

ЗАЙКА ИДЁТ В САДИК

ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ



2-4

ДЛЯ САМЫХ-САМЫХ МАЛЕНЬКИХ

Дорогие родители!



Начало посещения детского сада для ребенка любого возраста – сложный период адаптации к новым социальным условиям. Малыш привык быть для мамы с папой единственным и самым любимым, а тут вдруг его привели в незнакомый дом, где вокруг много маленьких детей, и оставили там одного, пусть и совсем ненадолго.

Для того чтобы правильно подготовить вашего ребенка к посещению детского сада, внимательно прочитайте вместе с ним нашу книжку. Ситуации, в которых оказывается наш герой – Зайка, достаточно типичны. Это может произойти с каждым малышом, впервые оказавшемся в детском коллективе без мамы и папы.

Давайте хорошенько запомним самые значимые моменты в жизни маленького ребенка в его первый день в детском саду. Прежде всего, важно, чтобы малыш был изначально уверен, что в детском саду интересно и совсем не страшно остаться там без мамы на какое-то время. Представления о временных интервалах у маленьких детей достаточно условны, для них слова «Я приду за тобой через час» еще ничего не значат. Малыш будет чувствовать себя гораздо спокойнее, если вы скажете: «Я заберу тебя сразу после прогулки».

Выберите правильную форму постепенного перевода ребенка на более длительное пребывание в детском саду: «Давай ты сегодня пообедаешь в детском саду, а потом расскажешь, чем вкусным тебя здесь кормили. Мне кажется, что на кухне варят очень вкусный компот. Обязательно попроси себе добавки». Обратите особое внимание на то, что ваш малыш должен хорошо понимать значение слов «сегодня», «здесь». Для маленького ребенка окружающий мир существует именно в этом формате – «здесь и сейчас». Если вы хотите что-то пообещать малышу в награду за его хорошее поведение в детском саду, то помните, что эта награда должна быть получена немедленно или через очень маленький временной промежуток (не больше 1 часа) после выполнения вашего «договора». Иначе малыш не свяжет в своем сознании эти два события: свое хорошее поведение в саду и получение «приза».

Ребенок ориентирован на усвоенный с самого раннего детства распорядок дня в семье: подъем, завтрак, прогулка, обед, дневной сон, полдник, просмотр мультфильмов, прогулка, ужин, чтение сказки перед сном, сон. Здесь важна как последовательность, регулярность событий и их длительность, так и соблюдение определенного времени, когда ребенок встанет, умывается и т.п. Если ваш день начинается в 10.00, а обедает малыш после 14.00, то это сразу ставит под сомнение саму возможность его хорошей адаптации к детскому саду. Надо сначала «перевести» часы семейного режима в соответствии с требованиями дошкольного учреждения, а только потом начинать приучать ребенка к его посещению.

Обратите внимание на верхний левый угол наших разворотов, связанных с пребыванием Зайки в детском саду: там нарисован циферблат часов. На часиках вы увидите время, которое наиболее благоприятно для организации дня ребенка. В яслях и детском саду дети каждого возраста

имеют свой, строго регламентированный режим. Для самых маленьких предусмотрен более длительный сон, для детей постарше больше времени отводится на занятия. Эта информация очень важна для родителей, подготавливающих ребенка к оформлению в садик. Заранее сходите к воспитателям группы, в которую будет ходить ваш малыш, и уточните распорядок дня.

Очень важен и сезон, когда вы отдаете ребенка в детский сад. Если на улице холодно, то подумайте, как вы подготовили ребенка к процедуре переодевания верхней одежды в детском саду. Приучен ли ваш малыш самостоятельно снимать такие предметы одежды, как варежки, шапка, носки? Умеет ли он в случае необходимости попросить взрослого о помощи (развязать пояс на курточке или расстегнуть сложную застежку)? Справится ли он самостоятельно с обуванием сменных тапочек? Все эти моменты надо продумать заранее.

