

## Сложные ситуации в вопросах и ответах

www.dovosp.ru  
«Дошкольное воспитание»

**А. Бучкова,**

детский психолог, кандидат социологических наук, Москва

**С**ентябрь не за горами. Поэтому актуальный разговор посвятим вопросам, связанным с адаптацией к детскому саду и психологической готовностью к школе.

**?** *Ребенку недавно исполнилось три года. Скоро отдадим в детский сад. Очень волнуемся. На что стоит обратить внимание тем, чьим детям предстоит первый раз пойти в детский сад?*

Прежде всего наладить доверительный контакт с воспитателем, к которому попадет малыш, заранее познакомиться с ним, рассказать о ребенке, о его характере и привычках. Важно с самого начала взаимодействовать с педагогом как с равным партнером, а не относиться к нему как к человеку, который вам «должен». Если у малыша есть проблемы со здоровьем или развитием, лучше отдать его в специализированный детский сад, например логопедический или ортопедический. Это позволит максимально эффективно подготовить ребенка к школе, тогда как нагрузка в обычной дошкольной организации может оказаться чрезмерной для него.

Познакомьтесь с режимом дня, установленным в детском саду, и начинайте приучать малыша к такому распорядку. Особые трудности в адаптации у детей вызывает ранний подъем и дневной сон, поэтому обращайтесь на это особое внимание. По возможности время



приема пищи тоже должно соответствовать режиму в детском саду, а в идеале – и меню, хотя бы отдельные его элементы.

Первое посещение детского сада не должно стать для малыша сюрпризом. Важно, чтобы он понимал, куда и зачем идет, что будет там делать. Необходимо обсудить с ним это, рассказать о собственном удачном опыте, поиграть в детский сад, например в то, как любимая игрушка ребенка пошла в детский сад, общается там с другими детьми, помогает им, делится игрушками. Вы или ребенок можете поочередно исполнять роль воспитателя, во втором случае вы поймете – как он воспринимает детский сад. Важно не отзываться негативно о воспитателе и дошкольной организации и ни в коем случае не пугать малыша детским садом.

Общение с группой детей также не должно стать неожиданностью для ребенка, поэтому стоит почаще бывать на детских площадках, посещать развивающие центры, участвовать в детских праздниках. Учите малыша знакомиться, делиться игрушками, играть.

Будет полезным предварительное знакомство ребенка с детским садом, с воспитателем, посещение группы совместного пребывания, если такая есть в ДОО. Когда настанет заветная дата, не рекомендуется сразу оставлять малыша в саду на целый день. Лучше сначала побыть с ним несколько часов, потом – до обеда, затем до послеобеденного сна. Оптимально, чтобы первоначальный этап продлился неделю – полторы.



Когда родители начнут оставлять ребенка, он должен знать, когда за ним придут. И речь идет не о точном времени, которое все равно непонятно малышу. Объясните ему все с ориентацией на его действия, например «заберу тебя, когда ты поспишь», «приду за тобой после того, как ты пообедаешь, поспишь и поиграешь на улице». Малыш должен чувствовать себя защищенным и четко знать, когда его заберут. Разрешите ребенку брать с собой любимую игрушку. Интересуйтесь занятиями ребенка в детском саду, храните его поделки. Все это облегчит процесс адаптации.



## Сколько длится адаптация к детскому саду?

Это зависит как от возраста малыша, так и от его индивидуальных особенностей. Для детей до трех лет этот период длится в среднем две – две с половиной недели, для малышей после трех лет – до трех недель, а после пяти – до одного месяца. То есть чем младше ребенок, тем быстрее проходит адаптация. Одновременно с этим реакция на изменение ситуации также может проявляться сильнее в раннем, чем в более старшем возрасте. Это во многом связано с сильной привязанностью к матери или другим близким взрослым.

Обозначенные временные рамки имеют отношение к быстрой и легкой адаптации. В некоторых случаях она может затягиваться до двух, а то и трех месяцев. В этом случае малыш нередко демонстрирует либо агрессию и конфликтное поведение, либо апатию и уход в себя.

Затягивание адаптационного периода обычно связано с индивидуальными особенностями ребенка, в том числе с сильной привязанностью к значимым взрослым, наличием братьев и сестер (единственные дети в семье испытывают больший дискомфорт), а также состоянием здоровья, спецификой характера и сформировавшимися привычками.

Однако независимо от индивидуальных особенностей ребенка рекомендуется обратиться к детскому психологу (а иногда и к неврологу) при адаптации, длящейся более трех месяцев, а также при появлении хронических заболеваний и острых негативных реакций на посещение детского сада (фобий, неврозов, заикания, а также регулярных истерик, криков после ухода родителей) длительностью более пяти–шести месяцев.



### **Как понять, что ребенок адаптировался к детскому саду?**

Начало посещения дошкольной организации является для малыша стрессовой ситуацией. Соответственно, сигналом завершения адаптации будет исчезновение стрессовых реакций. У адаптировавшегося ребенка:

- удовлетворительное состояние здоровья;
- желание идти в детский сад;
- отсутствие плача и истерик после ухода родителей;
- положительное взаимодействие с другими детьми в группе;
- контакт с воспитателем, включая зрительный контакт;
- соблюдение режимных моментов (в том числе хороший аппетит, сон, активность во время игр, занятий и прогулок);
- обсуждение с родителями своих достижений и неудач за день.

