

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
"ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 61 "РОДНИЧОК"  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ  
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

**ПРИНЯТО:**

на заседании педагогического совета  
МБДОУ № 61 "Родничок" г. Симферополь  
Протокол № 1  
от "01" 09 2022г.  
и рекомендовано к утверждению

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий МБДОУ № 61  
"Родничок" г. Симферополь  
 И.В. Дакова  
от "31" 08 2022г.



**Программа обучения основам психологии и педагогики  
родителей (законных представителей)  
"Родительский всеобуч"**

г. Симферополь, 2022 г.

## Оглавление

<b>I Целевой раздел</b> .....	3
1.1. Актуальность программы. ....	3
1.2. Цели и задачи программы.....	4
<b>II Содержательный раздел</b> .....	4
2.1. Содержание программы .....	4
2.1.1. Тема: "Как помочь подготовиться к ДОУ: проблемы адаптации".....	4
2.1.2. Тема "Психологические особенности личности ребенка на различных этапах развития" .....	4
2.1.3. Тема "Пока он еще ребенок" .....	5
2.1.4. Тема: "Психологическое пространство" .....	5
2.1.5. Тема: "Проблема времени, или как все успеть" .....	5
2.1.6. Тема: "Семейные традиции и ценности" .....	6
2.1.7. Тема: "Как построить общение с ребенком" .....	6
2.1.8. Тема: "Мир эмоций" .....	6
2.1.9. Тема: "Нормы, правила, запреты в семье" .....	6
2.1.10. Тема: "Развиваем интеллектуальную сферу ребенка" .....	7
2.1.11. Тема: "Самостоятельный ребенок как этого достичь" .....	7
2.1.12. Тема: "Ответственность нужна не только взрослым" .....	7
2.1.13. Тема: " О дружбе и друзьях" .....	8
2.1.14. Тема: "Знаете ли Вы своего ребенка" .....	8
2.1.15. Тема: "Мой папа - Супергерой".....	8
2.1.16. Тема: "Будем знакомы" .....	8
<b>III Организационный раздел</b> .....	9
3.1. Условия реализации программы. ....	9
3.2. План работы по обучению родителей (законных представителей) несовершеннолетних детей основам детской психологии и педагогики .....	9
на 2022-2023 уч.г.....	9
3.3. Планируемые результаты.....	10
Список литературы.....	11
Приложение 1 .....	12
Приложение 2 .....	14

## **I Целевой раздел**

### **1.1. Актуальность программы.**

Программа для родителей "Связующая нить" составлена на основе «Концепции о государственной семейной политике до 2025 года» утвержденной распоряжением Правительства РФ от 25.08.2014 №1618, в целях организации работы по родительскому просвещению.

В современных социальных условиях, когда родители отчуждены от своих детей и полностью поглощены социально-бытовыми проблемами, когда дети предоставлены самим себе, приобретает особую актуальность проблема приобщения родителей к формированию личности ребёнка.

В Федеральном государственном образовательном стандарте "семья" обозначена как базовая национальная ценность. Потому что именно в семье происходит первичная социализация ребёнка, приобретаются навыки взаимодействия и общения с людьми, формируются образ «Я» и самооценка, самостоятельность и ответственность, а также многое другое, что закладывает фундамент полноценного развития личности.

В настоящее время семья в Российской Федерации переживает противоречивое и сложное состояние: во многом утрачены традиции семейного воспитания и его нравственные ценности. Изменился статус семьи как воспитательного института (сокращается количество благополучных по составу и по степени воспитательного влияния семей; растут отчуждение, непонимание между родителями и детьми и т.п.). Изменилось качество самой семьи (разрушены нравственные представления о браке и семье, утрачено понятие ответственности за сохранение брака; увеличивается процент детей, растущих в неполных семьях либо в семьях, где один из родителей родным не является и т.п.).