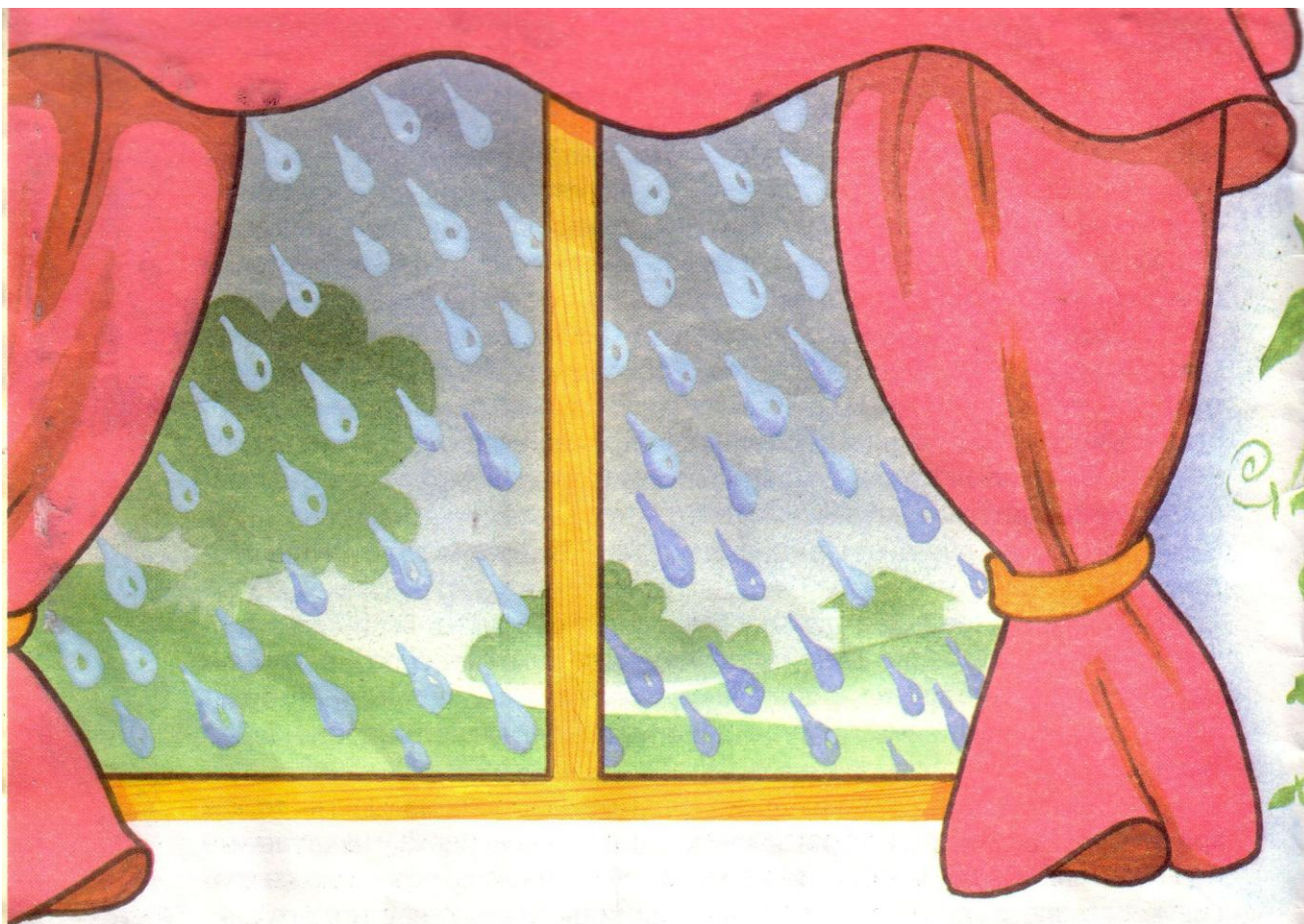
Большинство родителей впервые ведут ребенка в ясли-сад в теплое время года. Выберите такой вариант из детского гардероба, в котором ребенку будет комфортно и удобно двигаться и в то же время он будет иметь возможность самостоятельно снять, а еще лучше и надеть любую его деталь.

При чтении книжки специально обратите внимание малыша на то, как красиво одет Зайка, как аккуратно он складывает свою одежду на стульчике перед дневным сном. Пообещайте ребенку специально купить такую же красивую одежду, чтобы он всем понравился, и обязательно научите его снимать и складывать эту одежду. Так вы хорошо подготовите малыша к посещению детского сада.