Повторюсь, многое зависит от индивидуальных особенностей малыша. Но вы, как родитель, поймете, когда он вновь станет спокоен, уравновешен и жизнерадостен, вновь станет самим собой. Это и свидетельствует о том, что адаптационный период успешно завершился.



### **Что делать, если ребенок не посещает детский сад? На какие моменты его развития обратить внимание?**

Самое главное, что дает малышу детский сад, – это опыт общения со сверстниками, практика взаимодействия и сотрудничества на горизонтальном уровне равных, не только совместные игры, но и умение вести себя в конфликтных ситуациях.

Он должен освоить игры по правилам, а также научиться принимать и исполнять требования взрослых в повседневной жизни. Соответственно, при домашнем воспитании важно организовывать режим малыша таким образом, чтобы у него обязательно было общение со сверстниками, желательно и с хорошо знакомыми (например, с детьми друзей его родителей), и с малознакомыми (с которыми он может контактировать на детских площадках, а также при посещении развивающих центров, секций, кружков). Конечно, навыки общения – это не единственный плюс детского сада. Там в большинстве случаев быстрее совершенствуются навыки самообслуживания, ребенок учится считаться с мнением другим, развивается его речь, логическое мышление и другие познавательные процессы, а также музыкальные и творческие способности. Хотя на эти стороны развития можно достаточно эффективно повлиять и в семье. Соответствующие занятия необходимо включить в перечень ежедневных.

**? Имеет ли смысл пройти диагностику психологической готовности к школе? И если да, то где и когда лучше ее провести? Существует ли угроза причинить вред ребенку, измеряя таким образом уровень его развития, оценивая его?**

В результате исследования психологической готовности ребенка к школе выявляются сильные и слабые стороны будущего первоклассника. К тому же такая диагностика позволяет повременить с началом обучения, если ребенок недостаточно готов к этому. Данные исследования носят рекомендательный характер, последнее слово все равно остается за родителями. Полученные рекомендации можно и нужно использовать для того, чтобы уделить повышенное внимание слабым сторонам ребенка. В этой связи целесообразно проводить исследование не позднее, чем за один–два месяца до начала обучения. Сделать это на бюджетной основе можно в школе, лучше в той, в которую вы собираетесь поступать, а также в большинстве детских садов. Достаточно широк спектр и предлагаемых платных услуг.

Вред ребенку можно причинить только собственной тревожностью и нервозностью в связи с предстоящим исследованием. А также в том случае, если родители рассматривают результаты как некую оценку уровня развития ребенка, что влияет на их отношение к собственному чаду.

**? Нужно ли научить ребенка читать, писать и считать до школы? Интересно мнение детского психолога.**

Чтение, письмо и счет относят к так называемой педагогической готовности ребенка к школе. Успешно освоить эти навыки малыш способен как в дошкольном возрасте, так и после восьми лет.

Важно обратиться в школу, в которую вы планируете отдать ребенка, чтобы узнать, какие требования существуют там. Исходя из этого следует принимать решение: подходит ли данная школа или нет, учить ли ребенка чтению, письму и счету до поступления в школу или нет; и если да, то насколько глубоко должны

быть его познания и совершенны умения. Возможно, придется искать другую школу, ведь мы в первую очередь ориентируемся на индивидуальность малыша. В идеале мы стараемся не допустить двух крайних ситуаций: ребенок освоил больше, чем требуется, или уровень его предварительной педагогической готовности гораздо ниже, чем у остальных. Если он освоил больше, то ребенку легко



дается учеба, ведь он все это уже знает, и постепенно становится скучно в первом классе, а в следующем учебном году, когда он сталкивается с новым материалом, он совершенно не готов прилагать усилия для его освоения, нередко одна за другой возникают ситуации неуспеха, которые могут привести к закреплению неуверенности в себе вплоть до отказа учиться. Если же уровень предварительной подготовки ребенка ниже, чем у сверстников, то ему приходится осваивать больше, чем его одноклассникам, он постоянно плетется в хвосте, что приводит к тому же результату, только гораздо раньше: уже в первом классе он перестает верить в собственные силы и способности, теряет интерес к учебе в целом. В вопросах педагогической подготовки ребенка к школе главное не переусердствовать. Если все-таки принято решение осваивать навыки чтения, письма и счета, то делать это нужно исключительно в игровой форме, лучше с привлечением специалистов. Также необходимо помнить, что произвольность начинает формироваться в старшем дошкольном возрасте, основное ее развитие произойдет в младшем школьном возрасте, поэтому преждевременно требовать от ребенка усидчивости и дисциплины. Чтобы сформировалась адекватная мотивация к обучению, занятия должны быть интересны дошкольнику.

Итак, в этом вопросе необходимо прежде всего ориентироваться на индивидуальные особенности малыша, исходя из этого уже выбирать школу. Существуют две противоположные научные точки зрения на вопрос педагогической подготовки к школе, подкрепленные данными исследований и статистики. Согласно первой, делать этого не стоит, а согласно второй – смело можно начинать в старшем дошкольном возрасте. Но практическое применение теорий, как всегда, диктует свои правила. В этой связи интересно ваше мнение как родителя. Вы «за» или «против»? И почему?

Ждем ваших отзывов и предложений по адресу [info@dovosp.ru](mailto:info@dovosp.ru) с пометкой: Рубрика «Актуальный разговор». Также будем рады вашим актуальным вопросам.

До встречи в следующем номере!

