

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №24

Практический семинар
для родителей консультационного центра

«Как подготовить ребёнка к тому, что в детском саду он будет оставаться без мамы»



Старший воспитатель: Е.В. Колоскова
Педагог-психолог: Н.П.Королёва

г.Армавир
2017г.

Практический семинар
для родителей консультационного центра

«Как подготовить ребёнка к тому, что в детском саду он будет
оставаться без мамы»

План

1. Консультация «Советы по лёгкой адаптации»
2. Практикум «Как подготовить малыша к детскому саду»

Детский сад обеспечивает ребёнку **комплексное развитие**. Эффективные дошкольные программы разносторонне развивают малышей, совершенствуя творческую сферу, логическое мышление, интеллектуальные и коммуникативные навыки.

В детском саду происходит **подготовка ребёнка к школе** (в возрасте 5-7 лет). В данном случае речь не об обучении чтению, письму, азам математики (это возможно обеспечить дома или водить на подготовительные занятия), а об эмоциональной и психологической подготовке. Малыш учится не только ладить со сверстниками, но и подчиняться общим правилам, вести себя в коллективе, слушать старшего, ориентироваться на установленный режим, что понадобится ему в школе.

Разделяйте важные события. Детские психологи утверждают, что родителям имеет смысл планировать глобальные изменения в жизни семьи с перерывом хотя бы на 1,5-2 месяца. Не стоит приурочивать начало детского сада к рождению младшего ребенка. Появление нового члена семьи – стресс для старшего малыша, скорее всего, он воспримет детский сад как место, куда его отправили, потом что он стал не нужен. Это же касается и смены места жительства: даже положительно окрашенные, такие сильные впечатления, наложившись друг на друга, могут стать непосильной ношей для нервной системы малыша.

Грамотная подготовка ребенка к посещению детского сада может уменьшить стресс ребенка в разы.

1. В первую очередь **определитесь с мотивами посещения детского сада**. Зачем он вам нужен? Что вы ждете от посещения садика? Вам надо выходить на работу? Или вы можете подождать еще годик?
2. **Положительный настрой и ребенка, и мамы**. Говорите о садике только хорошее. Не надо высказывать вслух при ребенке все ваши опасения и переживания. Выскажите их подруге, мужу, маме, психологу. Но не ребенку и не при ребенке. Не нужно рассказывать ребенку ваш негативный опыт посещения детского сада. Вспомните что-то хорошее. Посмотрите свои фотографии из садика, расскажите забавную историю. Акцентируйте внимание на хорошем. Ваш собственный настрой очень важен.
3. Начинайте приближать свой распорядок день к **распорядку дня в садике** — режим, питание, занятия.
4. **Не акцентируйте внимание на разлуке с ребенком**. Не надо приговаривать: «Ты там будешь целый день один, без мамы». «Как же ты там будешь один?».
5. **Приучайте ребенка оставаться с другими взрослыми на некоторое время**. Можно начать с малого. Оставить с папой на полчаса, а самой пойти прогуляться. Или наоборот — отправить папу с ребенком погулять на часик. Ребенку, который проводит 24 часа только с мамой, будет очень тяжело сразу оставаться в незнакомом месте с незнакомыми людьми. И хорошо, если у ребенка уже есть опыт нахождения без мамы некоторое время.

Консультация «Советы по легкой адаптации»

Личным примером: «Уверена мама – спокоен ребенок»

Видя спокойную уверенность родителей, их позитивный настрой, ребенку легче привыкнуть к изменениям. Известно, что при построении своего отношения к окружающему миру, ребенок отталкивается от отношения самых близких людей, которым он доверяет. Ваша радость и интерес, с которым ведутся разговоры о садике, добрые воспоминания о личном опыте «садовской» жизни или опыте близких друзей помогут ребенку в решении непростой задачи – адаптации к новой среде.

Оправдать доверие

Мы знаем, что можно доверять тем, кто с нами всегда честен, кто выполняет обещания. Мы твердо уверены в том, что на слово именно таких людей можно положиться. Пообещав ребенку, что Вы заберете его из садика сразу после прогулки, важно «сдерживать» слово. Отвечая на любые вопросы ребенка, мы также руководствуемся принципом честности, предупреждаем его о том, что произойдет: «Мы сейчас попросимся и ты будешь играть/заниматься с (имя воспитателя) и детьми, а я приеду за тобой после /прогулки/обеда/сна».

Объяснять наглядно

Мышление детей дошкольного возраста устроено таким образом, что наглядное подкрепление помогает быстрее и точнее уловить мысль взрослого. Попросите у воспитателей расписание. Подберите картинки/фотографии, которые иллюстрируют режим дня в саду, покажите ребенку, чем будет наполнен день до Вашего прихода, и в какой именно момент вы снова встретитесь. Например: «Ты помашешь мне рукой, вместе с ребятами и воспитателем сделаешь зарядку, потом позавтракаешь, позанимаешься, поиграешь, покушаешь, погуляешь, поспишь и я приду!».

Сходным режимом

Чем ближе распорядок дня Вашего ребенка к тому, с которым он столкнется в садике, тем легче ему будет привыкнуть к другим изменениям в своей жизни. Физический комфорт (ребенок выспался, полон сил и энергии) необходим для психологической адаптации.

Домашним отдыхом

Первое время потребуется ребенку для того, чтобы привыкнуть к нагрузке, поэтому время вне садика должно быть максимально спокойным, способствовать расслаблению, восстановлению сил. Не перегружайте его дополнительными занятиями и насыщенными мероприятиями. Многим родителям хочется устроить праздник в награду за «мучения», отвезти ребенка в парк развлечений и т.д., но поначалу новых впечатлений у него итак предостаточно, их нужно

обязательно «переварить», а не добавлять сверху, лучший способ – тихий вечер в кругу семьи в знакомой домашней обстановке.

