

## **Как облегчить ребенку расставание с родителями?**

Болезненная разлука с родителями может возникнуть у детей любого возраста. Детям тяжело расставаться с родителями по многим причинам – это и страх разлуки, и плохое настроение, и конфликт между ребенком и родителем, и долгий перерыв в посещении детского сада, и др. Со стороны педагогического персонала требуется поддержка, важно успокоить ребенка, объяснить, что родители вернутся за ним, а во время их отсутствия о нем позаботятся.

Как быть...

### **РОДИТЕЛЯМ**

Один из вариантов – пройти вместе с ребенком в группу и оставаться там в течение некоторого времени, чтобы ребенок мог найти себе занятие по интересам.

Обязательно прощайтесь с ребенком и говорите ему, когда вы за ним вернетесь. Ритуалы прощания могут быть разные: поцеловать ребенка, прочитать прощальное стихотворение, прощаться ручками, носиком, глазками, помахать рукой, посмотреть в окно, как уходит мама, ввести ребенка в группу и др.

Оставьте какие-то свои вещи ребенку, чтобы ему не было одиноко: фотографию, расческу, заколку, шарфик и др.

### **ВОСПИТАТЕЛЯМ**

Выясните, какие игрушки и какие занятия интересуют ребенка, и предложите их ему, когда он появится в группе.

Уделяйте ребенку дополнительное внимание, пока он привыкает к обстановке и успокаивается.

Встречайте ребенка в приемной с улыбкой, радостью, что он пришел к вам в группу.

Увлечите ребенка интересной игрушкой, сюрпризным моментом, интересным заданием или вовлеките его в коллективную игру. Поговорите с ребенком, скажите ему, что вы понимаете его чувства. Дайте возможность ребенку выразить свои чувства в рисовании или разговоре со взрослым, которому он доверяет, или с «лучшим другом».

Разрешайте ребенку приносить с собой из дома любимую игрушку, книгу. Прочитайте книгу для всех детей, пусть ребенок научит других детей играть в свою любимую игру.

Порекомендуйте родителям первое время забирать ребенка пораньше, чтобы он не остался последним в группе.

И, что самое важное, создайте вокруг ребенка обстановку безопасности и заботы.

### **Как помочь ребенку заснуть в тихий час?**

Тихий час – это время тепла и покоя. Однако иногда он для некоторых детей превращается в настоящую пытку. Дети с трудом дожидаются окончания этого режимного момента. Взрослые призывают соблюдать правило тишины и контролируют поведение детей. Сделать дневной сон безмятежным вы сможете, если обратите внимание на создание правильной атмосферы, проведете с детьми специальные успокоительные процедуры.

Как быть...

По возможности затемните помещение спальни и включите детям негромкую спокойную музыку, пусть она играет во время тихого часа.

Соблюдайте режим, не стремитесь детей уложить пораньше, важно, чтобы дети испытывали усталость перед сном.

Перед сном почитайте детям или спойте песенку, дайте им возможность хотя бы 10 минут полежать и полистать книжки.

Используйте игрушки, другие предметы, помогающие ребенку уснуть.

Между кроватками сделайте расстояние 0,5–0,7 метра, чтобы дети не мешали друг другу. Детей, которые спят рядом, положите валетом.

Напомните детям установленные вами правила на время тихого часа.

Посидите с теми, кому это необходимо, на кроватке, погладьте их по спинке, помассируйте.

Некоторым детям нужно повернуться с боку на бок, чтобы уснуть, предоставьте им эту возможность.

Вы сами можете ненадолго прилечь, так как дети любят делать то же самое, что и взрослые.

Если дети специально поднимают шум и будят других детей, спокойно переведите ребенка в другое помещение, ничем не показывая своего недовольства. Скажите ребенку, что он вернется в общую комнату сразу, как только сможет лежать тихо.

Повторяйте эту процедуру до тех пор, пока он не угомонится.

Если дети очень активные и шумные, поставьте кровати между полками и шкафами, создайте ширмы, чтобы разгородить помещение на несколько спальных уголков.

Некоторые дети просто не спят днем. Тем не менее им тоже нужен отдых. Попросите их немного полежать (30–40 минут), а затем поднимите и дайте поиграть в спокойные игры или тихо чем-то заняться в другой

комнате.

Никого не поощряйте за сон, ведь сон – это не та вещь, которую ребенок может контролировать сам. Однако детям, которые не спали, но выполняли все правила, скажите, что они поступили хорошо, что не мешали спать другим детям.

### **Как удерживать беспорядок в разумных пределах?**

Беспорядок в комнате или группе детского сада может просто означать, что дети играют увлеченно, старательно, азартно. Если дети не умеют пользоваться материалами, игрушками, то они могут оставлять после себя разбросанные предметы, мусор. Тем не менее если беспорядок выходит за все границы, то это может привести к хаосу, трате большого количества времени на уборку, порче мебели, одежды, пособий. А это далеко не обрадует никого из взрослых.

Как быть...

Выработайте с детьми правила или напомните об уже существующих правилах пользования материалами, уборки рабочего места и др.

Сделайте на полки с игрушками и материалами маркировочные таблички (для маленьких детей – картинки, для старших – ярлычки со словами), чтобы дети знали, где что должно лежать.

Внимательно следите за ходом игры детей. В случае затруднения покажите детям, как можно рационально использовать разные материалы. Если ребенок оставил после себя беспорядок, верните его туда, где он работал, для наведения порядка.

Придумайте с детьми дежурство, чтобы каждый день кто-то из детей отвечал за порядок в книжном уголке, уголке рисования, строительства, настольных игр и др.

Устраивайте с детьми один раз в неделю (или один раз в месяц) «санитарный день» или игру «А у нас порядок». Постарайтесь это мероприятие сделать для детей интересным, веселым, но не очень длинным. Обязательно отмечайте, каким уютным и красивым становится помещение.