Очень важное значение для успешной адаптации имеет сформированность навыков самообслуживания, связанных с умением самостоятельно есть и пить. В зависимости от семейных условий маленькие дети примерно одного возраста могут иметь различный уровень владения ложкой и вилкой. Если вашему ребенку уже исполнился 1 год и вы планируете в ближайшем будущем отдать его в ясли-сад, обязательно начинайте настойчиво и последовательно приучать его к самостоятельному питанию. Помните, что до 3 лет у детей формируется доминирование правой или (реже) левой руки. Будьте очень корректны и внимательны к собственному ребенку: для вас важно не то, в какую руку он берет ложку, а то, как он постепенно овладевает навыками аккуратной еды, учится доносить до рта густое, а затем и жидкое содержимое тарелки, не проливая пищу на себя. Маленькие дети едят очень по-разному: кто-то быстро прожевывает котлету, а кто-то долго держит ее за щекой, плохо и медленно жует, иногда предпочитая проглатывать большие куски или, наоборот, выплевывать часть пищи обратно. Ни в коем случае не ругайте ребенка во время еды за то, что он, по вашему мнению, некрасиво и медленно ест! Лучше вспомните, как он брал материнскую грудь на первом году жизни. А может быть, ваш малыш вообще с 2-3 месяцев находился на искусственном вскармливании, что не такая редкость в наше время. Многие причины могут повлиять на то, что ребенок плохо ест. Никогда не обвиняйте в этом самого ребенка!

Будьте терпеливы в воспитании малыша и внимательны к любым сложностям, которые встретятся на его пути в детский сад. Желаем вашему крохе успехов в детском саду.





Сегодня на улице идёт дождь. Зайка грустит: на прогулку он не пойдёт. Мама сказала, что она будет готовить обед, а Зайка может полистать книжку или поиграть с игрушками. Но эту книжку Зайка знает наизусть, а одному играть тоже неинтересно! Что же делать? Может быть, посмотреть в окно?

Умеет ли ваш ребенок наблюдать через окно за тем, что происходит на улице? Это отнюдь не праздный вопрос. Малыша надо специально учить видеть то, что происходит за стеклом. Зайкина мама в нашей книжке готовит обед, а малыш при этом предоставлен сам себе. Признайтесь, что и сами вы тоже часто так поступаете. Было бы гораздо полезнее для малыша, если бы вы научили его (в вашем присутствии, конечно) с интересом рассматривать происходящее на улице. Тогда вы сможете, находясь на кухне, комментировать ребенку события за окном, и в зависимости от того, как ребенок говорит, ваш монолог постепенно перейдет в диалог с ребенком.

Зайка на картинке листает книжку. Дети тоже любят «читать» книжки таким образом. Однако педагогические требования к этому важному занятию меняются в зависимости от возраста ребенка. После двух лет малыш должен уметь по вашей просьбе легко находить нужную картинку в знакомой книжке. Если вы не будете уделять внимания совместному рассматриванию картинок, то «чтение» книг еще долго останется для него просто механическим перелистыванием ярких страниц.



Ой! Как здорово, цыплята пошли гулять! И дождь им не страшен!

– Пойдите, сейчас и я к вам выйду! – закричал Зайка громко-громко, чтобы цыплята его услышали. Цыплята услышали и остановились.

– Мы не гуляем, мы идём в детский сад! – сказали они Зайке с гордостью.

– А что такое «детский сад»? – удивился Зайка. – Я знаю только фруктовый сад. Там растут фрукты: яблоки, груши, сливы.



