

Яна Терентьева

Автор книг и инста-стартапов с лайфхаками для мам 🍷 и пап 🍷

# 52 янины фишки АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ

Внутри книги реальная история мамы-непедагога из бизнес-офиса о совмещении работы после декрета с эмоциями малыша.

Каждая фишка автора прокомментирована её ребёнком.



12+

# **Яна Юрьевна Терентьева**

## **52 янины фишки**

### **адаптации к детскому саду**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=39832299](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39832299)*

*SelfPub; 2023*

*ISBN 978-5-532-10762-5*

#### **Аннотация**

Прочитав эту книгу, вы откроете для себя удивительные хитрости адаптации детей к детскому саду, которые придуманы креативной мамой. В книге одна практика и личный опыт автора с комментариями её сына. Все фишки из книги по вовлечению детей в детский сад прожиты автором лично три раза: ясли, муниципальный детский сад и новый коллектив в подготовительной группе. Последняя адаптация давалась сложнее всего. Однако, хитрость автора победила бунт пятилетки. Вскоре он уже просыпался со словами: «Я так счастлив, что иду в детский сад!» Именно этого счастья и желает автор всем читателям этой книги.

# Содержание

Предыстория или сколько раз я адаптировала сына к детскому саду	4
Поможет ли вам эта книга адаптировать ребенка к детскому саду?	10
Отзывы первых читателей	11
На старт! Фишки до начала детского сада, мой опыт с 2+	14
Фишка # 1 Мультфильмы про детский сад	14
Фишка # 2 Сказки и рассказы про детский сад	19
Фишка # 3 В детском саду не выращивают детей, как фрукты	23
Фишка # 4 Отвыкание от мамы	25
Фишка # 5 Лото – отличная игра в детский сад	28
Ура! Мы идём в детский сад! Адаптации в первые дни, мой опыт с 3+	31
Фишка # 6 Экскурсия по группе детского сада	31
Фишка # 7 Я помашу тебе в окошко	35
Фишка # 8 Календарь «Когда же выходные»	38
Фишка # 9 Игра в воспитателя	40
Конец ознакомительного фрагмента.	42

# **Яна Терентьева**

## **52 янины фишки**

### **адаптации к детскому саду**

#### **Предыстория или сколько раз я адаптировала сына к детскому саду**

На момент начала написания этой книги у меня с сыном на горизонте уже светился выпускной из детского сада. До этой счастливой даты (смешно, сначала я мечтала сдать ребенка в детский сад, а потом выпустить), итак, до этой счастливой даты, я на протяжении четырех лет три раза столкнулась с адаптацией к детскому саду.

В первый раз в 2 года и 9 месяцев сына. Тогда я вкратце на словах объяснила сыну, что он пойдет в детский сад. Там много ребят. Это круто. Показала один мультик. Поиграла три раза в лото «детский сад». Устроила десяти минутную экскурсию по его новому месту пребывания в первое утро. Всё! Больше я не делала ничего. Просто по утрам хватала в охапку сына и несла его в частные ясли. Там раздевала, обнимала, целовала и счастливая убегала на работу, веря, что у сына все хорошо, а его грусть в глазах пройдет. Это все-

го лишь адаптация к детскому саду. Привыкнет. Надо всего лишь подождать. Так, говорили и воспитательницы. Так, говорили мне окружающие меня мамы, уже знающие, что такое детский сад. И я им поверила.

В результате моих равнодушных действий к жизни сына в детском саду в первые дни, я получила охапку эмоций. Сын не плакал в детском саду. Он все копил в себе первые две недели, а после «это в себе» вылилось в стресс. Больничные по схеме – сначала 3 дня в детском саду, а затем 3 недели на больничном. Первые полгода жизни моей рабочей жизни после декрета прошли в режиме нон-стоп бессонные ночи. До сих пор удивляюсь, как я тогда держалась дом – работа – детский сад – ночь – утро – снова работа. Ночи я проводила то с температурой сына, то с внезапным рвотным рефлексом, то с удушающим кашлем, то просто со слезами на глазах.

Мои нервы сдали на третий такой больничный и очередного закупа антибиотиков. Я забрала сына из частных яслей, заплатив им по договору больше 28 тысяч рублей за те дни, когда сын не ходил в ясли. Я кусала губы и ревела от осознания, что я заплатила в ясли не по договору, я оплатила свою ошибку, сбежав в два года сына из декрета на работу. После очередного выздоровления сына, мы с мужем и совместно с бабушками приняли решение оставить сына на попечение родных бабушек до получения путевки в муниципальный детский сад. Эту заветную путевку мы получили ближе к 4 годам сына.