Пусть одежда детей на занятиях ручным творчеством будет такой, которую не жалко бы было испачкать красками, клеем или пластилином.

Пусть во время рисования, лепки, конструирования у ребенка будет возможность при необходимости помыть или хотя бы протереть руки.

Накройте стол бумагой или клеенкой, чтобы его не запачкать, постелите газеты под стол, чтобы не испачкать пол и после работы можно было бы легко убрать газеты.

Приобретите корзинки для мусора и поставьте их вблизи от того места, где дети занимаются творчеством, дети будут чаще ими пользоваться. Заведите щетку, которой можно сметать со стола, – это занятие очень нравится детям.

Введите закон: прежде чем начинать заниматься чем-то другим, каждый ребенок обязан все за собой убрать на прежнее место.

На собственном примере приучайте детей к порядку. Когда вы будете сами демонстрировать детям соблюдение порядка, они начнут следовать вашему примеру.

### **Как обеспечить порядок, не говоря детям «нет»?**

Фантазии детей безграничны. Печенье в виде «футбольного мяча», разрисованные «дивным узором» обои или каша-малаша в центре песка и воды – далеко не предел. Главное, за большинством из детских выходов нет желания досадить взрослым любыми способами. Есть увлеченность делом, неосведомленность о «взрослых ограничениях», недостаточные навыки.

Как предупредить возникновение проблемы

- Прежде всего следует заранее договориться о правилах. Например: песок – в песочнице. И никаких исключений «для одного разика». Так как дети могут забыть правило в пылу игры, вместе нарисуйте его и повесьте там, где оно может служить своевременным напоминанием.
- Зная, что движения азартно играющих детей могут стать импульсивными, размахистыми и, как следствие, приводящими к тому, что мука рассыпается, вода проливается, а краска капает, обязательно используйте халатики, нарукавники, подкладки и пр. Например, для занятий творчеством (рисованием, лепкой, аппликацией и т. п.) можно использовать старую мужскую (папину) рубашку с подрезанными рукавами. Большие пластиковые пакеты для мусора с прорезанными в них отверстиями для головы и рук уберегут одежду детей во время игр с водой и песком; подстеленные на пол и на стол газеты позволят сберечь время и

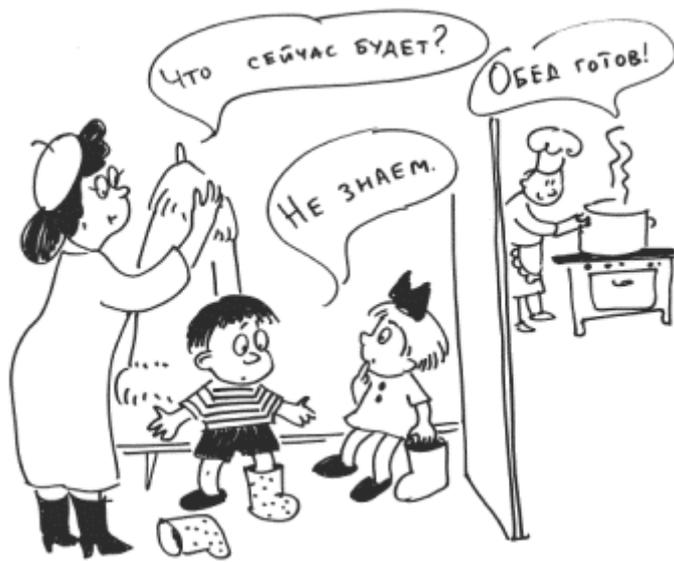
нервы взрослого как во время игр с водой, так и во время творческого рисования.

- Не скупитесь на мусорные корзины, ставьте их там, где они нужны реально.
- Предусматривайте возможность для рисования «с душой» – вместо маленьких листочков бумаги предложите детям рулон обоев.

[http://psidou1274.ucoz.ru/index/kak\\_pravilno\\_obschatsja\\_s\\_rebenkom/0-40](http://psidou1274.ucoz.ru/index/kak_pravilno_obschatsja_s_rebenkom/0-40)









### Внимание! Адаптация!

Уважаемые родители! Если ваш ребенок с трудом расстается с вами по утрам и испытывает отрицательные эмоции, предлагаем несколько советов, которые помогут наиболее безболезненно оставить малыша в группе.

- Скажите ребенку уверенным и доброжелательным тоном, что вам пора идти.
- Поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите не задерживаясь.
- Продемонстрируйте свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему с такими, например, словами «Вижу, у вас сегодня ожидается веселый день».
- Скажите ребенку, как он может определить время, когда вы должны за ним прийти (например, сразу после сна), и будьте точны. попрощавшись, уходите не оборачиваясь. Уже через несколько дней эмоциональное напряжение во время утренних расставаний с ребенком снизится.

### Чтобы ребенку было хорошо.

Вы хотите, чтобы Вашему малышу всегда было хорошо?

Тогда помните:

- 1) От того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день. Время ночного отдыха для каждого сугубо индивидуально. Показатель один: ребенок должен выспаться и легко проснуться к тому времени, когда вы его будите (нормальный сон не менее 9-10 часов)
- 2) Если у вас есть возможность погулять с ребенком, не упускайте ее. Совместные прогулки - это общение, ненавязчивые советы, наблюдения за окружающей средой,
- 3) Научитесь встречать детей после их пребывания в детском саду. Не стоит первым задавать вопрос: «Что ты сегодня кушал?» - лучше задавать нейтральные вопросы: «Что было интересного в дошкольном учреждении?», «Чем занимался?», «Как твои успехи?» и т.п.
- 4) Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.
- 5) Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации. Создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения!