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ  
В НАШ ДЕТСКИЙ САД**

