

# Тренинг для родителей на тему: «В детский сад, в первый раз!»

Подготовила: Пашина А.С.  
Педагог-психолог

Цель: знакомство с **родителями воспитанников**, распространение педагогического опыта, знаний среди **родителей**.

Задачи: создать условия для знакомства **родителей друг с другом**, рассказать **родителям** об адаптации малыша к **детскому саду**, настроить **родителей** на доброжелательные отношения, на непринуждённое общение.

Ход

## 1. Оформление визитки.

Добрый вечер. Мы рады видеть вас на нашей встрече, на **первом тренинге**. Сегодня мы собрались, чтобы познакомиться с вами, а также обсудить важную проблему адаптации ребёнка к **детскому саду**. Многие из нас незнакомы, возможно, испытывают разные ощущения от того, что оказались здесь и сейчас. И чтобы стать ближе друг другу, предлагаю нам всем познакомиться. Предлагаю вам оформить свою визитную карточку, на которой вы напишите свои имена, а может быть нарисуете, с чем или с кем вы себя ассоциируете.

## 2. Упражнение на сплочение " Встреча руками"

Ведущий: Встаньте, пожалуйста, в круг, так чтобы Ваши руки могли встретиться. По моей команде пусть Ваши руки:

сначала найдут друг друга;

познакомятся;

проявят симпатию;

потанцуют;

подерутся;

помирятся;

попрощаются.

Молодцы! Ну, вот мы с вами и познакомились.

## 3. Упражнение "Какой он – мой ребенок"

Цель игры: определить, каким видят своего ребенка **родители**.

Перед вами лежат материалы для творчества. Ваша задача за 5 минут представить своего ребёнка.

Для этого каждый из них обводит контур руки, на изображении каждого пальца пишет по букве имени ребенка. Затем вы должны расшифровать буквы, назвать качества характера ребенка, начинающиеся на данную букву. В центре ладони можно изобразить символ, кем он является в семье.

Ладони приклеиваются на магнитную доску в виде солнышка.

### Подведение итога:

Как мы видим, многие из вас дали положительные характеристики, что позволяет видеть в ребенке положительные качества, тем самым настраивать его на успех. А если вы дали в своей характеристике отрицательные качества, то вам необходимо сделать определенные выводы о сформированности личности ребенка.

Ведущий: Как вы думаете, что такое адаптация? Что вы знаете о периоде адаптации?

Уважаемые **родители**, думаю, вы согласитесь с тем, что подсчитать количество адаптационных периодов в жизни человека точно невозможно. Но можно выделить наиболее яркие ситуации, требующие приспособления к смене жизненных обстоятельств. Какие адаптационные периоды (*стрессовые ситуации*) в вашей жизни вы можете отметить? Рассуждения **родителей**.

Хочу вам сказать, что во время адаптации ребенка к **детскому саду**, у вас тоже происходит период адаптации. Наша с вами задача сделать так, чтобы этот адаптационный период прошёл для ребёнка, и для вас безболезненно.

### 5. Памятка для **родителей**.

- В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес **детского сада** и его сотрудников.
- Старайтесь не нервничать и не показывать свою тревогу накануне его поступления в **детский сад**.
- В выходные дни не меняйте резко режим дня ребенка.
- Постоянно обращайтесь внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.
- Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период.
- Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
- На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, сократите просмотр телевизионных передач, старайтесь щадить его ослабленную нервную **систему**.
- Одевайте ребенка в **детский сад** в соответствии с температурой воздуха в группе, обращайтесь внимание на аккуратность и опрятность его внешнего вида.
- Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, зовите ласковыми именами.
- Будьте терпимее к его капризам. При явно выраженных невротических реакциях оставьте дома.
- Выполняйте предписания врача, советы и рекомендации педагога.

- Не оставляйте ребенка в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирайте домой. Динамика продолжительности времени пребывания ребенка в дошкольном учреждении **первую** неделю определяется поведением самого ребенка.

- Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез – они могут быть вызваны просто плохим настроением.

#### 6. Упражнение «Пирамида любви»

Давайте образуем круг. Далее, протягивая одну руку вперед один за одним будем говорить: «Я люблю своего малыша за то, что... *(здоровый, смелый, красивый)*»

- Вы чувствуете тепло ваших рук?

- Вам приятно это состояние?

- Посмотрите, какая высокая у нас получилась пирамида. Высокая, потому что все мы любимы и любим сами.

#### 7. Рефлексия.

Лесенка успеха.

