



СКАЗКИ ДЛЯ АДАПТАЦИИ

К

ДЕТСКОМУ САДУ .

ЧИТАЕМ СКАЗКИ ПРАВИЛЬНО

Сказкотерапия в жизни малыша... Мы с детства читаем детям сказки и порой даже не догадываемся о том, что сказки могут лечить, сказки могут формировать характер и решать проблемы. Это называется сказкотерапия, и в силах каждой мамы создать сказку для своего малыша, ту самую, которая поможет ему пережить ссору с лучшим другом, привыкнуть к садику или спокойно отпустить маму вечером в кино не боясь, что она не вернется. Слушая сказку малыш ассоциирует себя с главным героем, сопереживает ему, переживает все то же, что и он. Именно поэтому нередко дети просят прочесть одну и ту же сказку бесконечное количество раз, пока пазл истории не соберется в полноценную картинку в голове у малыша.

Но сказки читать нужно правильно! Сказки – это мир волшебства, и они не терпят спешки. Не читайте малышу на ходу, пусть путешествие в сказку станет вашим ритуалом перед отходом ко сну или вашим часом совместного времяпрепровождения вечером. Читайте с эмоциями и разными интонациями, задача мамы или папы не просто озвучивать текст, а вместе с малышом погружаться в эту историю: удивляться и пугаться, сочувствовать и радоваться вместе с героями истории. Не читайте ребенку сказки не по возрасту или те, что ему неинтересны. Внимательно следите за реакцией крохи и обязательно обсуждайте прочитанное после путешествия в сказку.

Почитали? Пришло время непосредственно сказкотерапии. Ее смысл в том, что каждый родитель может придумать, сочинить для своего малыша терапевтическую сказку, которая поможет справиться с капризом или страхом. Можно, конечно, обратиться за помощью к специалисту, а можно попробовать сочинить сказку для малыша самостоятельно. Как? Просто следуйте нашей инструкции:
Определите, что сейчас больше всего беспокоит ребенка или

вас (не хочет спать один, не делится игрушками, капризничает в магазине или хочет есть только сладкое)
Начните сказку с детального описания главного героя – он должен быть максимально похож на ребенка и при этом должен сразу стать ему симпатичен, вызывать у него положительные эмоции. И еще, имейте в виду, что маленьким детям проще ассоциировать себя с игрушками, супер-героями или животными, именно поэтому эти существа населяют страницы детских книжек.

Поместите вашего героя в ситуацию, максимально схожую с той, в которой оказался ваш малыш. Пусть кукла Оля объедается булками, а мальчик Вова не ложится спать один. Получилось? А теперь самое сложное...

Найдите выход из этой ситуации! Причем герой должен выйти непременно победителем. Пусть ему поможет волшебница – фея снов, которая позвонит в свой серебряный колокольчик и отправит к девочке Алисе ее собственный сон о солнечной поляне красных маков, пусть добродушный гном вызволит куклу Олю из страны сдобных булок....

Фантазируйте, попросите ребенка предложить его вариант развития событий, так вы узнаете больше о его страхах.

А после просто поговорите с малышом, пусть он расскажет о том, что он услышал в этой сказке, обсудите эмоции и чувства главных героев.

Придумывать сказки просто. Достаточно много их читать и после компилировать в нужной вам комбинации. И помните: сказка ложь, да в ней намек... и родителям, подчас, тоже урок.

СКАЗКА №1

Однажды Зайка и мама-зайчиха шли в детский сад. Зайка очень переживал и расстраивался, что мама его не заберет вечером из детского сада.

Он все время спрашивал: мама, а ты вечером меня заберешь?

— Конечно, заберу тебя, Зайка. Я обязательно приду за тобой после работы.

Но зайка все никак не мог в это поверить и спрашивал все снова и снова.

Случайно этот разговор услышал Слононок. Он ходил в ту же группу, что и зайка и спросил у Зайки на прогулке:

— Зайка, неужели Ты боишься, что мама тебя не заберет домой?

— Да, я очень боюсь, что мама оставит здесь меня — ответил Зайка.

На это Слононок 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?

Слононок ответил: Совсем - совсем. Детки только утром приходят в садик.

Вот давай с тобой вечером посмотрим, заберут абсолютно всех деток домой.