Серьёзной проблемой является отчуждение семьи от образовательных организаций, педагогов – от семьи (усиливается недоверие родителей к детскому саду, имеют место неадекватное отношение родителей и детей к сотрудникам детского сада, неудовлетворенность качеством предоставляемых услуг и т.п.).

Многие проблемы, возникающие в процессе воспитания, часто становятся следствием отсутствия у родителей психолого-педагогической грамотности, недостаточной осознанности, а порой и стихийности воспитательных воздействий. В связи с этим, одной из основных задач в организации работы с родителями в рамках организации сотрудничества семьи и ДОУ выступает повышение их психолого-педагогической компетентности, под которой понимается совокупность таких личностных и коммуникативных свойств, которая позволяла бы достигать максимально качественных результатов в воспитании и развитии ребёнка.

Для этого была разработана программа курса обучения родителей «Связующая нить».

## **1.2. Цели и задачи программы**

### **Цель программы:**

- повышение уровня психолого-педагогической компетентности родителей в сфере воспитания и развития личности ребенка.

### **Задачи программы:**

- познакомить родителей с психологическими особенностями детей разного возраста;
- познакомить с основными способами воспитания и поддержки ребёнка в семье;
- познакомить с методами и приемами создания, сохранения и восстановления семейных традиций;
- сформировать умения и навыки по выстраиванию взаимодействия с ребенком;
- создание условий для повышения навыков саморегуляции и самоэффективности родителя;
- интеграция полученного опыта.

## **II Содержательный раздел**

### **2.1. Содержание программы**

#### **2.1.1. Тема: "Как помочь подготовиться к ДОУ: проблемы адаптации"**

Что такое адаптация? Трудности адаптационного периода. Степень адаптации ребёнка к условиям детского сада. Осложняющие факторы адаптации. Постепенная адаптация может включать несколько этапов. Воспитатели и психологи рекомендуют. Памятка для родителей: «Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду»

#### **2.1.2. Тема "Психологические особенности личности ребенка на различных этапах развития"**

Общая характеристика развития детей раннего и дошкольного возраста. Физиологический статус: антропометрия (вес, рост); костная, сердечно - сосудистая, лёгочная, нервная системы). Особенности психических процессов у детей (восприятие, память, мышление, воображение, внимание). Новообразования раннего и дошкольного возраста (возрастные границы, критерии периодизации (формы общения, социальная ситуация развития, ведущая деятельность, противоречия). Кризис 1-го года жизни: первая самостоятельность. Кризис 3-х лет («Семизвездие симптомов» (Л.С. Выготский)). Кризис 7 лет. Основная симптоматика кризисов. Тактика поведения родителей в периоды кризиса. Целевые ориентиры дошкольного образования.

Возрастные нормы психического развития ребенка:

- Психологические особенности детей 3 - го года жизни
- Психологические особенности детей 4- го года жизни
- Психологические особенности детей 5 - го года жизни
- Психологические особенности детей 6 - го года жизни
- Психологические особенности детей 7 - го года жизни

### **2.1.3. Тема "Пока он еще ребенок"**

**Задачи:**

- способствовать сплочению участников группы и снятию психоэмоционального напряжения;
- повышать ответственность за всестороннее развитие ребенка;
- активизировать позицию родителей в совершенствовании своих 4х сфер (физической, эмоционально-личностной, интеллектуальной, духовной);
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений;

### **2.1.4. Тема: "Психологическое пространство"**

**Задачи:**

- дать представление о психологическом пространстве человека, необходимости заботиться о самом себе;
- расширить представления о понятиях «близость», «влияние»;
- повышать ответственность родителей за собственное психофизическое состояние;
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений;
- показать родителям необходимость уважения и соблюдения психологических границ ребенка и других членов семьи.

### **2.1.5. Тема: "Проблема времени, или как все успеть"**

**Задачи:**

- познакомить с наукой о тайм-менеджменте;
- расширить представления о законах распределения времени;
- упражнять родителей в умении объединять дела, выделять время для себя и своих близких;
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений.