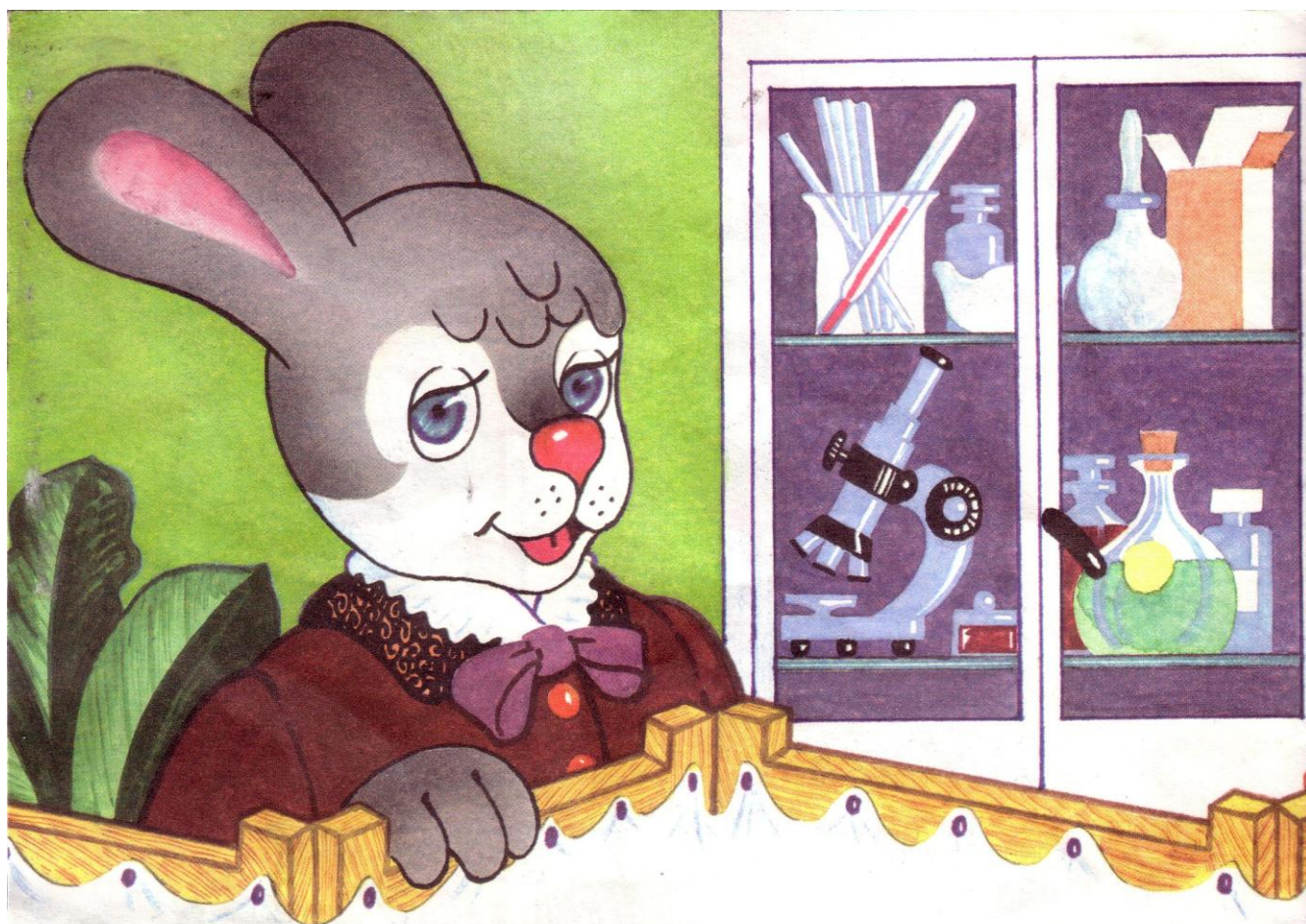


– Правильно, – вступила в разговор мама-курица. – В фруктовом саду растут фрукты, а в детском – дети.

– Их что, там поливают? – удивился Зайка. Цыплята и курица дружно рассмеялись.

– Нет-нет, – ответила курица, – чтобы дети выросли умными и самостоятельными, их не надо поливать из лейки, их надо учить и воспитывать. В детском саду с детьми занимаются воспитатели, они учат их рисовать, петь, танцевать и ещё многому другому.

– Давай ходить вместе с нами, – пригласили Зайку цыплята и поспешили в детский сад.



Зайка целый день уговаривал маму отвести его в детский сад. И мама согласилась!

– Только перед этим, – сказала она Зайке, – надо будет сходить в поликлинику и взять у доктора справку о том, что ты здоров.

Зайка с удовольствием отправился в детскую поликлинику. Там он взвесился на весах, измерил свой рост и температуру, сдал все анализы, показал врачу горло, дал себя послушать. И, наконец, врач сказал: «Ты здоров. Вот тебе справка. Можешь идти в детский сад!»

