

## Сказки для успешной адаптации к детскому саду.

Начало посещения детского сада у большинства детей вызывает стресс. Так впервые попадая в детский сад ребенок испытывает страх остаться без мамы, страх, что она не вернется. Общение с посторонними взрослыми также вызывает страх и опасение, ведь до этого ребенку было комфортно рядом с близкими людьми мамой, папой, а теперь ему приходится налаживать отношения с другими взрослыми и сверстниками – все это несомненно оказывает влияние на и без того несформированную детскую психику.

Чтобы сгладить стресс, избавить ребёнка от страхов и настроить на позитивный лад, стоит заранее заняться вопросом адаптации к саду. Общения со сверстниками в кружках и на площадке, прогулок и занятий с няней и бабушкой в отсутствие мамы не хватит для того, чтобы подготовить ребенка к походу в детский сад. В этом вопросе могут прийти на помощь специальные методики, разработанные опытными психологами и педагогами. Одна из самых доступных — сказкотерапия — позволяет обсудить волнующие малыша вопросы о детском садике в весёлой, игровой форме и для этого не всегда требуется специальная подготовка и образование. Существуют особые адаптационные сказки, написанные специально для того, чтобы проработать все страхи и волнения ребёнка.

### 5 правил сказкотерапии:

1. Если у вас сын, пусть главный герой будет мальчиком, а если дочка — девочкой. А вот имя героя лучше оставить выдуманным, чтобы у ребёнка не было ощущения, что это история непосредственно о нём или его друзьях, ведь герои в этих сказках не всегда поступают хорошо.

2. Добавляйте в сказки сюжеты из жизни вашего малыша — это сделает сюжет более знакомым и понятным для него.

3. Не делайте из сказкотерапии занятие. Рассказывайте сказку тогда, когда ребёнок этого хочет: не давите, не заставляйте, не настаивайте.

4. Рассказав историю, обсудите её с малышом. Ещё раз вспомните сюжет, спросите, что понравилось или не понравилось ребёнку, поинтересуйтесь его мнением: кто поступил хорошо, а кто — плохо, почему герой обрадовался или расстроился, как он себя чувствовал и пр.

5. Предложите ребёнку разыграть сюжет сказки с игрушками или покажите ему кукольный спектакль.

#### **Сказка 1. Знакомство с детским садом**

Жила-была семья. Папа слон, мама слониха и маленький слонёнок Тоша. Слоник подрос, и пришла пора ему идти в детский садик. Он очень хотел туда попасть, и вот этот день настал. Мама разбудила Тошу рано, умыла, одела его в новую одежду и повезла на машине в детский сад. В детском саду его встретила тётя воспитатель. Она показала ему шкафчик, в который он будет складывать свои вещи и сменные тапочки. На шкафчике была наклеена красивая картинка — шарик, чтобы Тоша не перепутал свой шкафчик с другими. Слоник переобулся в другие тапочки, и мама провела его в группу. Там уже было много других слоников: они играли с кубиками, смотрели книжки, катали кукол в колясках.

Тоша тоже нашёл занятие — он увидел дудку, взял её и стал гудеть. А потом слониха няня принесла завтрак и накрыла на стол. Слоники кушали кашу, сосиску, пили чай с хлебом и маслом. После завтрака слоник заскучал, но потом к нему подошёл другой слонёнок, и они познакомились и подружились. Слонёнка звали Гора. Он показал Тоше игрушки в группе, игры, и они весело провели время. Тоша даже не заметил, как пришла мама.