С бабушками сын сразу же перестал болеть. Тут я сделала первый главный вывод в своей жизни: «дети болеют не от микробов других детей, а от стресса». Поэтому ко второй попытке снова пойти в детский сад и к ожиданию заветной путевки, я одновременно начала искать ответы: «Как предостеречь стрессы? Как от них защититься снова, когда пойдем в детский сад?» Я читала книги по детской психологии, форумы, блоги разных мам. Но везде была теория без практики: «А что конкретно делать?», «В чем секрет счастливой детской улыбки в окошке детского сада?» Потому что, когда я впервые увидела сына со слезами за окном детского сада – я окаменела. Сердце обожгло. И я сама заплакала. ТЧК.

Хватит вступления. Далее мои жизненные секреты, наработки. Читайте, пользуйтесь. Хоть всеми сразу, хоть постепенно. Я, естественно, пользовалась постепенно, так как придумывала их на ходу в течение одного месяца (с 2+ сына). Затем проверила их работоспособность ещё раз, когда внезапно 1 сентября нас из устоявшейся компании друзей средней группы детского сада перевели сразу в подготовительную группу, минуя старшую группу. Нам тогда сказали, что из-за нехватки мест в детском саду, в нашу прежнюю группу завели малышей и моему ребенку там будет скучно, поэтому его и ещё других детей перевели в разные подготовительные группы. Но знали бы работники образования, что решая внутриорганизационные проблемы таким образом, они крадут у детей год детства. Именно это я и прочувствовала, ко-

гда сына вырвали из среды друзей и отправили туда, где все на год старше и все чужие. Этот период я переживала тяжелее всего. Нам попозже предложили вернуться обратно, если мы категорично не согласны с педагогическим решением о переводе ребенка сразу в подготовительную группу. Мы были несогласны, но остались в подготовительной.

В течение 2 месяцев я придумывала, как сделать адаптацию сына-пятилетки в новом коллективе ещё счастливее. Мы вместе ревели по утрам. Дома. В группе детского сада. Когда друг другу махали в окошко. Когда засыпали. Мы вместе учились адаптироваться к новым условиям жизни. Для меня это была самая тяжелая адаптация в детском саду. И у меня получилось! Вскоре сын стал просыпаться со словами: «Я так счастлив, что иду в детский сад!» А я начала приезжать на работу с улыбкой на лице. Чего и вам желаю.

Кстати, это нехудожественная литература. Это книга историй из моей жизни и жизни моего старшего сына в момент адаптации к детскому саду. В ней нет единого сюжета. Читать книгу можно с любого места и с любой фишки. Но идеально с самого начала.

На момент сдачи книги в публикацию я находилась в декрете со вторым малышом. А мой старший сын, который вдохновлял меня на новые фишки адаптации в детском саду, уже повсюду покорял гранит школьной науки во втором классе. Эту книгу я писала больше полутора лет.

В неё вошли все мои невероятные фишки по адаптации

ребенка к детскому саду, идеи которых я черпала больше из литературы мира бизнеса, нежели из книг по детской психологии и педагогики. Может, именно поэтому в этой книге вы не увидите педагогической теории. Потому что я не педагог и не психолог. Зато вы найдете в ней только практику, проверенную жизнью. Вы можете читать тысячи статей в интернете по адаптации детей к детскому саду и находить в них одну и ту же мысль, но разными словами. А можете начать читать эту книгу и действовать.

Если бы такая книга была у меня в руках в то время, когда я так сильно нуждалась в суперволшебной таблетке «Детский сад», то в жизни моего старшего сына было бы в миллион раз больше смеха и улыбок в его дошкольную пору. Теперь мне повезло. Эта книга есть у меня в руках. На моё удивление она, книга, очень классно выручает меня с адаптацией ребенка и в школьной жизни. Поверьте на слово, что к школе оказывается, тоже надо будет адаптироваться. И мамам, и папам, и детям.

И я точно знаю, что эта книга выручит меня с адаптацией второго малыша к яслям. Я это знаю. Потому что все фишки проверены лично. Трижды.

Желаю вам приятного и полезного чтения!

p.s. Если по ходу чтения у вас будут появляться вопросы, то пишите мне на e-mail [krasna-devica@bk.ru](mailto:krasna-devica@bk.ru) или в социальные сети и я отвечу вам. Я в инстаграме [@krasna\\_devica](https://www.instagram.com/krasna_devica) (писать лучше в комментариях), в контакте



[vk.com/krasna\\_devica](https://vk.com/krasna_devica) (писать лучше в личные сообщения).

Искренне желаю, чтобы ваш ребенок тоже влюбился в детский сад. Вместе с вами!

Яна Терентьева

# **Поможет ли вам эта книга адаптировать ребенка к детскому саду?**

Да! Книга ещё как поможет. Но прежде чем её читать, спросите себя: «А что для меня адаптация к детскому саду? Минимум больничных? Отсутствие слез? Присутствие друзей? Улыбка по утрам? Спокойствие на работе?»