Когда вечером зверятки поужинали, то Слононок и Зайчонок стали ждать, кого же заберут первым. В этот день первую забрали кошечку. За ней пришла мама. Потом забрали медвежонка, львенка, белочку, кролика, мышку и пингвина. Все были очень рады, что за ними пришли мама и папа. Кого же забрали последним, Слононку и Зайчонку не удалось посмотреть. Так как за ними тоже пришли мамы. И они с радостью побежали домой. Зайчонку так нравился 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 №2

Алла. Сказка про то, как Алла полюбила в садик ходить

Прежде чем рассказать ребенку нашу сказку, ненавязчиво узнайте у него, в какую игрушку он любит больше всего играть в детском саду. Затем замените на нее кубики, а вместо девочки Инны подставьте имя любой малышки из группы вашего ребенка. Если вы рассказываете сказку мальчику, то героев сказки тоже сделайте лицами мужского пола.

— 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 где-то сбоку.

Девочка огляделась и увидела Инну.

— А ты почему в детский сад теперь не ходишь? — спросила Аллу Инна. — Мы, все ребята, так тебя ждем! А еще у нас беда случилась! Помнишь кубики, в которые ты любила играть? Они вчера пропали. Мы уже все обыскали, нигде их нет!

— Как пропали? — всполошилась Алла. — Где же они могут быть?

— Не знаю, — грустно ответила Инна. — Ну так что? Ты завтра придешь?

— Приду, обязательно приду, — задумчиво сказала девочка. На следующее утро Алла сама проснулась очень рано и попросила маму отвести ее 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

Но они так и не появились.

Вечером мама пришла забирать дочку домой. Алочка оделась и они пошли. Идут через парк, дождик моросит. Вдруг Алла видит, что ее 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 принес?

— Привет, Алла! Обрадовались игрушки! Мы так рады тебя видеть! Нас сюда никто не приносил! Мы тебя ждали-ждали, а ты все 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 дарили 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

Жили-были в лесу разные звери

В одном доме жила семья медведей: папа-медведь, мама-медведица, медвежонок Мишутка. В другом доме жили зайцы: мама-зайчиха, папа-заяц, старенькая бабушка Зая и маленький зайчонок. А в третьем доме жили лисы: папа, мама и дочка-лисичка. А ещё жили в лесу Волчица с Волчонком, Мышка с Мышонком и многие другие звери, большие и маленькие.

Пока малыши не подросли, они играли каждый возле своего домишка, у своей норки или у своего логова. Но вот стали они постарше, и родители решили, что пора детям друг с другом познакомиться, чтобы было им веселее играть. И устроили в лесу детский сад для зверят! В воспитатели позвали мудрую тетюшку Сову, чтобы она научила детишек дружить.

Нашли звери в лесу подходящую полянку, где малыши могли бы вместе играть, сделали загородку, поставили кровати и столики, принесли побольше игрушек и привели туда своих малышей. Одни зверята, как только увидели новые игрушки, с мамами попрощались и побежали играть. А Зайчишка маленький испугался, прижался к мамочке и отойти от неё боится. Малышей много, все бегают, играют, а маленький Зайка все стоит и стоит возле мамы.

Увидела это тетюшка Сова, но не стала Заиньку ругать, а разрешила ему в первый день побыть в садике вместе с мамой. Зайчишка к маме на ручки залез и оттуда смотрел, чем другие занимаются. Тут Мышонок захотел в мячик поиграть, а как одному-то? Стал Мышонок Заиньке мячик катать, а Заинька взял мячик и Мышонку покатил. Видит мама-зайчиха, что подружались детки, играют вместе, мячик катают и смеются. «Ну, малыш, пора уходить!» — через какое-то время сказала мама-зайчиха. «Нет, мам, я лучше здесь поиграю, а потом ты за мной придешь».

Договорились, что в первый день мамы заберут малышей после обеда. Вот зверята поиграли, погуляли и сели за стол обедать. Зайка быстро свой обед схрумкал, а медвежонок сидит и ждет, кто его с ложечки покормит. Подошла к нему тетушка Сова, показала, как ложку держать, и стал Мишутка потихоньку сам кашу есть. Лапки у него неловкие, но старается медвежонок, пыхтит! «Я, — говорит, — теперь и дома буду сам есть! Ведь я уже большой!».

