



**Заклад дошкільної освіти
(ясла-садок)
комбінованого типу №8 «Казка» м. Ковель**

ПАПКА-ПЕРЕСУВКА

«Ми йдемо в дитячий садок»

**Підготувала
практичний психолог
ХАЛАМАЙ І. М.**



та Зніма

Дуже часто батьки, коли їх малюкові виповнюється два роки, задають собі такі питання: а чи варто віддавати дитину в садок, з якого віку краще, як зробити так, щоб юному створінню було там комфортно. Пропоную поглянути на ці питання з точки зору дитячої психології.



Отже, по-перше, приходячи в садок, дитина вчиться спілкуватися саме в колективі. Адже діти між собою настільки прив'язуються, що їх дружба може тривати і надалі. Ваш малюк день за днем буде удосконалювати навички спілкування. У цьому йому допоможуть

спільні рольові ігри з дітьми, і тематичні заняття, які будуть вести вихователі. Таким чином, дитина буде розвивається і в пізнавальній сфері (пам'ять, мислення, увага і т. д.), і в комунікативній (спілкування) - адже це так важливо для неї.

По-друге, відвідування дитячого садка формує у малюка почуття самостійності. Як воно може проявлятися? Та дуже просто. Це самостійний прийом їжі, це самостійне одягання, особиста гігієна. Пройде буквально трохи часу, і Ваше сонечко порадує своєю незалежністю вже вдома.

По-третє, саме в дошкільному закладі вихователь проводить ігрові заняття, в яких дає нові цікаві знання дітям, і це, безумовно, великий плюс у розвитку малюка.

Але є і негативна сторона перебування малюка в садку - це на перших порах часті простудні захворювання. Усі вони будуть викликані психологічним навантаженням, яке знижує імунітет малюка.

Саме через цю причину більшість батьків просто не хочуть вести малюка в садок. Але тут напрошується таке питання: а як же в подальшому Ваше чадо буде відвідувати школу, різні гуртки? Адже Ви не будете ізолювати дитину від соціуму.



Вихід тут один - необхідно зміцнити імунітет малюка, і нехай він краще перехворіє в більш ранньому дитячому віці, ніж дорослому.

Вважається, що кращим віком для адаптації дитини до режиму дошкільного закладу є 2-3 роки. Саме в цей період малятам легше перенести розлуку з мамою, вони краще звикають до вихователя. Завдання батьків у цей період - провести бесіду з дитиною настільки продуктивно, щоб у малюка виникло бажання йти в свою групу.

НЕГАТИВНІ ЕМОЦІЇ В ПЕРІОД АДАПТАЦІЇ ДИТИНИ ДО ДИТЯЧОГО САДКА

Буває і так, що у перші дні малюк йде в садок із задоволенням, а потім раптом ця окриленість кудись пропадає. Примхи, істерики вранці. Проаналізуйте ситуацію, можливо у Вас був такий випадок, коли малюк своїм плачем змусив Вас скористатися планом капітуляції. А Ви, заспокоївши себе думкою *«ну не хоче йти в садок, так нехай один день побуде вдома»*, вирішили, що на цьому все закінчиться, але не тут-то було. Малюк відразу вловив зв'язок, коли він плаче - в садок його не ведуть. Якщо вийшло один раз, то вийти і другий, головне, плакати переконливо, голосно і довго.



Якщо це не про Вас, тоді, можливо, справа в наступному: страх. А раптом мама ввечері не забере. Найчастіше ми, самі того не розуміючи, можемо сформувати в дитині цей комплекс. Необдуманно сказане нами слово, якому ми навіть не надали значення, *«будеш себе погано вести я тебе з садка не заберу, будеш в ньому жити (ночувати)»* - може виявитися для малюка великою особистою трагедією. Тому шановні батьки зважуйте кожне слово; соціальні контакти. Якщо карапуз товариський і з легкістю може знайти спільну мову з дітками в групі, це добре.

У дитячому садку адаптація дитини пройде простіше при злагодженій роботі вихователя і батьків.

ГОТОВНІСТЬ БАТЬКІВ ДО ДИТЯЧОГО САДКА

Для того щоб адаптаційний період в дитячому садку для діток пройшов максимально безболісно, перш за все Вам потрібно визначитися чи готові Ви самі щоб Ваша крихітка відвідувала цей заклад? Як стверджують психологи, що найчастіше період адаптації ускладнюють самі батьки.



Дуже складно переконати дитину, що все буде добре, коли мама з погано прихованим хвилюванням прощається з нею в роздягальні як у прифронтового ешелону. У цьому віці Ваш емоційний зв'язок з малюком ще дуже міцний і він все відчуває.

Позитивний настрій - це, мабуть, найголовніша умова. Якщо Ви будете самі твердо переконані, що дитячий садок - це найкраще місце для Вашої дитини, малюк це обов'язково відчує і адаптація пройде легко. Якщо Ви сумніваєтеся, займіться аутотренінгом. На листку паперу напишіть все за і проти.

Постарайтеся оцінити ситуацію неупереджено. Наприклад: коли моя дитина почне ходити в садок це розширить її кругозір, або вона там отримає перший життєвий досвід подолання перешкод, а це в нашому житті дуже важливий аргумент.

А може хорошою мотивацією для Вас послужить те, що Ви зможете відвідувати магазини без малюка, який завжди палко бажає купити чергову непотрібну іграшку?



Гуляючи на майданчику, не поспішайте втручатися в конфліктні ситуації, нехай Ваш карапуз спробує самостійно впоратися з проблемою. Навичка постояти за себе - одна з ключових в дитячому садку.

Запрошуйте до себе додому гостей бажано з дітками одного віку з Вашим малюком.