### Сказка 2. Если ребёнок не хочет идти в сад.

— Мама, ну мама!!! Я больше не хочу ходить в детский садик, — упрашивала маму Алла. — Давай останемся дома! Ну давай! — Хорошо, — ответила мама. И с этого момента Алла перестала ходить в детский сад. Так прошло две недели. Однажды Аллочка с мамой пошли вместе в магазин за продуктами. — Алла, Алла, привет! — донеслось откуда-то сбоку. Девочка огляделась и увидела Инну. — А ты почему в детский сад теперь не ходишь? — спросила Аллу Инна. — Мы, все ребята, так тебя ждём! А ещё у нас беда случилась! Помнишь кубики, в которые ты любила играть? Они вчера пропали. Мы уже всё обыскали, нигде их нет! — Как пропали? — всполошилась Алла. — Где же они могут быть? — Не знаю, — грустно ответила Инна. — Ну так что? Ты завтра придёшь? — Приду, обязательно приду, — задумчиво сказала девочка. На следующее утро Алла сама проснулась очень рано и попросила маму отвести её в садик. Пришла, поздоровалась с воспитательницей и ребятами и сразу пошла любимые кубики искать. В шкафу их нет, под шкафом тоже... — Кубики, ну где же вы? — грустно спросила Алла. Но они так и не появились. Вечером мама пришла в детский сад, забирать дочку домой. Аллочка оделась, и они пошли. Идут через парк, дождик моросит. Вдруг Алла видит, что её любимые кубики на мокрой и холодной лавке лежат. — Мама, смотри! — воскликнула девочка. — Там кубики из нашего детского садика лежат! У тебя нет пакета? Я хочу их забрать и завтра обратно в садик отнести. Мама дала дочке большой пакет, и девочка сразу же бросилась собирать с лавочки разноцветные кубики. — Эх, кубики! Как же вы здесь оказались? Кто вас сюда принёс? — Привет, Алла! — обрадовались игрушки. — Мы так рады тебя видеть! Нас сюда никто не приносил! Мы тебя ждали-ждали, а ты всё к нам в гости в садик так и не приходила. Мы очень расстроились и пошли тебя искать, но потерялись. — Вот оно что! — засмеялась девочка. — А я вас сегодня весь день в группе искала! Вы больше не убегайте! Я теперь обязательно в садик буду ходить! А ночью Алле приснился сон, как она вместе с воспитательницей и другими ребятами разучивала песню для мамы на праздник 8 марта, как на Новый Год им Дед Мороз дарил подарки, как весело она играла с ребятами, как построила большую крепость из кубиков, и многое-многое другое. Утром, проснувшись и собираясь в садик, девочка подумала: «А в садике хорошо!» И, взяв пакет с кубиками, радостно побежала догонять маму.

### Сказка 3. Если ребёнок боится, что мама его не заберёт.

Однажды Зайка и мама-зайчиха шли в детский сад. Зайка очень переживал и расстраивался, что мама его не заберёт вечером из детского сада. Он всё время спрашивал: «Мама, а ты вечером меня заберешь?» — «Конечно, заберу тебя, Зайка. Я обязательно приду за тобой после работы». Но Зайка всё никак не мог в это поверить и спрашивал всё снова и снова. Случайно этот разговор услышал

Слонёнок. Он ходил в ту же группу, что и Зайка, и спросил у Зайки на прогулке: — Зайка, неужели ты боишься, что мама тебя не заберёт домой? — Да, я очень боюсь, что мама оставит здесь меня, — ответил Зайка. На это Слонёнок сказал: — Ты чего, Зайка. Такого не может быть. Всех деток вечером забирают домой мамы и папы. Ночью детский сад абсолютно пустой. Только утром приходят детки. Зайка спросил: — Совсем-совсем пустой? Слонёнок ответил: — Совсем-совсем. Детки только утром приходят в садик. Вот давай с тобой вечером посмотрим, заберут абсолютно всех деток домой. Когда вечером зверята поужинали, Слонёнок и Зайка стали ждать, кого же заберут первым. В этот день первую забрали кошечку. За ней пришла мама. Потом забрали медвежонка, львёнка, белочку, кролика, мышку и пингвина. Все были очень рады, что за ними пришли мама и папа. Кого же забрали последним, Слонёнку и Зайчонку не удалось посмотреть, так как за ними тоже пришли мамы. И они с радостью побежали домой. Зайке так понравился этот момент, когда мама его забирала вечером домой. Он был такой счастливый и вечером рассказывал маме, что же у него произошло интересного за весь день в детском саду.