После обеда малыши отнесли посуду и стали собираться домой. За Заинькой бабушка пришла, за Лисенком — папа, за Мишуткой — мама-Медведица. Все детишки разошлись очень довольные. Некоторые даже уходить не хотели, но тетушка Сова сказала, что на ночь детский сад закрывается, и сейчас каждый пойдёт к себе домой, а завтра утром они снова встретятся и будут вместе играть.

С тех пор в лесу так и повелось: самые маленькие сидели по норкам с мамами, а те, кто постарше, приходили к тетушке Сове в детский садик. У каждого малыша там был свой шкафчик для одежды и своя кроватка, где кроха спал после обеда. По вечерам мамы забирали детишек домой, а садик на ночь закрывался.

Как работать со сказкой:

Сыграть в эту сказку с игрушками.

Рассказать, как сами ходили в детский сад (чем любили заниматься в детском саду, любимые игры и занятия в детском саду, с кем дружили).

Рассмотреть с ребенком свои детские фотографии, в детском саду.

СКАЗКА №4

Как Марина в садик ходила

Жила — была на белом свете девочка Марина. Было Марине три годика, и она ужасно не любила ходить в детский садик. Каждое утро просила она родителей разрешить ей остаться дома. Родители очень расстраивались от таких слов дочери. И вот однажды мама разрешила Марине остаться дома. День дома тянулся как-то необычно долго. Девочка слонялась из угла в угол, играть с игрушками ей надоело, от телевизора она устала, а упрашивать маму поиграть с ней или сходить погулять, ей не хотелось. И следующим утром Марина согласилась пойти в сад.

Когда она зашла в группу все дети закричали:

— Ура! Марина пришла! Почему тебя вчера не было? Мы всей группой ходили в цирк! На весёлое представление! Было так здорово!

Обидно стало Марине: ведь ей так грустно было дома, когда ее друзья были в цирке.

Долго ли, коротко ли ходила Марина в садик, а стала упрячиться снова. И на этот раз мама разрешила дочке остаться дома. И снова тянулся день, и казалось девочке, что он никогда не закончится.

На другой день Марина вернулась в садик. Ребята вокруг снова обсуждали что-то интересное.

— Марина! Мы всей группой ездили на детскую железную дорогу и там катались на поезде... а потом гуляли по парку!.. а в парке встретили белочку!... а в детском поезде есть удобные столики... а ребята-проводники рассказали веселую историю... а поездом управлял тоже мальчик, ему всего 13 лет!... — захлеб рассказывали ребята.

До слёз стало обидно девочке: как же так, опять вся группа радовалась и обсуждала интересное событие, а до Марины никому не было дела...

День за днем Марина снова ходила в садик. Долго ли, коротко ли, только вновь Марина маму упрашивает: «Мамочка, можно я дома на денечек останусь?»

— Оставайся, — ответила мама, — но помни, что это было твое решение.

Когда Марина через день снова появилась в группе, то увидела, что на полочке стоят очень красивые фигурки из пластилина — и зайчик там, и лисичка, и медвежонок!..

— Ой, красота-то какая!!! — восхищенно застыла Марина.

— Смотри, Марина, этого зайчика я сама слепила! — сказала девочке подруга Оксана, указывая на того самого зайчика, который так понравился Марине, — к нам вчера специальный учитель приходил и показывал, как это сделать! А этого медвежонок Андрюшка слепил, вон ту лисичку — Танюша. Не выдержала Марина — заплакала: «Ну почему же я всегда все самое интересное пропускаю!? Не буду больше садик пропускать!»

С этого самого дня Марина всегда ходила в детский садик, и даже если болела, то всегда старалась скорее вылечиться, чтобы не пропустить чего-нибудь интересного.

СКАЗКА №5

Сказкотерапия для детей, переживающих период адаптации к детскому саду, поможет справиться со стрессом. Поэтому прочитайте ребенку сказку про мальчика Славика, который не хотел ходить в детский садик. Дети идентифицируют себя с главными героями сказок, поэтому слушая истории о ребятах, похожих на них, им легче бороться со своими страхами и переживаниями. Поэтому если Вы читаете сказку дочке, то замените главного героя на девочку (например, Соню), а железную дорогу на домик для кукол.