Какую цель вы преследуете со словом адаптация к детскому саду? Когда вы определите цель – сразу начинайте читать и действовать! Благодаря цели, вы сможете оценить адаптировался ли у вас ребенок или нет. По какой мерке будете оценивать? По цели!

# Отзывы первых читателей

Эту книгу я писала в режиме онлайн, выкладывая некоторые главы в социальных сетях на своих страницах. В ответ получала удивительные комментарии от подписчиков и первые благодарности. Мне было приятно. Очень.

Вот некоторые комментарии.

**\*\***

*«Это так трогательно! Уверена, что вся книга удивительная! Ещё-ещё! У меня нет детей, но читать посты все равно интересно и познавательно».*

**\*\***

*«Яна, так здорово! Супер! Хочу все 52)) и что-то для малышарика двух летнего... А то туговато идет у нас».*

**\*\***

*«Спасибо, Яна, за идею! И я пойду повыбираю м/ф, вот только боюсь пока у нас не получится конструктива в обсуждении, ведь он еще толком не говорит...».*

**\*\***

*Очень умно поступила! Главное, не сопли, а чувства, которыми живёт ребенок.*

\*\*

*«Молодчина!!! Читаю с удовольствием))»*

\*\*

*«Яна! Ты великий креатор!»*

Все комментарии правда. Увидеть их лично можно не только на страницах этой книги, но и в интернете по хэштегу #яниныфишки\_детскийсад.

А также на страницах в VK и в direct инстаграма мне задавали вопросы по адаптации детей, с которыми столкнулись сами подписчицы. В ответах я писала свои истории. Самый последний вопрос был от бета-ридера: «А как насчет фишки, чтобы ребенка в детский сад отводил папа? Что о таком думаешь?» И вот что я написала в ответ: «Даже не задумывалась над этим. Хотя нет. Несколько раз муж отводил ребенка в детский сад. Спокойно. Без слёз с утра. А вот вечером эмоции ребенка после детского сада все равно свалились все на меня. Также было и с бабушками».

Да, кстати, мой бета-ридер (девушка из другой страны, с которой познакомились в инстаграме, после того, как она сначала написала мне спасибо за мою первую книгу «Беременна впервые», а через несколько дней спросила: «А про детский сад книга уже написана? Очень хочу...»), так вот, после прочтения первых десяти фишек этой книги мой бе-

та-ридер написала мне много-много текста в ответ. Я его трижды перечитывала, прежде чем написать благодарности бета-ридеру. Смаковала и радовалась тому, что главная цель этой книги уже достигнута! Теперь я точно знаю, что на одну счастливую маму дошкольника стало больше в этом мире!

Покажу вам лишь кусочки отзыва бета-ридера, так как девушка написала много личных переживаний, связанных с детским садом её сына.

*«Я уверена, что книга будет очень полезна для тех родителей, которые ищут такую информацию. Все структурировано и имеет логическое объяснение, а комментарии сына – это суперфишка книги ... Из всех твоих фишек, у нас были только книги и мультики. Не так много, но были... Лето – вообще супер идея!!! ... Календарь – отличная идея!! ... Игры в воспитателей – отличная игра... Книга отличная и жду продолжения! Ты – талантище!! Спасибо!!!»*

**На старт! Фишки до начала  
детского сада, мой опыт с 2+**

**Фишка # 1 Мультфильмы  
про детский сад**



Адаптацию мою и сына к детскому саду мы начинали с мультфильмов. Несмотря на все страшилки про вред телевизора, наши просмотры м/ф про героев, участвующих в походе в детский сад, сыграли только положительную роль в

адаптации.

Однако, мы непросто смотрели. Мы вместе разглядывали каждые действия героя, потом обсуждали, то, что увидели. А когда начинались капризы в раздевалке детского сада, наши мультяшные герои сразу становились отличным примером. Начиналось со слов так:

– А помнишь, как Петя Пяточкин с радостью бежал в детский сад? А кто из нас радостнее? А сможешь так же? А что должно произойти, чтоб также?

Главное осознавать, что этот разговор может затянуться на часы. Поэтому с утра в детском саду мы договаривались обсудить это вечером: «Вот придешь вечером из детского сада, посмотрим мультфильм снова вместе и увидим, кто радостнее».

Ниже наш перечень мультфильмов про детский сад, который мы пересмотрели более десятки раз.

*1. М/ф «Как Петя Пяточкин слоников считал».*

Это отличный мультфильм, показывающий жизнь в детском саду изнутри. Как дети приходят, играют, укладываются на тихий час, а потом снова играют. Наш самый любимый и добрый мультфильм про детский сад.