**Сказка 4. Если ребёнок не хочет спать в детском саду.**

Жила-была детская кроватка. Она жила в детском саду в группе и стояла в спальне среди других кроваток. Осенью в группу пришли детишки. Многие кроватки застелили детским постельным бельём, и они стали красивыми. И ещё к ним стали приходиться детишки. Они ложились в кроватки, и кроватки их грели. Малышам было в кроватках хорошо, тепло, и они засыпали. Кроватки очень радовались. И только одной кроватке не досталось ребёночка, и она очень грустила. Ей некого было греть, ей было скучно и одиноко. И вот появилась новенькая девочка, которую положили именно в эту кроватку. Кроватка так обрадовалась. Девочка была очень миленькая, красивая, добрая. Кроватка была счастлива. Она очень ждала, когда девочка придёт к ней. А когда девочка приходила, кроватка старалась скорее согреть её и подарить сон. Но вот девочке вдруг разонравилось спать в саду. Ложась в кроватку, она постоянно спрашивала про маму. Кроватка очень расстроилась, она изо всех сил старалась согреть её, успокоить, чтобы девочка заснула. Но девочка не спала. Кроватка стала бояться, что девочка совсем не захочет спать, и она снова останется одна. Ей от этого было очень грустно, ведь она уже так привыкла к этой хорошей девочке, ей так нравилось её греть. Кроватку создали для того, чтобы она дарила сон детишкам. Каждая кроватка мечтала делать это. И наша кроватка тоже. И у тебя в садике тоже есть кроватка. Она тебя очень ждёт, она любит греть тебя и радуется, когда ты спишь в ней.

**Сказка 5. Если ребёнок грустит в детском саду.**

Жила-была девочка Маша. Сначала она была совсем малышкой, а потом росла-росла и подросла. Да так подросла, что можно теперь ей было в садик идти с ребятами играть. Мама и папа так обрадовались, что Маша большая. Устроили праздник. Мама торт испекла, и Маша даже сама свечки задувала. На следующий день Машуля в первый раз в садик пошла, и так ей там понравилось, что даже уходить не хотела. Играла с игрушками, ела кашу-вкусняшу. А еще у неё там дружок появился — Семён, такой весёлый мальчишка с кудряшками. Целыми

днями они вместе играли. Семён садился на одном конце комнаты и толкал Маше большой грузовик. Маша ловила его, нагружала в кузов кубики и отправляла к Семёну, а он строил большую башню. Весело им было вместе. Даже засыпать было нескучно, потому что кровати стояли рядышком, и они вместе закрывали глазки и спали. И вот в один осенний дождливый день, когда листья стали совсем жёлтыми, ветер принёс в детский садик Грустинку. Она была такая маленькая, серенькая, как микробик, влетела в форточку и спряталась в кармашек к Маше. И тут Машу как подменили. Стало ей грустно, она почему-то расстроилась, маму потеряла и давай плакать. Все ребятки и воспитательница её успокаивали, успокаивали... А слёзки сами собой всё равно капают, так кап-кап-кап... И всё Маша знает, что мама скоро придёт, просто сходит на работу, потом купит вкусный йогурт и прибежит за Машей. Знает это Маша, а всё равно почему-то грустно — хочется, чтобы мама прямо сейчас пришла... А это всё грустная Грустинка сидит в кармашке и Машу расстраивает, плакать заставляет. Семён Машу пытался развеселить: и в каравай предлагал поиграть, куклу ей в коляске прикатил — а Маша всё равно грустная. И тут Семён увидел, что у Машули глазки совсем мокрые. И решил ей помочь: — Дай, — говорит, — я твой платочек достану, и слёзки вытрем, не плачь! Вытащил Сёма Машин платочек, вместе с ним Грустинка из кармашка и вытряхнулась, и опять в форточку улетела. А Маша тут же улыбнулась, а потом засмеялась и стала снова весёлая. А Сёма и другие ребятки, конечно, очень обрадовались, что Грустинка совсем улетела, и все вместе побежали мультики смотреть. С тех пор Маша всегда свой кармашек проверяет, не застряла ли там Грустинка, и никогда в садике больше не грустит.