### **2.1.6. Тема: "Семейные традиции и ценности"**

#### **Задачи:**

- активизировать позицию родителей в воспитании ребенка;
- повышать ответственность за психологическое состояние ребенка, показать влияние стиля воспитания в семье на поведение ребенка;
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений;
- повышать психолого-педагогическую компетентность родителей в вопросах воспитания ребенка-дошкольника;

### **2.1.7. Тема: "Как построить общение с ребенком"**

#### **Задачи:**

- показать важность конструктивного общения с детьми;
- повышать ответственность родителей за наполнение эмоциональной сферы ребенка, показать влияние стиля общения в семье на поведение ребенка и личностные особенности;
- способствовать осознанию родителями необходимости безусловного принятия своего ребёнка;
- упражнять родителей в использовании техники «активного слушания».

### **2.1.8. Тема: "Мир эмоций"**

#### **Задачи:**

- активизировать позицию родителей в воспитании ребенка;
- повышать психолого-педагогическую компетентность родителей в вопросах развития эмоциональной сферы ребенка-дошкольника;
- повышать ответственность за психологическое состояние ребенка, расширять представления о способах выплеска негативных эмоций у ребенка и взрослого в приемлемой форме;
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений;

### **2.1.9. Тема: "Нормы, правила, запреты в семье"**

#### **Задачи:**

- расширять и уточнять знания родителей по проблеме формирования правил поведения;
- повышать ответственность в воспитании правил поведения ребенка, показать влияние стиля воспитания в семье на поведение ребенка;

- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений;
- показать эффективные и неэффективные способы наказания ребенка, осуществлять профилактику физического и психологического насилия в семье;
- стимулировать позитивные формы взаимодействия, использование поощрения;
- показать неэффективность использования подкупа (материального стимулирования) ребенка в процессе формирования правил поведения.

#### **2.1.10. Тема: "Развиваем интеллектуальную сферу ребенка"**

##### **Задачи:**

- повышать психолого-педагогическую компетентность родителей в вопросах воспитания и всестороннего и гармоничного развития ребенка-дошкольника.
- показать необходимость создания условий для развития интеллектуальной сферы ребенка;
- расширить представления родителей о важности совместной творческой работы родителей и ребенка;
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений;

#### **2.1.11. Тема: "Самостоятельный ребенок как этого достичь"**

##### **Задачи:**

- повышать психолого-педагогическую компетентность родителей в вопросах формирования самостоятельности у ребенка-дошкольника.
- активизировать позицию родителей в воспитании ребенка;
- повышать ответственность за психологическое состояние ребенка, стимулировать использование позитивных родительских установок в процессе формирования самостоятельности;
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений.

#### **2.1.12. Тема: "Ответственность нужна не только взрослым"**

##### **Задачи:**

- активизировать позицию родителей в воспитании ответственности у ребенка;
- повышать ответственность за психологическое состояние ребенка, показать влияние стиля воспитания в семье на формирование ответственности у ребенка;
- способствовать сплочению семьи и оптимизации детско-родительских отношений;
- повышать психолого-педагогическую компетентность родителей в вопросах воспитания ответственности ребенка-дошкольника.

### **2.1.13. Тема: " О дружбе и друзья"**

#### **Задачи:**

- Воспитывать доброе отношение детей друг к другу;
- Развивать навыки общения, позитивного социального поведения;
- Раскрыть значимость моральной поддержки друзей;
- Формировать благоприятный психологический климат в группе.

### **2.1.14. Тема: "Знаете ли Вы своего ребенка"**

#### **Задачи:**

- развивать интерес к познанию своего ребенка, содействовать к активному взаимодействию с ним;
- формировать у родителей практические умения в области взаимодействия с детьми;
- создать условия для эмоционального сближения родителя и ребенка;
- формировать навыки эмоциональной поддержки у детей и родителей;
- содействовать эмоциональному сближению всех участников образовательного процесса, организации их общения.