*2. М/ф «Свинка Пеппи» – Детский сад (сезон 1, серия 6)*

В мультфильме отличная идея о том, что в детском саду дети учатся чему-то новому и что сами могут научить че-

му-то новому. После просмотра мультфильма, я с сыном размышляли о том, чему же он сможет научить своих новых друзей в садике.

### *3. М/ф «Комаров»*

Мультфильм про любопытного мальчика, который сбежал из летнего детского сада. Очень красивый и милый м/ф. Учит ребенка быть внимательным и держаться рядом с воспитателем.

### *4. М/ф «Три котенка», серия «Пойдем в детский сад»*

Мультфильм, показывающий, что в детском саду веселее, чем дома с бабушкой.

### *5. М/ф «Каприз»*

Мультфильм больше для мам и пап. В нем прямым текстом показывается, что в детский сад ребенок хочет ходить только со своим любимым другом или игрушкой. Ведь для детей и малышей их игрушки и есть их друзья. Об этой фишке у меня отдельная глава. Также в мультфильме с первых секунд показывается самый главный страх ребенка перед детским садом – боязни, что его там оставят. Об этом страхе у меня тоже есть отдельная глава-фишка по адаптации к детскому саду.

### *6. М/ф «Про Веру и Анфису»*



Мультфильм о том, как много друзей бывает в детском саду.

*7. Видеоролики с youtube.com на тему «Один день в детском саду»*

Таких роликов очень много в интернете. Сын с любопытством их разглядывал, спрашивая: «А у меня также будет в моем детском саду?»

*8. Кино «Усатый нянь»*

Это кино мы смотрели всей семьей вместе на ночь глядя, когда сын в пять лет неожиданно оказался в подготовительной группе. После просмотра сын очень удивился, что раньше были детские сады с ночными сменами. Очень обрадовался, что его детский сад лишь с утра и до вечера.

Кроме выше перечисленных мультфильмов и кино, в интернете можно найти рекомендации к просмотру еще других м/ф про детский сад. Но просмотрев их, я не поняла в чем их польза для адаптации к детскому саду. Вот эти мультфильмы: «Гирлянда из малышей», «Дед Мороз и лето», «Барбашка Тимми», «Замок лгунов».

Приятного просмотра с пользой!

*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фиишке «Мультфильмы про детский сад» спустя три месяца после его выпускного в дет-*

ском саду:

– Понравилось. Интересно написано. Мне кажется, что эта фишка работала. Мама, а давай ещё раз посмотрим эти мультфильмы.

## **Фишка # 2 Сказки и рассказы про детский сад**

Книги про детский сад мы начали читать раньше, чем смотреть мультфильмы. На самом деле я приверженец того, чтоб воплощать книги в реальность. Сначала мы читаем, потом смотрим мультфильм или кино, или театр по мотивам прочитанного.

Поучительные книги я люблю больше, чем мультфильмы. Я обожаю сначала прочитать книгу, затем ее проиграть с сыном. С использованием его игрушек, а уже после этого подключаю мультфильмы на тему изученной книги. Или еще восхитительней – устраиваю походы в театр по мотивам прочитанной книги.

Но знакомство с детским садом по книгам с первого раза у нас не получилось. Мы читали про знаменитого Зайку. Зайка нам нравился, но особого восторга у сына от рассказа я не чувствовала. Поэтому после первого раза прочтения книги (уже после первой попытки пойти в детский сад), книга была спрятана на полке детской библиотеки.

А через год, когда нам вручили долгожданную путевку в муниципальный детский сад, и просмотрены ни по разу мультфильмы про детский сад, сын залип на книги про детский сад. У нас их было всего четыре:

1. «Зайка идет в садик. Проблемы адаптации», Ольга Громова.
2. «Я иду в детский сад. Проблемы адаптации», Карина Овсепян.
3. «Энциклопедия детского сада», Елена Ульева.
4. «Я иду в детский сад! от 0 до 3 лет», Гатанова, Тунина.

На сегодня детских книг про адаптацию к детскому саду значительно больше. Достаточно ввести в поисковик книжных интернет-магазинов Лабиринт, Озон, Литрес или Читай-город слово «детский сад» и вы увидите более десятка книг. Ниже перечислю те книги, которые я сама не читала, но обязательно приобрету при подготовке к детскому саду второго сына:

- «Лама в садике без мамы», Анна Дюдни.
- Стихи «Иду в детский сад», Мошковская, Найденова, Токмакова.
- «Год в детском саду», Липут Пржемыслав.
- «Садовник и куст», Катарина Макурова Эту книгу я – хочу прочитать для знакомства малыша с профессией садовник, чтоб показать, чем садовник отличается от воспитателя для фишки #3.
- «Буду директором детского сада», Петр Синявский.
- «Мишка Ушастик в детском саду», Чеслав Янчарский.
- «Дед Мороз в детском саду», Андрей Усачев.
- «Маша и Миша идут в детский сад», Фелисити Брукс.

