**Адаптация ребёнка к детскому саду.**

Успешность адаптации ребёнка к детскому саду на 50% зависти от персонала ДОУ, на 30% - от поведения родителей, и на 20% - от особенностей ребёнка.

Успешные воспитатели считают, что при правильном подходе к детскому саду могут адаптироваться 98% детей. Психологи более скептичны: они считают, что только треть детей хорошо приспосабливаются к детскому саду. И всё же мне ближе точка зрения воспитателей.

**Обязательно ли отдавать ребёнка в детский сад?**

Хотя детский сад приравнен в настоящее время к начальной ступени образования, его посещение не является обязательным. Всё более популярным становится исключительно семейное воспитание. Мать может дать ребёнку не меньше, а даже больше, чем ДОУ, при соблюдении рядя условий:

1. в семье 2 и более детей, близких по возрасту;
2. мать может обеспечить регулярное общение вне круга семьи с другими детьми (желательно поменьше вмешиваться в него);
3. мать может обеспечить адекватное интеллектуальное развитие ребёнка, подготовить его к школе.

Увы, на практике часто встречаются дети, просидевшие до школы дома с мамой или бабушкой, не умеющие общаться или не готовые к школе, а то и вовсе педагогически запущенные. Поэтому помните, что вы не просто «сидите» с ребёнком дома. Если вам это «сидение» к тому же не доставляет никакого удовольствия, лучше отдайте ребёнка в хороший детский сад.

**В каком возрасте лучше всего отдавать ребёнка в детский сад?**

На мой взгляд, в возрасте от 2 до 4 лет, индивидуально.

Ребёнок до 1,5-2 лет очень зависит от матери и не испытывает большой потребности в общении со сверстниками, а вот в общении со взрослыми – совсем наоборот. В этом возрасте плохо развиты навыки самообслуживания. Часто дети ещё не умеют словесно выражать свои желания, сообщать о своём самочувствии. Другой ребёнок может быть для них предметом для экспериментов, они не вполне ещё осознают, что перед ними живой человек, похожий на них. Но главное не это. Психологи считают, что при раннем помещении ребёнка в дошкольное учреждение может нарушиться связь между матерью и ребёнком, так как самые насущные потребности ребёнка удовлетворяет другой человек, а то и разные люди. Малыш нуждается в общении с мамой как с личностью. Маленькие дети вообще нуждаются в более тесном контакте со взрослыми, чтобы научиться у них самым разнообразным вещам, например речи, самообслуживанию и т. д. Друг у друга они в этом возрасте этому не научатся.

До 2 лет ребёнка можно отдавать в ясли только при исключительных обстоятельствах. Но если обстоятельства так сложились, лучше себя в этом не винить. Ребёнку нужна не просто мама, а мама спокойная, уверенная в завтрашнем дне, расположенная к общению с ребёнком.

Отдавать ребёнка младше 2 лет в садик для того, чтобы он общался с другими детьми совсем не нужно! Лучше подождать до 2-3 лет, если есть такая возможность.

Спорным остаётся вопрос, можно ли отдавать ребёнка в сад в разгар «кризиса 3 лет». Ребёнок в этом случае получит свои преимущества: в садике его тяга к самостоятельности вполне реализуется. Но родители переживут много неприятных минут и часов, если протестное поведение ребёнка распространиться на посещение сада (иногда только на сборы в детский сад). Если на проявление кризиса неадекватно отреагируют и воспитатели, протест распространится и на них, тогда ситуация станет действительно сложной. Однако начало кризиса 3 лет трудно предугадать (сейчас он чаще начинается в 2,5, но может начаться и в 3,5), а запись в сады производится задолго до начала посещения, поэтому сделать здесь что-либо сложно. Если договориться со всеми участниками конфликта не удаётся, в крайнем случае можно забрать ребёнка из детского сада.