### **2.1.15. Тема: "Мой папа - Супергерой"**

#### **Задачи:**

- воспитывать любовь, ласковое, чуткое отношение к папе, чувство гордости за своего отца;
- способствовать развитию творческого подхода у детей к восприятию мира и себя в нём;
- укреплять атмосферу психологического комфорта в семье.

### **2.1.16. Тема: "Будем знакомы"**

#### **Задачи:**

- познакомить педагогов и родителей;
- определить общие задачи воспитания, которые



### III Организационный раздел

#### 3.1. Условия реализации Программы

Условия участия родителей:

- добровольность участия;
- интерес к заявленной теме;
- готовность обсуждать вопросы по теме встречи.

Место проведения встреч - МБДОУ № 61 "Родничок" г. Симферополь.  
Периодичность встреч с родителями – 1 раз в месяц.

Организация занятий:

- продолжительность встречи с родителями: 1 час (в зависимости от формы и темы);
- структура занятия:
- мотивация родителей к участию в обсуждении темы;
- экспресс - диагностика по теме занятия (по возможности или по мере необходимости);
- информационный блок (просмотр видеороликов, презентаций и их обсуждение);
- решение ситуационных задач по теме занятия (работа в группах);
- формулирование правил или рекомендаций для родителей (работа в группах);
- результаты экспресс – диагностики (при необходимости);
- подведение итогов встречи.

#### 3.2. План работы по обучению родителей (законных представителей) несовершеннолетних детей основам детской психологии и педагогики на 2022-2023 уч.г.

№	Тема	Форма	Сроки	Ответственные
1	"Как помочь подготовиться к ДОУ: проблемы адаптации"	родительское собрание	сентябрь	педагог-психолог, воспитатель
2	"О дружбе и друзьях"	родительское собрание	сентябрь	педагог-психолог, воспитатель
3	«Знаете ли вы своего ребенка?»	родительское собрание	октябрь	педагог-психолог, воспитатель
4	"Мой папа - Супергерой"	акция	октябрь	педагог-психолог, воспитатель
5	"Будем знакомы"	семинар-практикум	ноябрь	педагог-психолог, воспитатель
6	"Как построить общение с ребенком"	семинар-практикум	ноябрь	педагог-психолог, воспитатель
7	"Нормы, правила, запреты в семье"	семинар-практикум	декабрь	педагог-психолог, воспитатель
8	"Новогодняя игрушка"	творческая	декабрь	педагог-психолог,

	нашей семьи"	мастерская		воспитатель
9	"Готов ли мой ребенок к школе?"	семинар-практикум	январь	педагог-психолог, воспитатель
10	"Проблема времени, или как все успеть"	дистанционное обучение	февраль	педагог-психолог, воспитатель
11	"Психологическое пространство"	семинар-практикум	март	педагог-психолог, воспитатель
12	"Развиваем интеллектуальную сферу ребенка"	семинар-практикум	апрель	педагог-психолог, воспитатель
13	"Самостоятельный ребенок как этого достичь"	семинар-практикум	май	педагог-психолог, воспитатель
14	"Ответственность нужна не только взрослым"	семинар-практикум	май	педагог-психолог, воспитатель

### 3.3. Планируемые результаты

В результате реализации программы, родители обучающихся будут

**«понимать»:**

- что семья – важнейший фактор успешности и благополучия ребенка;
- ответственный родитель – это родитель, который принимает, понимает ребенка, охраняет и воспитывает его, а также демонстрирует социально одобряемые образцы поведения;

**«знать»:**

- возрастные особенности детей, особенности воспитания и развития детей соответственно их возрасту;
- методы и приемы создания, сохранения и восстановления семейных традиций;
- основы профилактики зависимостей, жестокости и агрессивности детей и взрослых;
- приемы разрешения сложных ситуаций в общении с детьми;

**«уметь»:**

- анализировать поведение детей и взрослых в семье;
- выбирать наиболее подходящие действия в различных ситуациях общения с ребенком;
- конструктивно действовать в сложной (в том числе конфликтной) ситуации;

**«владеть»:**

- позитивно эмоциональным восприятием своих детей;
- техниками эффективной коммуникации: активное слушание, умение грамотно строить диалог.

