



# Ладушки

## «Первый раз в детский сад!»

### Что нужно знать родителям об адаптации ребенка к детскому саду?

Выпуск № 9.  
май 2011 г.



КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА

Адаптация ребенка к детскому саду—это приспособление малыша к новым условиям дошкольного учреждения, к педагогам и новому коллективу.

Ребенок в 2—3 года еще сильно привязан к маме, и разлука с ней и близкими людьми переживается им тяжело.

В норме у всех детей, имеющих теплые и близкие отношения с матерью, проявляются общие **симптомы адаптации**.

•**Увеличивается число заболеваний**, чаще простудных; может слегка повышаться температура—проявление защитных сил организма в ответ на изменение привычных условий жизни.

•**Ребенок становится более возбудимым**, плаксивым, расстраивается по пустякам, начинает испытывать большее количество страхов, и главный из них—что близкие люди не заберут его из детского сада.

•**Могут проявляться формы поведения**, которые характерны для детей более младшего возраста, особенно у тех, у кого недавно появился брат или сестра.

•**Речь как бы регрессирует** — исчезают прилагательные и существительные, малыш начинает употреблять упрощенные слова.

•**Проявляются отрицательные эмоции**, в основном гнев. Повышается ранимость. Ребенок также может быть или сильно заторможен, или неуправляемо гиперактивен.

•**Нарушается аппетит**. Дети могут или совсем отказываться от еды, или есть мало и редко. Иногда ребенок начинает переедать.

•**Сон у малышей** может стать беспокойным и прерывистым.

### Кому легче?

В младшем дошкольном возрасте **девочки адаптируются легче, чем мальчики**, которые больше эмоционально привязаны к матери.

**Дети с холерическим и сангвиническим темпераментом** адаптируются легче. Сложнее всего приходится **флегматикам**. Они не успевают за темпом детского сада. И здесь родителям важно сообщить воспитателю об особенностях ребенка, чтобы педагог смог учитывать индивидуальные особенности малыша при организации воспитательного процесса в группе детского сада.

**Дети, у которых есть старшие братья/сестры**, испытывают меньше проблем в адаптации. Опыт общения со старшими детьми облегчает процесс установления контактов со сверстниками. Если старшие дети в семье уже посещают детский сад, для малыша это положительный пример того, что дошкольное учреждение для детей не представляет никакой опасности.

### Обратите внимание:

**Кризис 3-х лет** — это граница между ранним и дошкольным детством как один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка.

Это кризис выделения своего «я», пересмотр сложившейся системы социальных отношений.

Если не поощрять инициативу ребенка и ограничивать его самостоятельность, у него возникнут трудности в отношениях со взрослыми (и никогда— со сверстниками)

### В этом выпуске:

Адаптация ребёнка к детскому саду	1
Навыки самообслуживания	2
Речевое развитие	3
Как влиться в коллектив?	4
Рекомендуемая литература	4

# Навыки самообслуживания



Ребёнок третьего года жизни радует родителей: **он всё чаще проявляет желание сделать что-нибудь самостоятельно** (есть, одеваться).

**Отсутствие такого желания** может означать, что родители чрезмерно опекают ребёнка. К сожалению, некоторые родители ошибочно думают, что ребёнку, еще такому маленькому, что-то уметь делать самостоятельно не так уж и нужно. Мама сама сделает все быстрее и лучше, а вот когда он подрастет, то все придет само. И получается, что в 3 года мы ему не позволяем сделать того за что в 5-6 лет будем упрекать: «Ты уже большой, одевайся сам.». Ребенок же в ответ капризничает, требует, чтобы его одевали-раздевали, а самостоятельно все делает небрежно, плохо.

**Не пропустите этот благоприятный период, когда ребенок хо-**

**чет всё делать самостоятельно**, когда его привлекают действия с предметами и он испытывает удовлетворение от самостоятельно выполненного действия! Наверстать упущенное впоследствии будет очень сложно.