- «Тату и Пату в детском саду», Хавукайнен, Тойвонен.
- «Сказки от капризов», Гурина, Шкурина, Холкина
- «Настин секрет», Сергей Макеев

*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фишке «Сказки и рассказы про детский сад» спустя год после выпускного в детском саду:*

– Книжки помню, даже помню, где эти книжки хранятся в шкафу домашней библиотеки. Мама, расскажи ещё читателям про книгу «Мама спешит домой». Она тоже классная для детей. Давай её ещё раз почитаем.

*МОЙ КОММЕНТАРИЙ к фишке «Сказки и рассказы про детский сад» спустя 1,5 года после выпускного в детском саду:*

– Наверное, самая важная фишка, с чего нужно начинать готовить ребенка к детскому саду – это начать готовиться самой маме к детскому саду. Почитать книжки, выработать стратегию и вперед. За мое время похода в детский сад я прочитала много детских книг, сотни статей в интернете, тысячи советов с форумов мам. А после выхода из детского сада и написания книги, нашла пару чудесной литературы в помощь мамам, идущим впервые в детский сад. Вот эти книги:

1. «Мой ребенок с удовольствием ходит в детский сад!», Анна Быкова
2. «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать,

чтобы дети говорили», Фабер, Мазлиш. После этой книги авторы Фабер и Мазлиш стали моими фаворитами в детской психологии. Я перечитала все их книги от корки до корки. И вам рекомендую, если ищете готовые кейсы в общении с детьми любого возраста, особенно в период школьной жизни.

# Фишка # 3 В детском саду не выращивают детей, как фрукты



Дети, они как Ангелы, понимают все буквально.

– Мам, если фруктовый сад – это место, где фрукты на деревьях растут, то детский сад – это то место, где детей на деревьях выращивают? А как мы на дерево залезем? Я еще не умею по деревьям лазить – вот что меня спросил сын около двух лет, когда мы прочитали книгу про Зайку.

В книге хоть и поднимается этот вопрос, но похоже, когда я дочитывала книгу про Зайку, сын витал в мыслях о фруктовых деревьях.

Я быстро поймала волнительную задумчивость сына. Мы отложили книги про детский сад и стали изучать, разглядывать всевозможные сады мира: фруктовые сады, сад камней, сад-огород у бабушек.

Так у ребенка исчезло волнение перед словом "сад" в наименование детский сад.

*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фишке «В детском саду не выращивают детей, как фрукты»:*

*– Очень полезная глава для тех, кто очень боится ходить в детский сад.*



## Фишка # 4 Отвыкание от мамы

В момент написания этой книги я умудрялась еще, и читать другие книги по педагогике и детской психологии. Какое ж было мое удивление, что многие фишки по адаптации к детскому саду я делала интуитивно. Одна из них – постепенное отвыкание от мамы.

В жизни так сложилось, что перед тем как родить второго ребенка, я твердо решила выйти на работу, чтоб заработать на декрет (в первом декрете я числилась безработной). Примерно в 2 года сына мне подвернулся удачный вариант с работой – не работа, а мечта! Я успешно прошла все собеседования. Оставалось лишь определиться: "А куда же сын?" Недолго думая, моя мама сама предложила привозить ребенка к ней на весь мой рабочий день. Поскольку сын уже был знаком со своей бабушкой и с ее домашней территорией, то он спокойно там оставался на весь день. А я работала, не подозревая, что именно этот случай с работой укрепил и удлинил нашу с ним нить привязанности друг к другу на расстоянии для будущего похода в детский сад. Про нить привязанности вы можете почитать в книге «Тайная опора: привязанность в жизни ребенка» Людмилы Петрановской. Я сама познакомилась с этой теорией лишь будучи во втором декрете.

Со временем, я также осознала, что отсутствие меня 24 часа рядом с ребенком, позволили сыну почувствовать, что,

во-первых, маме тоже надо ходить на работу. Во-вторых, что он, ребенок двух лет, вполне может проводить день и играть вдали от мамы. Только спустя шесть лет после этого моего осознания, я нашла подтверждение своим мыслям в книге «Мой ребёнок с удовольствием ходит в детский сад», автор Анна Быкова. Эта книга очень интересна тем, что написана от взгляда детского воспитателя и практикующего детского психолога. Жаль, что я её прочитала лишь только тогда, когда старший сын уже отучился две четверти первого класса.