Жил-был маленький мальчик Славик. Славик жил с мамой и папой. Мама и папа его очень любили, играли с ним, кормили его, читали ему книжки и рассказывали сказки. Больше всего на свете Славик любил играть в игрушки! У него были машинки, кубики, мячики и даже цветная бумага и пластилин! Но Славик всегда хотел иметь железную дорогу. Таковую, по которой ездят поезда. Только Славик был маленький и не знал, как рассказать родителям про железную дорогу. Приходилось играть в машинки и кубики! И Славик это с удовольствием делал.

Однажды утром, Славика разбудил папа и позвал его на кухню. На кухне мама готовила завтрак. У Славика в тарелке лежала каша (которую он не очень-то любил) и ягоды из варенья (которым он очень даже любил лакомиться). Славик начал возить по тарелке ложкой — получались красивые разводы. Но родители не дали Славiku полюбоваться на получающуюся красоту. «Сегодня нужно поторопиться», — сказала мама. «Ты сегодня идешь в детский сад!», — объявил торжественно папа. Славик не хотел идти в детский сад. Во-первых, он не знал, что это такое... Во-вторых,

сегодня его ждали его игрушки. Он хотел построить домик из кубиков, покатать все свои игрушки на машинках, раскрасить картинку, которую он начал рисовать на обоях рядом с батареей. Но родители не хотели ничего слушать: «Нам надо на работу! Не останешься же ты дома один?».

Славика причесали и одели. Хотя Славик и так умел сам одеваться. Было обидно. Неужели его теперь всегда будут одевать взрослые? По дороге в садик папа объяснял Славику, что в садике будет тетя-воспитательница, а также другие ребята и много игрушек. В детском саду Славику не понравилось. Комнатка была маленькая, в ней стояли шкафчики с картинками, детей не было, и игрушек тоже! Однако на встречу вышла воспитательница: «Здравствуй, Славик! Меня зовут Ирина Ивановна. Я тебя ждала. Вот твой шкафчик, раздевайся скорее!». Мама раздела Славика. Славик опять удивился: он же может это делать САМ! Потом мама сказала: «Ну, все, Славик! Теперь мы с папой уходим на работу, а ты останешься здесь. Мы за тобой вернемся вечером. Не скучай!». Тут Славик понял, что он не хочет оставаться без мамы и папы в детском саду. Кроме того, он не хочет оставаться здесь до самого вечера с Ириной Ивановной. Что он будет делать? Все его игрушки остались дома! Славик понял, что он будет очень-очень скучать, и решил дать понять это родителям. Славик заплакал! Ну, да! Мальчики не плачут. Но в таких ситуациях кто угодно заплакал бы! Мама и папа испугались. Славик посмотрел на них и увидел, что если он заплачет громче, они его заберут домой. Славик набрал полную грудь воздуха и приготовился выдать «Ааа!!! Не пойдуууу!!! Не хочуууу!!! Мамааа!!! Хочу к тебеееее!!!». Но тут в комнатку вбежали девочка и мальчик. Они играли в большой красный мяч. Славик заглянул в комнату, из которой они выбежали, и увидел там еще ребят. И еще он увидел много игрушек. Славику стало интересно.

Он забыл на время про маму и папу и пошел исследовать новую комнату. Там были столики, стульчики, кубики, книжки, куклы, мягкие мишки и зайки, а посередине комнаты... Посередине комнаты стояла большая железная дорога. И мальчики возили по ней паровозики! Славик подбежал к мальчикам. А Ирина Ивановна дала ему маленький паровозик и предложила поиграть с ребятами. Конечно, Славик с радостью согласился! Ту-ту! Паровозик едет! Едет в дальние края! А за ним — паровозик Максимки и паровозик Юры. Славик нашел себе новых друзей! Они поиграли в паровозики, потом поели опять кашу, потом пошли гулять и на прогулке построили из песка гараж! А когда за Славиком пришли мама и папа, Ирина Ивановна читала всем ребятам интересную историю про маленького мальчика, который не хотел идти в детский сад. И этого мальчика тоже звали Славиком!

Обсудите с ребенком, что ему запомнилось из сказки.

Что ему понравилось?

Что не понравилось?

Пусть малыш придумает, как разворачивались события на следующий день.

Хотел ли Славик в детский сад?

Что он там делал?

Зайка Развивайка: vk.com/zaykinaskazka