

«Адаптация ребёнка в детском саду»

Если ребенок плачет, стоит взять его на руки, успокоить — вероятно, ему не хватает прикосновений матери, которых недавно было намного больше.

Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в детский сад, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в ДООУ, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился.

По возможности расширять круг общения ребенка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми: обращать его внимание на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительно отношение к ним.

Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

Помочь ребенку разобраться в игрушках, использовать показ действий с ними, сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребенка в совместную игру.

Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего ребенка.

«Рекомендации родителям или как ходить в детский сад без нервозности»

1. Будить ребенка спокойно: проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра, не дергайте, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».

2. Не торопить - умение рассчитать время - ваша задача, если вам это плохо удается, то вины ребенка в этом нет.

3. Не прощаться, предупреждая и направляя: «Смотри не балуйся, веди себя хорошо, и т. д.». Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов.

4. Не лишне будет предупредить персонал детского сада о вкусах малыша. Но делать это следует в его отсутствие, когда он ушел в игровую комнату или занялся с другими детьми, так как подобные разговоры как бы программируют ребенка на совершение соответствующих действий: он станет лишь сильнее

капризничать и настаивать на отказе от пищи, объясняя это словами матери или бабушки.

5. Не говорить «Если ты будешь плакать, я за тобой вообще не приду», «Если ты будешь плакать, я сейчас развернусь и уйду», «Что ты стоишь, как столб», «Все дети, как дети, а вот наша.».

6. Сцены, которые дети устраивают родителям, говорят о том, что малыши достаточно хорошо знают "слабые" места взрослых.

7. Победить "сцены" помогут "ритуалы".

Изменения, которые обрушиваются на ребенка с поступлением в детский сад, создают для него стрессовую ситуацию. А лучшее лекарство от стресса - смех. Поэтому в адаптационный период необходимо в группе создать такие условия, чтобы ребенок больше смеялся и занимался той деятельностью, которая приносит ему удовольствие. Конечно, это игровая деятельность. Игра способствует безболезненному вхождению ребенка в детский сад.

На первом этапе мы используем индивидуальные игры с ребёнком, привлекая к игре маму. Присутствие мамы облегчает душевное состояние ребенка.

В игре «Разговор с игрушкой» мама помогает ребенку выразить свое эмоциональное состояние, переживания по поводу пребывания в детском саду. Мама надевает на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Мама прикасается своей игрушкой к игрушке ребенка, гладит ее, щекочет, при этом спрашивает: «С кем, мой зайчик, подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли». Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит.

«Коробочка радостей».

Такая коробочка поднимет настроение робким застенчивым детям.

Родители дома с ребенком в такую «радостную коробочку» складывают небольшие вещи, которые любит их ребенок, и приносят ее в детский сад. Ребенок в любую минуту может взять эту коробочку, потрогать ее содержимое и почувствовать себя дома.

Очень эффективны подвижные игры в паре с мамой. Они регулируют процессы возбуждения и торможения, снижают уровень тревожности.

Игра «Бабочки на весеннем лугу».

Игра помогает справиться со страхами темноты и замкнутого пространства, с чувством одиночества. Накинув прозрачный шарф на лицо, ребенок видит все вокруг, но при этом — он спрятался! И маму, спрятавшуюся за прозрачным шарфом, он отыщет гораздо быстрее. Радость движения будет ярче, если платки превратятся в крылья бабочек.

Важнейшими везде и всегда были, есть и будут игры с руками. Первые такие игры, конечно же, с мамами. Потому что только мамы помогут адаптировать ребенка не только к детскому саду, но и к игре. Поэтому именно мама предлагает ребенку игру **«Кто в кулачке?»**

Мама раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения.

Кто залез ко мне в кулачок?

Это, может быть, сверчок? (Сжать пальцы в кулак.)

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай! (Выставить вперед большой палец.)

По мере привыкания ребёнка к воспитателю, мы начинаем включаться в игру с ребенком в паре.

Основная задача коммуникационных игр на этом этапе – формирование эмоционального контакта, доверия детей к нам.