Подводя итоги четвертой фишки «Отвыкание от мамы», скажу, что её суть заключается в том, чтобы еще до начала похода в детский сад приучать детей играть без мамы на "чужой территории". Если вариант с бабушкой у вас не получается, то можно выбрать вариант с игровыми комнатами в торговых центрах, в которых есть и туалет, и вода, и аниматоры-смотрители, и желательно другие дети.

Кстати, я сначала очень опасалась, что мой малыш сможет поймать ОРВИ или других микробов, обитающих в торговых центрах. Но когда в 2,5 года сына я прочувствовала на собственной шкуре, что за зверь этот ОРВИ по-настоящему в детском саду, я специально стала гулять по разным торговым центрам между периодом частные ясли и муниципальный детский сад. Этот период пришелся на зиму в пик ОРВИ. И тогдашнюю всю зиму мы прожили без детского ОРВИ. Парадокс?! Для меня это было доказательством, что дети в детском саду болеют не от микробов, а от стресса.

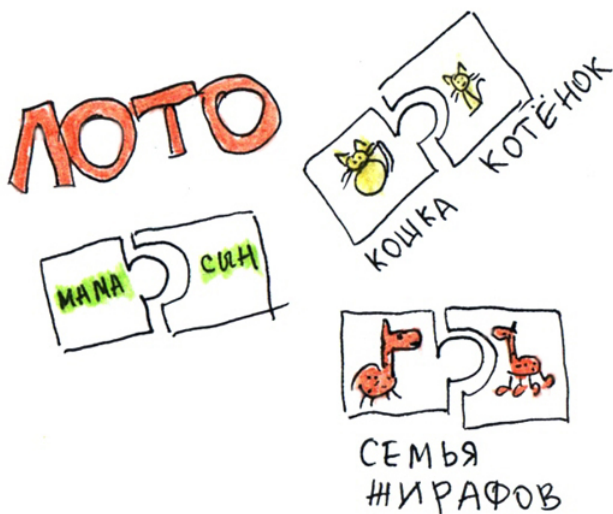
*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фишке «Отвыкание от мамы»:*

*– Правильная глава в книге. Ее должны все мамы прочитать.*

*МОЙ КОММЕНТАРИЙ к фишке «Отвыкание от мамы»:*

*– Отвыкание от мамы можно начать дома с ванной комнаты за закрытой дверью.*

# Фишка # 5 Лото – отличная игра в детский сад



В раздумьях о том, а не пора ли нам в частный детский сад пойти, я увидела дома игру «Лото со зверятами». Смысл игры очень простой: подбери каждому детенышу свою маму. Мне было скучно играть в лото по правилам к игре. Поэтому я с ходу переименовала это лото в игру в детский сад.

Вместе с сыном мы построили из крупного лего (кубики компаний «Полесье» и «Brauer») что-то наподобие домика и назвали его детский сад. Затем началась игра. Я брала две карточки лото с одинаковыми животными (мама + детеныш) и вела их в детский сад. Далее детеныш оставался в домике из лего, а мама уезжала на игрушечной машине на работу. Так все карточки лото оказались в детском саду. Далее я перемешивала всех детенышей, приговаривая:

– Дети-детеныши в детском саду кушали, играли, гуляли, спали и снова кушали и играли, так все и перемешались. Но детеныши знают, что только их мама заберет домой. Мама всегда узнает своего ребенка среди кучи малы других детей. А воспитатели никогда не отдадут чужой маме не ее ребенка. И каждый ребенок всегда почувствует свою маму.

А затем мы с сыном подбирали детенышей к приезжающим мамам за детьми. Я специально устраивала игровые ситуации, которые могут пугать ребенка в детском саду. Вот такие игровые сценарии у меня получились:

Львица хотела забрать жирафенка, а ему воспитатель не разрешила. Плюс детеныш жирафа сам отказался идти с львицей домой.

Щенок решил, что он хочет пойти домой с зеброй. Но мама-зебра объяснила ему, что, когда придет его мама-собака, то очень грустит. Ведь его щенка уже кто-то забрал, поэтому она заберет только своего детеныша-зебру.

Пришла мама-бобриха за ребенком, да забыла, как он

выглядит. Но детеныш бобер по голосу услышал свою маму. Прибежал. Крепко ее обнял. И мама-бобриха сразу же вспомнила, что именно это и есть её детеныш. Материнское сердце всегда найдет свою вторую детскую половинку.

Так, на примере игры в лото с животными, я показывала сыну, что я его привела и, именно я его и заберу, а никакая-то чужая тетя. Игра так понравилась сыну, что играли в лото три раза в день. Каждый раз по часу.

А когда уже пошли в детский сад по-настоящему, то утром по дороге в детский сад, я вспоминала эту игру:

– А помнишь, как мама-зебра забирала из детского сада маленького зебрёнка? Я также за тобой приду и сразу же тебя найду, крепко обниму и поцелую.