## Список литературы

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие / Авт.сост. Белкина Л. В. – Воронеж «Учитель», 2006. – 236 с.
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. Москва: изд. ЛИНКА ПРЕСС, 1993. –110с.
3. Волков Б.С., Волкова Н.В. Детская психология. Логические схемы. – М.: ВЛАДОС, 2004. – 256 с.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как?: ЧеРо, Сфера; Москва; 2003
5. Горбунова Л.Н., Анеликова Л.А., Семибратов А.М., Смирнов Н.К., Сорокина Е.В., Третьяк Т.М. Здоровье и безопасность детей в мире компьютерных технологий и Интернет. – Учебно-методический комплект. - М.: СОЛОНПРЕСС, 2010. - 176 с.
6. Грачев Г. В. Информационно-психологическая безопасность личности: состояние и возможности психологической защиты / Г. В. Грачев. – М.: Изд-во РАГС, 1998. – 125 с.
7. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития. /Т.Н.Доронова, Е.В.Соловьева и др. – М.: Линка-Пресс, 2001.
8. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. Спб.: Речь, 2008. – 336с.
9. Из детства – в отрочество: программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей от 1 года до 7 лет / [Т.Н.Доронова, Л.Н.Галигузова, Л.Г.Голубева и др.].– М.: Просвещение, 2007. – 303с.: ил.
10. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. "Учим детей общению". Ярославль, 1996.
11. Кремлякова А.Ю. Психологическое сопровождение детей с раннего возраста в ДОУ (из опыта работы).- Спб.: ООО Изд. «Детство – пресс», 2013. – 96с.
12. Кряжева Н.Л. "Развитие эмоционального мира детей". Ярославль, 1996.
13. Леви В. Нестандартный ребенок - М, 1992 - 225 с.
14. Мурашова Е.В. Дети «тюфяки» и дети «катастрофы». – Екатеринбург, 2003. – 175с.
15. Примерна общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -т3-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 368 с.
16. Психолого – педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста. Методическое пособие/под ред. Е.А. Стребелевой. – М.: Просвещение, 2005. – 159 с.
17. Ребёнок третьего года жизни. Пособие для родителей и педагогов / Под ред. С.Н.Теплюк. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.-256с.
18. Сатир В. Психотерапия семьи. - Спб.: «Ювента», 1999г. – 281 с.
19. Севостьянова Е.О. Занятия по развитию интеллекта детей 5—7 лет. -М.: ТЦ Сфера, 2008. — 96 с.
20. Скиннер Р., Клииз Д. Семья и как в ней уцелеть /перев с англ. Н. М. Падалко./ М.: Независимая фирма «Класс», 1995. – 272 с.
21. Смирнова Е.О. Материалы курса «Дети раннего возраста в детском саду»: лекции 1-4. М.: Педагогический университет «Первое сентября» 2010. – 104 с.
22. Хухлаева О.Н. «Лесенка радости». М.,1998.

## Приложение 1

### "Как помочь подготовиться к ДОУ: проблемы адаптации"

Водить или не водить ребенка в детский сад? Мнения родителей на этот счет расходятся. Одни считают, что лучше воспитывать малыша дома самостоятельно, окружить его ежедневной заботой, защитить от частых болезней и обеспечить индивидуальный подход к воспитанию. Другие предпочитают обратиться за помощью профессиональной няни. Третьи полагают, что только детский сад поможет ребенку социализироваться и разносторонне развиваться. Выбор этот, конечно, очень индивидуален. Но если вы поняли, что в вашей ситуации без детского сада не обойтись, подготовьте к нему ребенка лучше заранее.