Некоторые дети «дозревают» до общения со сверстниками только к 5 годам. Я ничего плохого не вижу в том, чтобы отдать ребёнка в ДОУ за 1-2 года до поступления в школу. Но детям 5 лет и старше бывает трудно влиться в сложившийся коллектив. Так что надо, по возможности, подыскать им коллектив вновь созданный, где не все дети знакомы друг с другом.

**Как и когда надо начинать готовить детей к детскому саду?**

«Готовить ребёнка к детскому саду надо с рождения».

Меня кажется очень унылой теория, по которой ребёнка надо постоянно к чему-то готовить. Родился - готовим его к детскому саду, в детском саду готовим к школе, в школе чуть ли не с первого класса готовим к ЕГЭ и поступлению в институт. Ребёнок будто бы и не живёт, а только готовится жить. «Ребёнка как бы ещё нет. Он как бы ещё будет» (Я. Корчак, «Как любить ребёнка»).

На самом деле «подготовка с рождения» заключается в том, чтобы не воспитывать ребёнка в стиле «пуп земли», иначе ему трудно будет с другими людьми, и не только в детском саду.

Есть точка зрения, что ребёнка к детскому саду можно вообще не готовить. Навыки самообслуживания, например, в саду вырабатываются за 2-3 месяца практически у всех. И в этом тоже есть доля здравого смысла. Если подготовка к саду заключается в том, что ребёнку ежедневно твердят: «Вот пойдёшь в детский сад, там тебя…», или: «Как же ты будешь в саду…», то такой подготовки лучше не надо. Поверьте, ребёнок растёт и меняется очень быстро. В 2 года его может вдруг «осенить», и он начнёт пользоваться горшком, хотя предыдущие попытки были бесплодны (но вы ведь провели предварительную работу, правда?).

Отсюда главное правило: к детскому саду должны быть готовы в первую очередь родители, а также бабушки и дедушки. Надо заранее постараться справиться со своими страхами и тревогами, принять мысль, что для ребёнка детский сад скорее благо, чем зло (а иначе зачем вообще его туда отдавать) и категорически не пугать ребёнка детским садом!

На мой взгляд, вот что можно сделать ещё. Советы из собственного опыта и литературных источников:

1. Постараться всё-таки привить доступные ребёнку по возрасту навыки самообслуживания.
2. Учить ребёнка сообщать о своих потребностях и выражать свои чувства.
3. Создать возможность общаться со сверстниками.

Ещё можно, в идеале, за 2-3 месяца до посещения сада:

1. Познакомить ребёнка с территорией детского сада, его помещениями, воспитателями, хоть по фотографиям.
2. Познакомится с кем-то из детей, кто будет посещать вашу группу.
3. Поиграть в детский сад, рассказать о том, что там будет происходить.
4. Научить в игре разрешать различные конфликтные ситуации, которые могут произойти в детском саду.
5. Говорить о садике в положительном ключе, чтобы ребёнку захотелось туда идти.
6. Приучить ребёнка к блюдам, которые готовят в детском саду (если ваш ребёнок – консерватор, а то есть дети, которые, наоборот, охотно пробуют новое).

За месяц до посещения сада:

1. Закончить курс прививок, если они не были сделаны раньше, провести оздоровительные процедуры, витаминотерапию.
2. Скорректировать режим дня так, чтобы он был максимально приближен к садиковскому.

**Программы адаптации.**

Лучшая из найденных мной программа адаптации выглядит так:

1. Первую неделю мама приводит ребёнка только на прогулку на 1,5 -2 часа.
2. Затем мама присутствует 1-5 дней вместе с ребёнком в группе и уходит с ним после прогулки или после обеда.
3. Следующую неделю оставляет ребёнка в садике на 2-3 часа одного.
4. Следующую неделю забирает ребёнка после обеда.
5. Рекомендуется ещё несколько недель забирать ребёнка после обеда.

Жаль, но большинство детских садов реализуют лишь некоторые пункты из этой программы. Но и это хорошо. Точно не рекомендуется отводить ребёнка сразу на целый день. Этим можно нанести ему серьёзную психологическую травму.