*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фишке «Лото – отличная игра в детский сад»:*

*– В эту игру надо играть как можно чаще. И до садика и вечером после садика. Мама, почему мы в эту игру играли только перед садиком, а когда уже пошел – перестали играть?*

**Ура! Мы идём в детский сад!  
Адаптации в первые дни, мой опыт с 3+**

## **Фишка # 6 Экскурсия по группе детского сада**



Если 1 сентября у первоклассника бывает один раз в жизни, то первый день в детском саду у дошкольника может быть более сотни раз:

когда впервые дали путевку в детский сад;

после больничного;

после отпуска с родителями;

перевод в другой садик на время ремонта текущего;

после официальных праздников и т.п.

В нашей детсадовской жизни настоящий «первый день в детском саду» был аж пять раз.

Первый раз, когда я привела сына в частные ясли. Во второй раз, когда нам дали путевку в муниципальный детский сад. В третий раз, когда после летнего отпуска на море я привела сына в ту же группу друзей, но которая уже размещалась в новой комнате в другом крыле детского сада и с другими воспитателями. В четвертый раз, когда во время ремонта нашего детского сада летом, нас определили в другой детский сад с оставшимися детьми на лето в городе. В пятый раз, когда снова после летних каникул с улыбкой на лице мы пришли в нашу группу друзей, в нашу комнату группы, но по замыслу вселенского педагогического состава, нас отправили в совершенно новую для нас группу детей (примерно на год старше), в устоявшийся там коллектив.

И каждое утро настоящего первого дня в детском саду проходило по одному и тому же сценарию.

Мы познакомились с воспитательницей и начинали экскурсию по группе детского сада – по новому дневному месту обитания ребенка.

Сначала мы внимательно разглядывали раздевалку и будущий шкафчик для одежды. Затем исследовали рукомой-



ники и туалеты, определялись с мылом и с полотенцем для чистоты рук. Далее, разгуливая уже по самой группе, я расспрашивала воспитателя:

– А где дети кушают? А за каким столом? Как определяется, где чей стул и место за детским столом? А где дети играют? А где дети спят? А как дети узнают, где их кровать? А какая будет кровать у нас? А где гуляете? А какое расписание занятий на каждый день? А где можно увидеть меню на день?

Сын все это время ходил вместе со мной и воспитательницей по группе и внимательно слушал, наблюдал и попутно задавал свои вопросы. После каждого ответа воспитательницы на мой вопрос или вопрос сына, мы с сыном обсуждали увиденное: «все ли понятно?», «запомнил?», «тебе нравится?», «давай ты сегодня попробуешь, а вечером придумаем, как сделать это место более веселым, хорошо?»

Экскурсия по группе детского сада занимала примерно 10 минут. После мы возвращались в раздевалку и определяли в какое окошко будем махать друг другу. Сын из детского сада, я со стороны улицы. Далее переодевались, обнимались и целовались миллион раз. Затем я убегала из группы к заветному окошку, в котором сын уже маячил и ждал моего появления.

А уже следующим утром в детском саду, я просила сына побыть гидом и устроить уже мне экскурсию по группе. Так я узнавала его эмоции, наблюдала за его жестами и обозна-

чала для себя следующие моменты, над которыми мне надо пофантазировать для счастливой адаптации в детском саду.

*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фишке «Экскурсия по группе детского сада»:*

*– Не помню такого. Не было, наверное. Но если и было, то мне нравится.*

*МОЙ КОММЕНТАРИЙ, спустя четыре месяца после выпускного в детском саду:*

*– Когда мы пошли в воскресную школу, то наши первые 10 минут в школе проходили также по экскурсионному сценарию. И даже после года знакомства с нашей школой, благодаря подготовительным урокам в ней, наш первый школьный учебный день, тоже начался с экскурсии.*

## Фишка # 7 Я помашу тебе в окошко



Часто среди воспитателей и детских психологов можно услышать или прочитать, что детей надо привести в детский сад, раздеть и вручить воспитателю. А затем быстро-быстро

убежать.

Я же считаю это негуманно по отношению к маленькому ангелочку, ждущий заботы и нежности, а не передачи в чужие руки и скорого исчезновения мамы за дверью. А что там с мамой за дверью будет? Она жива там? Ау, мама, с тобой все хорошо? Как ты там без меня? После этих мыслей в моей голове, я сразу же себе сказала: "У нас будет традиция прощания до вечера! И самое важное в нем будет то, что я буду махать сыну в окошко!" Чтоб он видел, что я живая.