Наш Зайка ходит в поликлинику с удовольствием. А насколько любит это занятие ваш ребенок? Очень часто у детей уже на втором году жизни сформировано стойкое негативное отношение к белым халатам. Связано это с тем, что особенности детской памяти позволяют ребенку запомнить только яркое, эмоционально окрашенное событие. При этом «цвет» эмоции значения не имеет. Если из всего визита в поликлинику малыш запомнил только укол или прививку, то второй раз он пойдет туда с большой неохотой. Сейчас во многих детских поликлиниках открыты специализированные киоски по продаже детского питания, детские кафе, бассейны для плавания, игровые комнаты. Только от взрослых зависит, что останется в памяти у ребенка после посещения поликлиники.





Сегодня мама впервые привела Зайку в детский сад. В первый день они пришли не с самого утра, к завтраку, а немного позже, поэтому Зайка сразу пошёл на прогулку. Мама поцеловала его и обещала вернуться за ним сразу после дневного сна.

Мама ушла, и Зайка впервые остался один, без мамы. Сначала он



очень стеснялся и не знал, как подойти к другим зверятам. Он думал, что в детском саду будут только его друзья – цыплята, а оказалось, что вокруг так много других малышей! И он никого не знает! Что же делать? Зайка немножко испугался. Но воспитательница Белка ласково позвала его и познакомила со всеми малышами. Кисонька и Мишутка научили Зайку играть в мяч, и прогулка ему очень понравилась.





После прогулки все вернулись в помещение детского сада. Зайка не успел ещё осмотреться вокруг, как его позвали обедать.

«Твое место будет вот за этим столиком», – сказала воспитательница. Дежурный помощник – сегодня им назначили Мишутку – принес Зайке ложку. А тарелка и чашка для компота уже стояли на столе.

Обед показался Зайке вкусным, как никогда!





«Надо будет обязательно рассказать маме, – подумал Зайка, – какой вкусный суп варят в детском саду. И котлетка просто замечательная!!! Оказывается, в детском саду готовят ничуть не хуже, чем умеет мама. И добавки хватает всем! Замечательный обед!»



ДНЕВНОЙ СОН



– А теперь пора спать! – сказала воспитательница.

– Как? Уже спать? – удивился Зайка. – Мама обещала забрать меня сразу после дневного сна!

Зайка вспомнил о маме, и ему взгрустнулось. Он был готов заплакать. Воспитательница Белка заметила, что у Зайки глаза на мокром месте. Она подошла к новичку, похвалила его за то, что он так красиво и аккуратно сложил свою одежду и обувь перед сном. А ещё воспитательница положила Зайке в кроватку игрушечного мишутку.

Оказывается, мама заранее принесла игрушку в детский сад, чтобы её сыночку не было грустно засыпать. Вот как мама любит Зайку, как заботится о нём! Зайка успокоился, прижал к себе любимую игрушку и сладко заснул.





Мама действительно пришла за Зайкой после сна. Пока она расспрашивала воспитательницу о том, как прошел первый день её сынишки в детском саду, Зайка успел ещё раскрасить цветными карандашами картинку и подарил её маме. Мама очень обрадовалась! Другие малыши – Мишутка и Кисонька – тоже с