Привыкание ребенка к новым условиям можно разделить на два этапа: когда вы только знакомите малыша с понятием «детский сад», рассказываете, что его ждет и обучаете всему, что пригодится в саду, и первые месяцы посещения детского сада, когда у ребенка уже складывается собственное впечатление о новом месте.

#### **С чего начать?**

Вспомните, с чем у многих из нас до сих пор ассоциируется детский сад. Строгий воспитатель, невкусный борщ, пенка на молоке, нежелание спать в обед, страх, что мама вечером не заберет. А теперь срочно обо всем этом забудьте и никогда не рассказывайте ничего подобного своему ребенку! Позитивный опыт — вот главное, что вы должны передать малышу, во всяком случае на начальном этапе привыкания к детскому саду.

**На разведку.** Чтобы поход в детский сад не стал для крохи серьезным стрессом, начать готовиться лучше заранее — минимум за два-три месяца. Сводите ребенка на экскурсию, изучите территорию садика, понаблюдайте за детьми на прогулке — обсудите, чем они занимаются, во что играют. Рассказывайте малышу про то, что его ждет, — новые друзья, увлекательные занятия, прогулки два раза в день. Но не переусердствуйте, будьте честными — завышенные ожидания могут навредить адаптации.

**Выход в свет.** Малышу важно научиться спокойно проводить время без мамы в окружении незнакомых людей. Здесь будут полезны групповые развивающие занятия, детские комнаты в больших супермаркетах — словом, любые ситуации, в которых ребенку будет интересно и комфортно без родственников. С таким опытом он гораздо легче будет воспринимать расставания с мамой в детском саду.

**Я сам!** Научите ребенка есть с помощью вилки и ложки, одеваться, раздеваться, пользоваться горшком. Малыш гораздо быстрее привыкнет к новой обстановке, если большинство действий он сможет совершать сам, без помощи посторонних. В саду у воспитателей не всегда бывает достаточно времени, чтобы уделить внимание каждому ребенку и проверить, кто как ест или кто как одет.

**Режим дня.** До трех лет дети успевают привыкнуть к определенному распорядку дня, принятому дома. Постарайтесь перестроить режим малыша так, чтобы он легко просыпался за час-полтора до того времени, когда нужно будет идти в сад. Если ребенок не спит днем, попросите его просто полежать в кровати, почитайте книжку, расскажите сказку или поиграйте — например, пусть малыш закроет глаза и попробует по памяти описать все предметы, которые находятся в комнате, прекрасно подойдут и игры на развитие воображения.

**За столом.** Чаще всего еда в саду отличается от той, которую ребенок привык есть дома. Поэтому заранее познакомьте малыша к традиционным блюдам детского сада — борщом, гороховым супом, компотом, запеканкой, рыбой. Обратите внимание, сколько времени ваш ребенок проводит за столом (прием пищи в саду занимает приблизительно 30 минут) и постарайтесь не устраивать перекусов. Если у малыша есть проблемы с аппетитом, заранее поговорите об этом с воспитателем, попросите не настаивать и проявить терпение.

### **Поехали!**

И вот, наконец, подготовка закончилась и важный день настал: ваш малыш идет в детский сад! Привыкание ребенка к новым условиям может проходить по-разному. Психологи выделяют несколько типов адаптации:

- Первый и самый распространенный вариант — адаптация **активная** — малыш плачет, не хочет отпускать маму, по утрам говорит, что больше в сад не пойдет.

- Другой тип поведения — **отложенная** адаптация — сначала ребенок с удовольствием ходит в детский сад, в восторге рассказывает о том, что нового узнал, и утром, уходя в группу, даже забывает попрощаться. Но через две-три недели он осознает, что ходить в садик теперь придется постоянно, и начинаются капризы и переживания.