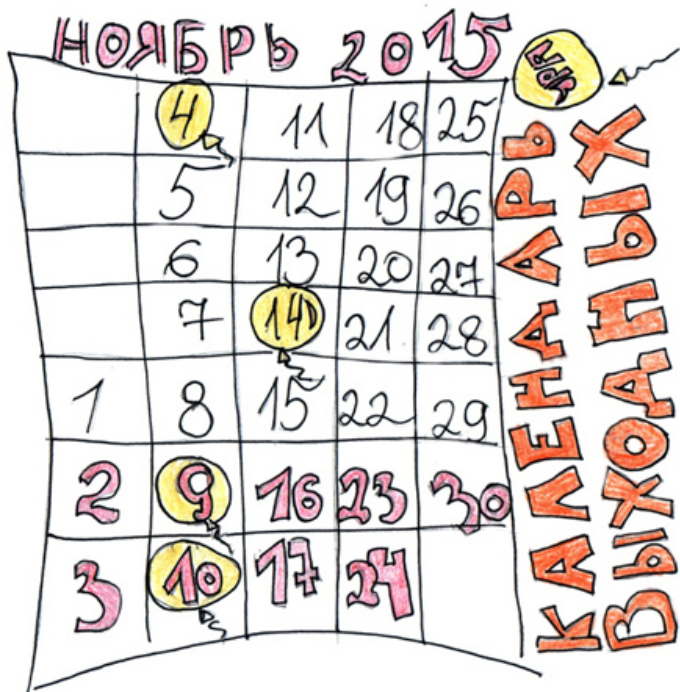
В детском саду я сначала целовала в щечку сына. Затем договаривалась, в какое окошко я буду махать и бежала на улицу. Первые три дня сын плакал в окошке, махая мне. А потом, свернув за угол детского сада, подальше от окна детской группы, плакала я. Так длилось лишь три дня. Зато потом мы только с радостью и с улыбкой махали друг другу в окно.

Лишь в подготовительной группе за пять месяцев до окончания детского сада, сын перестал мне махать в окно, убегая сразу в группу. А я наивная, стояла на улице и ждала его, вглядываясь в окно 2 минуты. А вдруг, он выглянет – а меня нет. Через 2 минуты я уже бежала на электричку, чтоб вовремя успеть приехать на работу. Без маханий в окошке, но с улыбкой на сердце.

*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фишке «Я помашу тебе в окошко»:*

*– Помню, помню, как махал тебе в окошко. Так должны все родители делать. Полезная глава.*

## Фишка # 8 Календарь «Когда же выходные»



Что делают бизнес-люди для достижения цели? Планиру-

ют! Каждый шаг, каждый день и видят сроки. Ни в голове, ни в компьютере, а на бумаге!

Так и я решила планировать выходные и праздничные дни, наглядно, на бумаге для сына. Раз в месяц мы рисовали календарь похода в детский сад. Отмечали там все выходные. Календарь прикрепляли к двери в шкафчике. А затем каждое утро там закрашивали и считали сколько осталось дней до выходных.

С появлением календаря выходных дней сын перестал мучить меня вопросом каждую минуту от дома до детского «Сколько дней еще осталось до выходных?» С появлением календаря сын стал сам всем детям в саду говорить: «Ещё два дня и выходной! Потерпи! Вот смотри, у меня все нарисовано».

*КОММЕНТАРИЙ СЫНА к фишке «Календарь «Когда же выходные»:*

*– Очень хорошая придумка.*

## Фишка # 9 Игра в воспитателя



На третий день в муниципальном саду мне стало очень интересно, а как же воспитатели общаются с детьми. Может вдруг они чего нагнетают или, наоборот, чересчур балуют детей. И я применила технику игротерапии, предложив сыну поиграть в воспитателя.

Сначала сын не соглашался, мотивируя тем, что он же мальчик, а воспитатели – это девочки. Тогда для первой игры в воспитателя, я устроила минитеатр из игрушек, назначив одну из них воспитателем. Затем я экспромтом устроила мини-спектакль "Один день в детском саду", вспомнив режим дня младшей группы. Сын увлеченно наблюдал. С интересом разглядывал и время от времени меня поправлял: "Мама, сначала обед, а потом спать. Мама, сначала на горшок, а потом в кровать". А я специально запутывала собы-



тия, чтоб проверить бдительность и вовлеченность сына в мою театральную постановку.

После мини-театра, у игрушек начался новый день и им снова пора в садик. Но вдруг воспитатель заболела, что делать? Искать новую! Во второй раунд игротерапии воспитателем стала я. Сын повеселел и спросил:

– Мама, а тебе можно по-настоящему идти работать в детский сад? У одного мальчика из нашей группы ведь мама там работает.

– Если все мамы будут работать только в детском саду, то кто будет врачом, пекарем или консультантом по финансовым вопросам? – был мой ответ.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.