Есть детские сады, открывшие группы адаптации для малышей, работающие за несколько месяцев до поступления ребёнка в детский сад, неполный день, нередко – вместе с родителями. Это тоже хороший вариант.

Для успешной адаптации детей наиболее важно доброжелательное отношение к ним воспитателей. Они должны обладать качествами «второй мамы», не боятся ласки, физического контакта с ребёнком. Сердечность с маленькими детьми важнее дисциплины.

Одним из важных критериев хорошего детского сада является полнота удовлетворения потребностей ребёнка. Наиболее важные потребности в ясельном возрасте – потребность в безопасности и потребность в общении со значимым взрослым.

**А бывают ли «несадиковские» дети?** Наверное, да, те самые 2%.

Во-первых, это дети с серьёзными отклонениями здоровья. Просто часто болеющие дети к ним не относятся. При поступлении в детский сад часто болеть начинают почти все дети. Причём те, кто не ходил в детский сад совсем, начинает часто болеть в первом классе. Что поделать, мы живём в постоянном контакте с зловредными микробами и вирусами, и нужно время, чтобы выработать против них относительно надёжные защиты.

Некоторым детям с особыми потребностями (аутизм, например), лучше тоже до поры до времени находиться дома. А вот детям с интеллектуальными и речевыми нарушениями лучше в специализированном детском саду. Если же в поблизости нет подходящего учреждения для вашего особого ребёнка, лучше найти специалиста, разработать программу его домашнего воспитания, и воспитывать ребёнка дома. Инклюзивное образование у нас ещё слабо приживается.

Гиперактивность не является противопоказанием для посещения детского сада. Гиперактивный ребёнок дома и маму с ума сведёт, и социальные навыки не приобретёт. Другое дело, что пребывание гиперактивного ребёнка в детском саду надо дозировать по времени. Детское общество действует на гиперактивных детей возбуждающе.

Стеснительные, замкнутые дети. А вот им посещение детского сада полезно! Только особое внимание надо обратить на личностные качества воспитателей. Общение с шумными и авторитарными людьми не пойдёт такому ребёнку на пользу.

Одарённые дети. Если вам кажется, что детский сад не способствует развитию вашего талантливого ребёнка, а тормозит его, то заберите его домой и найдите ему подходящую развивающую студию. Только продумайте, где ваш ребёнок будет общаться с себе подобными. Впрочем, многим талантливым детям неплохо и в детском саду, если там дают возможность реализоваться их способностям.

А теперь о тех детях, которые в детском саду много плачут, и не первые две недели, но гораздо дольше. По наблюдениям, это, во-первых, дети тревожных матерей, во-вторых, дети с ненадёжным типом привязанности. Дело в том, что дети, которых много ласкали, носили на ручках, но в то же время отпускали, чтобы они могли самостоятельно исследовать мир, при этом не пугаясь каждого их самостоятельного действия, привыкают к детскому саду лучше. И не важно, что до 2 лет они буквально держались за мамину юбку. Это поведение ни о чём не говорит. Для того, чтобы отделиться от мамы, ребёнок должен сначала насытиться общением с ней. А тем, которые много плачут… им чего-то не хватает. Мамы, наверное.

И ещё о некоторых факторах, влияющих на адаптацию. Часто адаптация срывается (ребёнок начинает слишком часто болеть или активно протестовать против посещения детского сада), если в семье недавно родился ещё один ребёнок. И в других случаях, когда мама по каким-то причинам сидит дома, и ребёнок об этом знает, он может отказаться ходить в детский сад. Что ж, это его право… Делайте выводы.

Список литературы (немного, но лучшее из того, что мне попалось).

1. Иванова Е. Л., Гусева Н. А. Не хочу в детский сад! Санкт-Петербург, «Азбука-классика», 2008.
2. Адаптация ребёнка к детскому саду. Советы педагогам и родителям. Санкт-Петербург, «Речь», 2010.
3. Лапина И. В. Адаптация детей при поступлении в детский сад. Программа, психолого-педагогическое сопровождение, комплексные занятия. Волгоград, «Учитель», 2009.