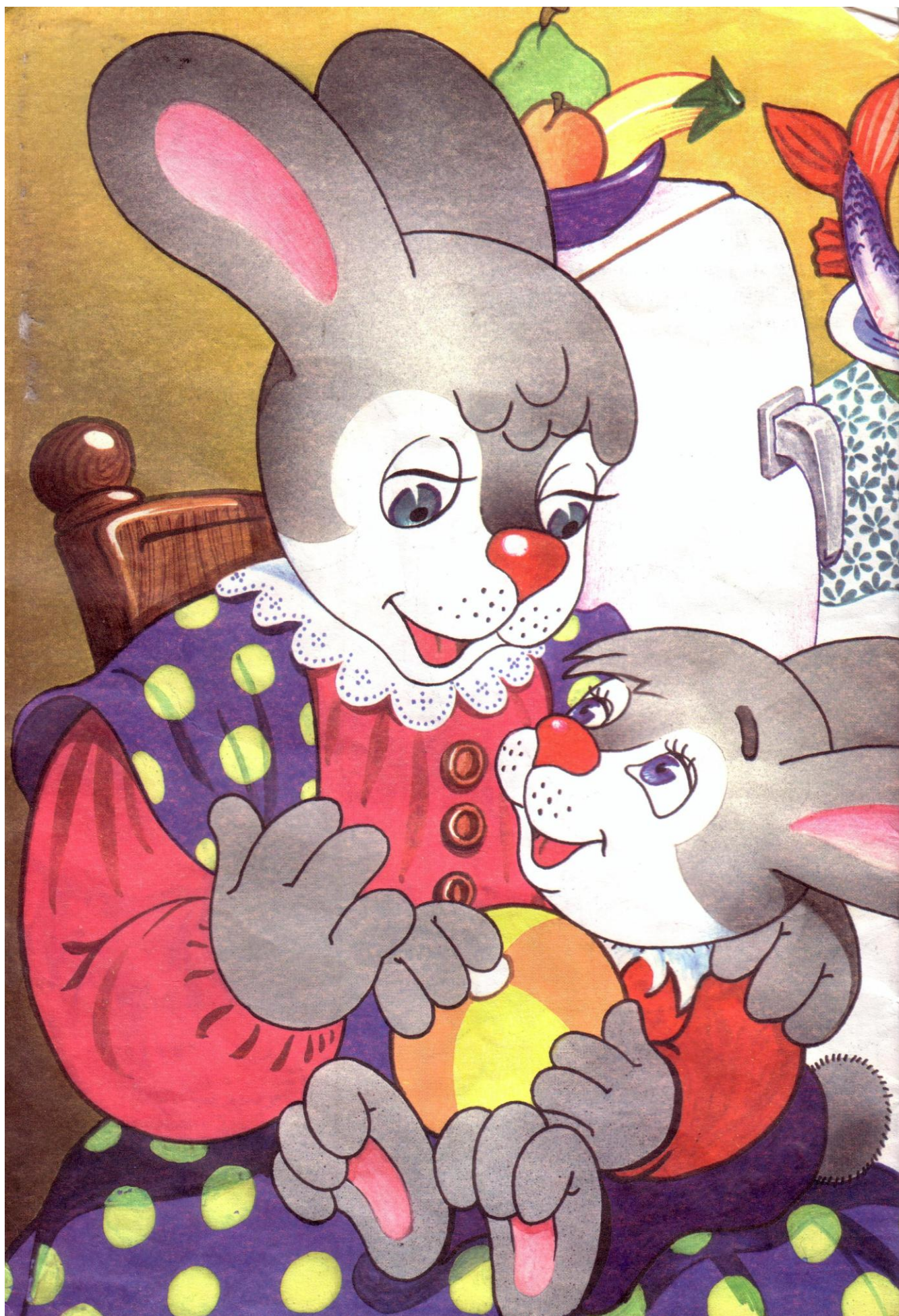


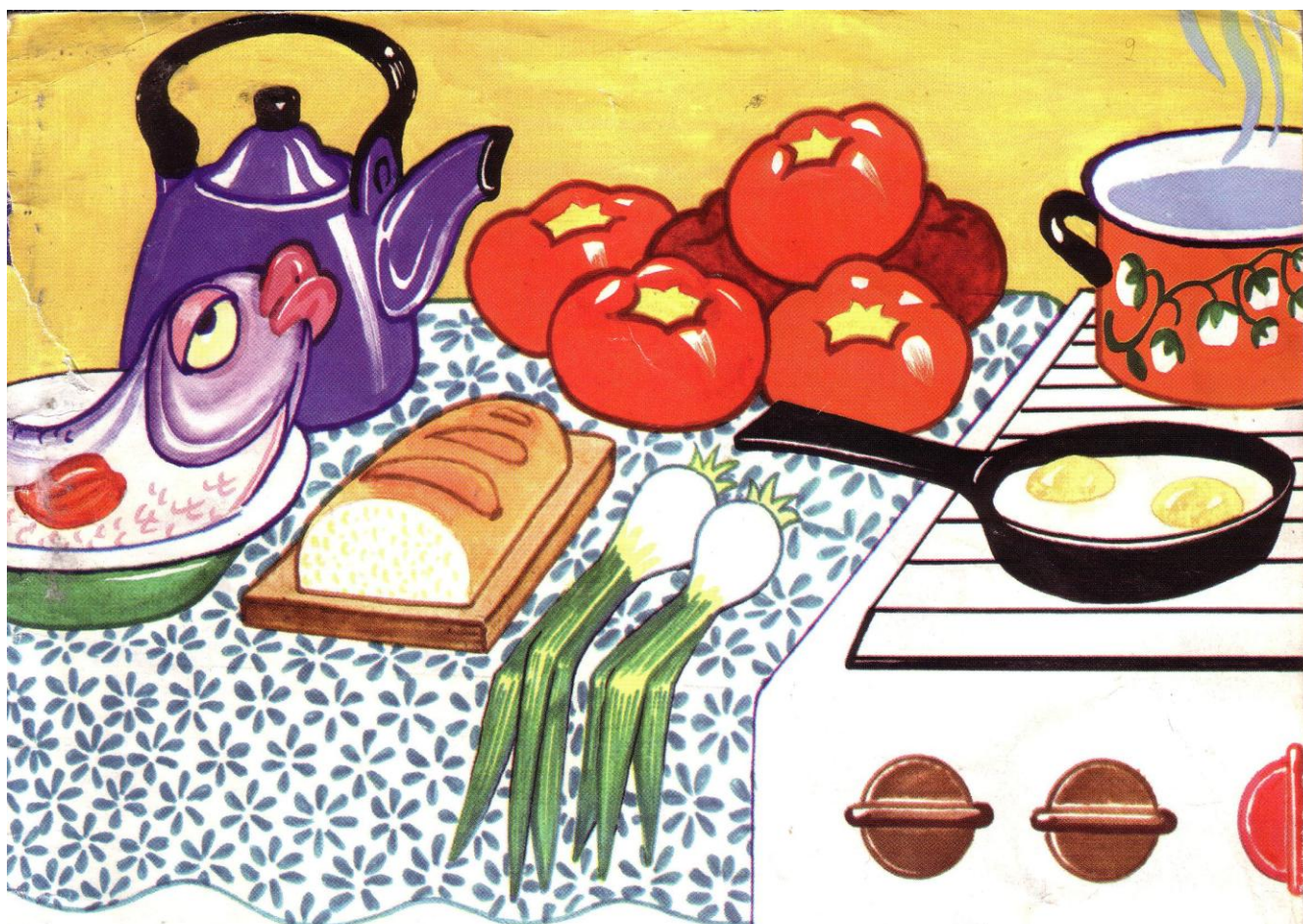
нетерпением ждали своих мам и готовили для них рисунки.

– До свиданья, друзья,
– попрощался Зайка.

– До завтра, до новой встречи, – добавила мама и, взяв Зайку за руку, повела его домой.







Дома Зайка сразу же уселся маме на колени. Ему не терпелось рассказать ей о том, что он увидел в детском саду.

– Может быть, сначала поужинаем? – предложила мама.

– Мама, мне так понравилось в детском саду! – сказал Зайка. – А ты научишься готовить такой суп, как я попробовал в детском саду? А давай поиграем с мячом так, как меня научили в детском саду?

И ещё долго в этот день Зайка рассказывал маме и папе о том, что с ним произошло в этот удивительный день – **ПЕРВЫЙ ДЕНЬ В ДЕТСКОМ САДУ.**

Задумайтесь, часто ли у вас по вечерам остается время для беседы с малышом. Для ребенка рассказать о событии не менее важно, чем пережить его. Семейный ужин – один из самых благоприятных моментов для такой неспешной беседы. Уделите ребенку несколько больше времени, чем вы привыкли обычно тратить на еду. Он с удовольствием расскажет вам о том, чем его кормили в саду, с какой начинкой пекут там пирожки. Пообещайте ребенку почитать его любимую книжку про Зайку после ужина и сдержите это обещание. Ваше терпение и внимание к интересам малыша важнее для него, чем привычный вечерний просмотр мультфильмов или игра на компьютере.