Вы, конечно, замечали, как ваш малыш, застегивая пуговицу или снимая платье, высовывает язык, пыхтит или, наоборот, задерживает дыхание, помогает себе всем телом. Безусловно, ему не легко, ведь его пальчики еще так слабы и непослушны, а действия сложны и в то же время так интересны. И потому ему хочется с ними справиться самому!

Эти на первый взгляд элементарные действия самообслуживания открывают большие возможности для развития малыша: крепнет его рука, она «учится» сгибаться и разгибаться, совершенствуется мелкая моторика кисти; развивает-

ся умение фиксировать взглядом движения рук, контролировать совершаемое движение сначала визуально, а затем и кинестетически, через «мышечное чувство»; ребенок учится различать и сравнивать особенности совершаемых действий, оценивать их качество, отличать правильное от неправильного, а значит, и исправлять ошибки; развивается умение устанавливать связь между совершаемым действием и получаемым результатом.

Все перечисленные умения, приобретаемые ребенком при самообслуживании, важны для его успешного участия в любой продуктивной деятельности.

Из приведённой ниже таблицы вы узнаете, помочь малышу овладеть навыками самостоятельного одевания.

<i>Навыки</i>	<i>Как помочь овладеть навыками</i>	
<p><b>Самостоятельное одевание.</b> Надевает обувь.</p>	<p>Учите соблюдать последовательность действий: -вставлять стопу в ботинок, поддерживая его за края; -надевать ботинок и затягивать шнурки, не завязывая их.</p>	
<p>Надевает носки.</p>	<p>Учите надевать носки сидя. Сначала наденьте носок малышу не до конца, поощряя его подтянуть носок выше.</p>	
<p>Надевает пальто, свитер, рубашку. Знает, где у одежды «перёд».</p>	<p>Сначала учите просовывать руки в рукава, продевать голову в горловину. Поощряйте ребёнка поддёргивать не до конца надетое пальто или рубашку.</p>	
<p>Снимает расстегнутую одежду.</p>	<p>Учите снимать одежду, которую легко снять. Покажите, как снимать одежду, направляя руки ребёнка. Поощряйте ребёнка снимать одежду самостоятельно перед купанием и сном.</p>	
<p>Вешает одежду на крючок.</p>	<p>Крючок должен быть на уровне груди ребёнка. Покажите ребёнку, как вешать одежду на спинку маленького стульчика и на плечики для одежды.</p>	

## Развитие речи ребёнка раннего возраста



Активная речь ребенка проходит несколько этапов развития. Самым первым проявлением речи ребенка является крик.

**2-3 мес.** На смену крику приходит гуление. Гуление - произнесение гласных звуков, близких к *a, ы, у*, возможно в сочетании с согласным *г*. Это этап активной подготовки речевого аппарата к произношению звуков. Одновременно осуществляется процесс развития понимания речи, малыш учится управлять интонацией.

**7-9 мес.** Ребенок произносит серии одинаковых слогов: «дя-дя-дя», «ба-ба-ба», «ма-ма-ма». Это проявление речи называется

*лепетом.*

**9-11 мес.** Малыш подражает звукам речи взрослых.

**11-13 мес.** Появляется несколько осознанно употребляемых ребенком слов. Это двусложные слова, состоящие из одинаковых слогов: «мама», «дядя» и т. д. Количество слов к двум годам значительно увеличивается (около 300 слов различных частей речи).

**2-3 года.** В 2 года начинается овладение фразовой речью, появляются первые предложения. Длина предложений и грамотность их построения увеличиваются очень быстро. Внутренний мир ребенка расширяется за пределы данного места и времени, бурно

развивается воображение.

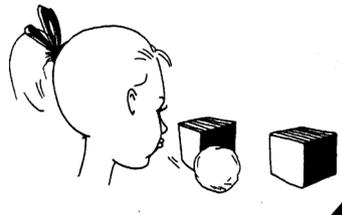
**К 3,5 годам**  
словарь

ребенка насчитывает больше 1000 слов. Вы познакомились с этапами речевого развития ребенка в норме. Любое отклонение от нормы требует незамедлительной консультации. До сих пор существует мнение, что к логопеду нужно обращаться после 5 лет. Однако при тяжёлых нарушениях речи к 5 годам многое упущено. В раннем же возрасте можно помочь формированию правильной и чистой речи. Известно, что наиболее чувствительным к речи является возраст от 1,5 до 3 лет.