Ритуалами прощания и встречи

Когда многое в жизни ребенка меняется (круг общения, обстановка, требования и проч.), важно «подарить» ему незыблемые «точки опоры», которые помогут чувствовать себя более уверенно. Такими «точками» могут стать ритуалы прощания и встречи. Придумайте его вместе.

Ритуал – краткая последовательность действий, которая обладает следующими характеристиками:

- 1) всегда одинаковая, постоянная, неизменная;
- 2) краткая;
- 3) является заключительным эпизодом общения (перед прощанием);
- 4) сообщает о безусловной любви к ребенку и принятии его таким, какой он есть.

Пример: «Я тебя очень люблю, ласковое имя ребёнка, встретимся вечером!», два поцелуя, одно поглаживание по голове. Предварительно обсудив с ребенком смысл ритуала, придумав нужную последовательность вместе с ним и продемонстрировав ритуал в действии, Вы поможете ему убедиться в том, что «прощание» всегда означает скорую «встречу».

Групповыми занятиями

Если до начала учебного года в саду у ребенка уже есть опыт посещения групповых занятий с другими детьми, где есть другой взрослый, где нужно на некоторое время остаться без мамы, то ему будет проще понять, что происходит. А, следовательно, легче адаптироваться: он уже знает, как это бывает, знает, что если мама привела его куда-то, попрощалась и уехала, то она обязательно вернется, что это не страшно и можно радоваться жизни, играть и развиваться.

Самостоятельностью (в еде и одевании)

В садике дети становятся более самостоятельными, в том числе за счет подражания сверстникам. Если Ваш ребенок уже умеет (или пытается) самостоятельно кушать, одеваться, мыть руки, то автоматически будет чувствовать себя успешнее, с него будут брать пример, ему будет проще справиться с новыми задачами.

«Бонусом взрослости»

Ребенок растет каждый день, но неравномерно. В некоторые дни он совершает скачок в своем развитии. Помимо привычных обязанностей (проснуться, улыбнуться, съесть кашу и проч.), добавляется множество новых (быть достаточно смелым, чтобы остаться в новом месте с незнакомыми воспитателями и шумной массой детей без мамы и

др.), справедливости ради у него должны появиться и новые права. Гордитесь тем, что ребёнок ходит в детский сад, рассказывайте это знакомым при малыше.

«Кусочком мамы с собой»

Дети сами подсказали нам, что им бывает легче успокоиться, если в кармашке лежит маленькая вещь, напоминающая о маме/папе. Это может быть платочек, фотография мамы. «Это наш с тобой секретик, ты на него посмотришь, и вспомнишь, что я обязательно приду за тобой после полдника».

Особым занятием в детском саду

Поговорите с воспитателем, какое интересное для ребенка занятие сможет быть самым первым делом. Тоже своеобразным ритуалом. Одному мальчику нравится мыть руки, другой девочке — проверять. Как там куклы спали без нее. Обсудите, что из всего многообразия садиковской жизни привлекает больше: рисование, прогулка, обед? Пусть ребенок найдет для себя любимое дело.

Утром НУЖНО:

Вести себя спокойно, уверенно и решительно

Ориентировать ребенка на позитивные стороны посещения садика (много друзей, добрые воспитатели, интересно заниматься и весело играть)

Прийти вовремя

Четкий «ритуал прощания»

Быть честным: «Да, я ухожу, но я тебя очень люблю тебя и обязательно заберу сразу после...» (лучше ребенок поначалу немного расстроится, что Вы уходите, чем потеряет доверие)

Утром НЕЛЬЗЯ:

Тревожиться, сомневаться, суетиться, сердиться, ругаться

Пугать садиком («Не будешь слушаться, отдам тебя в детский сад», «Если будешь плакать, я за тобой не приеду»), критиковать педагогов, других детей, родителей

Опоздать

Убежать, не попрощавшись/растягивать прощания

Обмануть (что придете через 5 минут/ что будете ждать за дверью/в машине: дети часто рвутся выйти, теряют доверие к маме).

Практикум

«Как подготовить малыша к детскому саду»

Организируйте первое знакомство. До начала посещения садика, сходите туда с малышом «на экскурсию» - присутствуйте на прогулке, зайдите в группу, познакомьтесь с воспитателем. Так вы создадите у малыша ощущение, что он идет в знакомое ему место.

Много разговаривайте с крохой о детском саду. Обсуждайте, рассказывайте, делая упор на интересные положительные моменты (вспомните, что нравится ребенку, акцентируйте на этом внимание), задавайте вопросы «а как ты думаешь...?» - вы сможете больше узнать об опасениях и сомнениях малыша и развеять его беспокойство.

Играйте в ролевые игры. Поиграйте в детский сад – инсценируйте ситуации, используя кукол или мягкие игрушки, стройте из кубиков или конструктора детские площадки, кровати, столы и стулья. Вместе приведите в такой «детский сад» любимую игрушку малыша, рассказывайте и показывайте ей, как в детском саду весело, проигрывайте сложные или непонятные для малыша ситуации, которые обязательно заканчиваются благополучно.

Рассказывайте сказки. Перед сном читайте или рассказывайте крохе сказки про детский сад. Как малыш (назовите героя именем малыша или выберите другого персонажа – котенка, медвежонка, зайчонка и т.д.) пошел в детский сад, что он там делал, как ему было там интересно, сколько новых друзей у него появилось, какая добрая была воспитательница, как вечером пришла мама и так далее. Ваша главная задача – положительно настроить ребенка, сделать грядущее событие понятным и привлекательным для него.