- **Пассивная** адаптация на первый взгляд незаметна — малыш спокойно идет в сад, не капризничает, играет с другими детьми. В данном случае признаки адаптации бывают скрытыми — меняются вкусовые привычки, продолжительность сна, может появиться агрессивность.

Важно помнить, что какой бы тип привыкания не переживал ваш ребенок, через два-три месяца острая фаза, как правило, проходит, и малыш полностью приспосабливается к новым условиям. Чтобы облегчить этот процесс, необходимо соблюдать несколько полезных правил.

**Спокойствие, только спокойствие.** В первые дни вы, конечно, будете переживать и расстраиваться не меньше ребенка. Настройтесь! Возьмите себя в руки, вашего волнения малыш ни чувствовать, ни уж тем более видеть не должен. Постарайтесь, чтобы в период адаптации дома ребенку было спокойно и комфортно. Будьте терпеливы к капризам — скорее всего они вызваны перегрузкой нервной системы.

**Учитесь прощаться.** В первое посещение детского сада не оставляйте ребенка сразу одного, побудьте немного в группе, наблюдайте, как он себя ведет. Освоился и спокойно играет с другими детьми — попробуйте выйти ненадолго. Если соберетесь уйти на час или дольше, не делайте это тайком, проговорите: «Я сейчас схожу в магазин, а потом обязательно за тобой вернусь!». Ребенок должен понять, что мама уходит не навсегда.

Придумайте и отрепетируйте с малышом определенный способ расставания (воздушный поцелуй, «дай пять» или что-нибудь подобное), такой маленький ритуал позволит ребенку быстрее привыкнуть к неприятному моменту.

**Подберите гардероб.** Вещи для детского сада должны быть комфортными и максимально простыми, чтобы ребенок мог сам без труда переодеться. Минимум застежек, а если они есть, то лучше, чтобы они находились спереди. Обувь тоже должна быть удобной, предпочтительно на липучках.

**Проявляйте интерес.** Встречая малыша после садика, интересуйтесь, как он провел день. Обсуждайте все, что произошло с момента вашего расставания. Цените его успехи, подсказывайте выходы из сложных ситуаций. Хвалите его за то, что он ходит в садик, совсем как мама с папой на работу.

И самое главное — будьте терпеливы, радуйтесь каждому, даже самому маленькому успеху вашего ребенка, и у вас все обязательно получится, вместе!

## Приложение 2

### ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

#### «Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду»

1. Только совместными усилиями родителей и педагогов можно достигнуть успеха в адаптации ребенка к саду!

2. Чтобы минимизировать стресс, привыкание к садикам должно быть постепенным. Худший вариант, когда мама утром отводит ребенка в садик, оставляет его там плачущего на целый день. Грамотная и правильная адаптация предполагает, что время пребывания в саду нужно увеличивать постепенно: сначала на 2 часа, затем до послеобеденного сна, потом до ужина. Причем каждый последующий этап должен начинаться только после успешного преодоления предыдущего.

3. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует ваши переживания.

4. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой), а также ритуал встречи. Но не затягивайте его и не убегайте тайком.

5. Одевайте ребенку не модную, а удобную, практичную одежду и обувь, которую легко одеть и снять. Отсутствие сложных застежек, молний, шнурков облегчит сбор на прогулку и подготовку ко сну ребенку и воспитателю, позволит педагогу уделять больше времени занятиям с детьми и присмотру за ними.

6. Развитые навыки самообслуживания (умение держать ложку, кушать и одеваться самостоятельно, ходить на горшок, а не в подгузник), наличие опыта взаимодействия со сверстниками и посторонними взрослыми значительно облегчают адаптацию.

7. Придерживайтесь режима дня детского сада. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.

8. Чтобы утренний подъем не стал для ребенка неприятной неожиданностью, заранее подготовьте его к тому, что завтра он идет в детский сад. Вечером приготовьте одежду и игрушки, которые он может взять с собой.

9. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.

10. Будьте терпимее к его капризам, «не пугайте», не наказывайте детским садом. Не употребляйте фраз «Вот там тебя научат...», «Там тебе покажут, как себя вести!», «Будешь баловаться, отведу в детский сад» и пр. Это значительно осложнит адаптацию ребенка к саду, сведет на нет все усилия воспитателей. Ведь

родитель – авторитет для своего ребенка, а такие слова породят в нем беспокойство.

11. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, театра для того, чтобы не произошло перевозбуждение его нервной системы.

12. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе.

13. Спрашивайте у малыша, как прошел его день, что нового он сегодня узнал, что кушал и т.д. Избегайте вопросов «Тебя там обижают?», т.к. велика вероятность получить утвердительный ответ, чтобы оправдать ожидания родителя.

14. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами. Не скупитесь на похвалу, разговаривайте с ребенком.

15. По возможности приводить малыша в сад должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.

16. Старайтесь забрать ребенка домой вовремя, как пообещали. Мама должна сама объяснить ребенку, что она уходит на работу и сказать, что она за ним обязательно вернется. И это не связано с тем, что ребенок плачет в садике: ребенку важно знать, что его заберут, как только он позавтракает или поиграет.

17. По возможности избегайте подарков за время, проведенное в саду. Такое поведение формирует определенные привычки и учит манипулировать.

### **Что делать, если ребенок плачет по дороге в садик**

Типичной может быть ситуация, когда ребенок начинает плакать уже дома и продолжает это делать по дороге в детский сад. Не все родители спокойно могут выдержать подобное поведение на улице, и начинается выяснение отношений, которое часто заканчивается грандиозной истерикой.

Причины:

- Малыш просто не высыпается и поднимается с кровати уже без настроения. В этом случае постарайтесь лечь спать пораньше.

- Отводите достаточно времени для утреннего пробуждения. Не нужно сразу с кровати одеваться и бежать в детский сад. Пусть малыш минут 10-15 полежит в постели, посмотрит мультфильмы и т. д.

- Приготовьте небольшие подарки для детей или воспитателя (например, листы с раскрасками, распечатанные на принтере, а не конфеты!). Разговаривайте о том, что он идет не просто в детский сад, а будет в нем волшебником и принесет детям подарки.

Чаще всего родители допускают следующие **ошибки** в адаптации ребенка к детскому саду:

1. Прекращают адаптацию сразу же, если ребенок не плакал первый день в детском саду. Малыш вполне хорошо может перенести единоразовое расставание с мамой, но при этом не редкими являются ситуации, когда на третий день в садике ребенок плачет по причине того, что его сразу же оставили на целый день.

2. Родители внезапно уходят, не попрощавшись. У ребенка это может вызвать самый сильный стресс.

3. Шантажируют ребенка детским садом.

4. Некоторые родители поддаются на манипуляции, если ребенок плачет в садике. Поддаваться детским капризам или истерикам не стоит. От того, что вы

разрешите малышу остаться сегодня дома он не перестанет плакать завтра или послезавтра.

5. Если родители видят, что ребенку тяжело адаптироваться к детскому саду, и они не знают, как помочь малышу, им следует обратиться к психологу. Нет детей, которые бы не проходили через сложный процесс адаптации! Просто с ребенком происходит сразу много всего: он переживает, эмоционально и психологически, в его организме тоже многое «перестраивается». Не садиковских детей, по мнению многих авторитетных специалистов, нет. Есть дети, у которых адаптация слишком затянулась или ребенок научился «запускать» процесс заболевания у себя по психологическим причинам (в психологии это называется психосоматика). Сколько времени продлится адаптация, зависит только от самого ребенка. У одних деток – это 2-3 месяца, у других — год и даже больше.



Пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью

на 16 листок (включительно)

Заведующий МБДОУ № 61 "Родничок"  
г. Симферополь



И.В. Лакова