## Игры и игровые упражнения для развития речевого дыхания



Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и четкое произношение звуков. Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать. Выдох должен быть длительным, плавным. Необходимо следить, чтобы не надувались щеки. Затем усложните упражнение: во время выдоха язык пусть лежит на нижней губе.



### Футбол

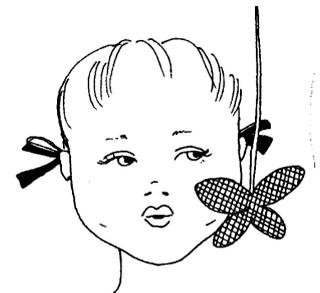
Из кусочка ваты скатать шарик. Это мяч. Ворота — два кубика или карандаша. Ребенок дует на «мяч», пытаясь «забить гол», вата должна оказаться между кубиков.

### Бабочка

Вырезать из бумаги одну или несколько бабочек. К каждой бабочке привязать нитку и прикрепить так, чтобы бабочки висели на уровне лица ребенка. Взрослый и ребенок

произносят приговорку:

*Бабочка - коробочка,  
Полети на облачко,  
Там твои детки  
На березовой ветке!*



Затем взрослый предлагает малышу подуть на бабочку, «чтобы она полетела». Ребенок делает длительный плавный выдох.

## Как нормально влиться в коллектив и уцелеть в нем?

Хотите, чтобы Ваш малыш не только ходил в сад без истерик, но и во взрослой жизни не испытывал проблем с социальной адаптацией?

- **Постарайтесь видеть в нем другого человека**, отдельного от себя, во многом непохожего на Вас.
- **Поощряйте самостоятельность и инициативу ребенка**, если их проявления не грозят никому неприятными последствиями.
- **Приучайте малыша к пониманию того, что отдельные его действия могут кому-то не нравиться**. Причем не только мама и папа будут недовольны им, но и он в некоторых случаях может открыто

выразить свое недовольство. Важно уметь вести себя в конфликтных ситуациях, с детства учиться этому.

- **Старайтесь чаще что-то сделать совместно с ребенком**, причем лучше даже втроем-вчетвером (с папой, бабушкой): вместе играть, гулять, убирать квартиру. Малышу нужен опыт действия в коллективе.
- **Никогда не пугайте ребенка садиком**, высказывайтесь о нем при малыше только положительно. Постарайтесь сами найти в том, что ваш кроха будет ходить в

сад, положительные моменты. Они всегда есть.

**Не упускайте из виду суть:**  
каким бы ни был детский сад, воспитатели, как бы часто не болел малыш первое время, он получил уникальную возможность искать себя в коллективе сверстников, строить с ними отношения, а это главное, что дает ребенку садик.

### РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА



**Служба ранней диагностики, коррекции, развития ребёнка и его семьи**

функционирует с ноября 2002 г.

Руководитель СРПТ - Л.П.Анисимова

Методист, дефектолог -  
Ю.А.Трефилова

Логопед, педагог-психолог —  
Н.Ф.Капанина

Дефектолог, педагог-психолог —  
М.И.Тютерева



Что делать, если ребенок не спит по ночам, не хочет идти в детский сад, ссорится с другими детьми, обманывает, капризничает?

Чтобы ответить на эти и другие вопросы, понадобятся и опыт знакомых, и умение прислушиваться к ребенку, и способность полагаться на свою интуицию.

И еще - умные и добрые книги, которые всегда должны быть под рукой.

Одна из таких книг перед вами.

Маленькие, но очень важные подсказки помогут родителями малышам жить, доверяя друг другу.

В этой книге обобщён опыт родителей и детских психологов. Зная особенности развития ребёнка, вы сможете предупредить возникновение конфликтной ситуации или найти самый оптимальный выход.

Данную книгу и многие другие вы сможете найти в лекотеке СРПТ.

г.Новокуйбышевск, ул.Островского, д.17 б

тел.: 6—09—87

<http://rcsrp.rusedu.net>