Нехай разом грають, так Ваш малюк навчиться спілкуватися сам і ділитися

своїми іграшками з іншими. Якщо він це робити навідріз відмовляється - не наполягайте. Проаналізуйте свою поведінку вдома. Адже правда, є «дорослі іграшки» такі як телефон, планшет, ключі від машини, робочі документи, які Вашій дитині чіпати не можна? А діти з точністю копіюють Вашу поведінку, не забувайте про це.

ДИТИНА ПРИЙШЛА В ДИТЯЧИЙ САДОК

Якими повинні бути Ваші подальші дії?

Обов'язкове дотримання графіка початкового адаптаційного періоду. Залишати відразу на повний день малюка не рекомендується. Нехай він звикає до нових для себе умов поступово.

Дозвольте карапузу взяти з собою «шматочок» Вашої домівки, це може бути його улюблена іграшка або книжка. Але обов'язково проведіть з дитятком бесіду на тему дружби та щедрості (вміння ділитись).

Бережіть нервову систему малюка. Важка адаптація завжди супроводжується капризами. Ваша любов і терпіння - ось кращий засіб її полегшити.

Пам'ятайте, що тільки від Вас залежить, яка буде адаптація у Вашого маленького непосиди легка або навпаки. Зробіть очікування садка чимось приємним. Можна зіграти на тому, що малюк уже великий, а дорослі дітки ходять в дитячий садок.

Головне - пам'ятати, Ваш малюк це найцінніше, що у Вас є. Не втомлюйтеся повторювати йому, що Ви дуже його любите і завжди



ЯК ЗНИЗИТИ НАВАНТАЖЕННЯ НА МАЛЕНЬКИЙ ОРГАНІЗМ

1. Насамперед, починати підготовку варто з режиму дня Вашого малюка. Не секрет, що діти живуть в садку за особливим режимом, і чим швидше дитина зможе під нього підлаштуватися, тим легше їй буде. Режим харчування, денний сон, розподіл часу на прогулянку і гру - все повинно відповідати тимчасовим рамкам дитячого садка. Якщо Ви зможете підкоригувати режим дня, то, без сумніву, адаптація буде легшою для організму дитини.

2. Самостійність - важлива риса кожної дитини в дитячому саду. Необхідно навчити дитину одягатися самостійно, їсти ложечкою і вмиватися.

3. Спілкування з однолітками. Потрібно більше гуляти і контактувати з іншими дітьми, налагоджувати спілкування і вчитися контактувати з новими людьми. Якщо Ваша дитина боїться інших людей, то на цей пункт слід звернути більш пильну увагу.

4. У своєму віці дитина ще не знає що таке дитячий садок, тому рольові ігри припадуть дуже до речі. Уявімо, Ви - вихователь, а дитина - Ваш вихованець. Розкажіть малюкові, як він повинен себе вести і яка в нього роль, і що робите Ви, зацікавте дитину, а в разі гарної поведінки, обов'язково хваліть.

5. Вчіться говорити. Якщо Ваша дитина ще не почала говорити або мова ще не досить добре сформована, більше тренуйтеся. Адже спілкування - невід'ємна частина будь-якого суспільства. Крім того, Вам буде спокійніше, якщо Ви будете знати, що в разі дискомфорту, малюк тут же Вам про нього повідомить.



ЯК УНИКНУТИ НЕБАЖАНИХ НАСЛІДКІВ

1. Як правило, в перші дні важливо просто познайомитися з дитячим садом, для цього не варто залишати малюка на повний день. Фахівці рекомендують провести в садку годину-дві, це допоможе дитині не хвилюватися і спокійно подружитися з новим місцем, озирнутися і не турбуватися.



2. Адаптація в дитячому саду - це обов'язково стрес для психіки дитини, тому важливо не навантажувати організм дитини вдома переглядом телевізорів і забезпечити ранній відхід до сну.

3. Після того, як Ви відвідаєте дитячий садок в перший раз, обов'язково дізнайтеся думку малюка про нове місце. Чи сподобалося йому, що саме сподобалося чи ні, хотів би він ще

дитину, це дуже важливо. Скажіть, що він дуже добре сьогодні поведився, і Ви їм пишаєтеся.

4. Обов'язково слід поговорити з педагогом. Це для нього абсолютно незнайомий малюк, тому варто дізнатися про дитя більше, про його характер і особливості. Якщо у малюка є які-небудь проблеми, про це теж потрібно обов'язково сказати.

Зазвичай дитина звикає до нових умов протягом 2-3 тижнів. В цей час вона може стати капризною, погано спати, плакати, коли бачить батьків. Не поспішаєте негайно забрати малюка на домашній режим. Пройде небагато часу і вона звикне до нового спілкування. Іноді адаптація буває складною і тривалою, тоді дитина поводить себе агресивно або, навпаки, відчуває себе пригнічено, або малюк погано себе почуває, довго не засинає, відчуває страхи, прокидається з плачем. У такому разі краще звернутися до психолога або дитячого психотерапевта.



Якщо Ви помічаєте, що в спілкуванні Ваш малюк надмірно сором'язливий або конфліктний, не може розлучатися з Вами, і ці риси стали стійкими, краще звернутися до фахівця. Психолог допоможе визначити причину такої поведінки і справитися з проблемою.

На закінчення хотілося б сказати, що лише батьки здатні відчути свою дитину і зрозуміти, як вчинити, де підтримати, а де проявити волю. А ми бажаємо Вашим діткам спокійної, швидкої адаптації до



дитячого садка, без стресу і сліз.

Матеріал для папки-пересувки отримані вільним доступом у мережі Інтернет та з інших загальнодоступних джерел. Інформація використовуються виключно у некомерційних цілях.