Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №227» г. Перми

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом Заведующий МАДОУ

МАДОУ «Детский сад №227» МАДОУ «Детский сад №227»

г. Перми г. Перми

Протокол №21 от 31.08.2020г. Приказ№190 от 01.09.2020г.

Программа адаптации детей раннего возраста

к условиям ДОУ

2020-2021 год

Пермь

**Содержание**

1. [Целевой раздел 1](#_TOC_250012)
   1. [Пояснительная записка 1](#_TOC_250011)
   2. [Цели и задачи программы 4](#_TOC_250010)
   3. Особенности адаптационного периода 5
   4. [Подходы к реализации программы 6](#_TOC_250009)
   5. [Особенности адаптационного периода 7](#_TOC_250008)
   6. Планируемые результаты освоения программы 9
   7. [Планируемые результаты освоения программы 10](#_TOC_250007)
2. [Содержательный раздел… 11](#_TOC_250006)
   1. Успешность организации адаптационного периода 11
3. [Организационный раздел… 14](#_TOC_250005)
   1. Реализация этапов адаптационного периода 14
   2. [Диагностика 15](#_TOC_250004)
   3. [Предметно-развивающая среда 17](#_TOC_250003)
   4. [Критерии оценки эффективности программы… 18](#_TOC_250002)

[Приложение 20](#_TOC_250001)

[Используемая литература 48](#_TOC_250000)

# Целевой раздел

## Пояснительная записка

Сведения, полученные в работах Э. Эриксона, Л. С. Выготского, А. Фрейд, К. Хорни, подчеркивают важность правильного воспитания детей с раннего возраста и гуманного к ним отношения. Чтобы формировать такое отношение, воспитывающим взрослым нужно знать особенности тяжелого периода в этом возрасте – особенности адаптации.

В период адаптации у ребёнка происходит перестройка ранее сформированных привычек и уклада жизни. Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс, проявления которого у ребенка разнообразны: отказ от еды, сна, общения с окружающими, уход в себя, плач, болезни.

Не стоит рассматривать адаптацию как односторонний процесс, то есть привыкание малыша к детскому саду. Целесообразно учитывать 3 стороны: родители, воспитатели, дети, так как адаптируется каждый из этих сторон.

Но все же общая задача педагогов и родителей – помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада.

Совместная подготовка ребенка к посещению детского сада залог успешной адаптации. Адаптация является активным процессом, который приводит или к позитивным, или к негативным результатам. Позитивный результат – адаптированность, то есть совокупность всех полезных изменений организма и психики; негативный – стресс. Адаптивные возможности ребенка ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушением или замедлению темпа психофизического развития.

Построение целостной модели адаптационного периода обуславливает успешность вхождения ребенка в детский сад.

## Цели и задачи программы

**Цель:** создание условий, облегчающих адаптационный период при поступлении ребенка в дошкольное учреждение путем взаимодействия детского сада и семьи.

### Задачи:

1. Помощь детям раннего возраста преодолеть стрессовые состояния в период адаптации к дошкольному учреждению.
2. Внедрить эффективные формы и методы сотрудничества с родителями, способствующие повышению информационной культуры в практику психолого-педагогического партнерства.
3. Привлечь внимание сотрудников дошкольного образовательного учреждения к проблеме организации адаптации детей раннего возраста через повышение информационной компетентности.
4. Познакомить семьи будущих воспитанников друг с другом, с коллективом, с оснащением и оборудованием детского сада.
   1. **Принципы и подходы к формированию программы**

Концептуальной основой программы являются следующие принципы:

### Принцип гуманизма как основополагающий.

Предполагает отношение к ребенку как к безусловной ценности. Принимая во внимание, что приход ребенка в дошкольное учреждение – ситуация стрессовая, необходимым является проявление максимума терпения, чуткости и доброжелательности со стороны взрослых. Требования должны быть посильными и развивающими.

### Принцип природосообразности и индивидуализации.

Предполагает учет возрастных и индивидуальных особенностей детей при организации процесса адаптации: учет индивидуального опыта поведения и общения, потребностей, привычек и т.д. Взрослые выстраивают линию взаимодействия с ребенком, двигаясь, прежде всего, от ребенка.

### Принцип развития.

Предполагает, что смысл адаптационного процесса состоит не в том, чтобы приспособить ребенка к включению в процесс решения дидактических задач, а в том, чтобы в ходе игрового взаимодействия ребенка со взрослым помочь ему в выработке нового способа жизнедеятельности, перестроить его активность в соответствии с условиями воспитания и коллективного обучения, тем самым оказав развивающее влияние на его психику. Таким образом, приспособительной концепции адаптации противостоит конструирующая концепция.

### Принцип индивидуального подхода в создании специальных условий для деятельности и общения с ребенком.

Предполагает, что взрослые овладевают методами и приемами психолого- педагогического воздействия в зависимости от характера поведения ребенка. **Принцип взаимодействия семьи и дошкольного учреждения.**

Акцентирует внимание на повышении роли семейного воспитания в развитии и воспитания ребенка, установлении партнерских отношений «семья - дошкольное учреждение».

## Подходы к реализации программы

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию и в соответствии с общеобразовательной программой дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детского сада № 26 «Василек» станицы Советской муниципального образования Новокубанский район, разработанной на основе примерной образовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, а также в соответствие со следующими нормативными документами:

Закон Российской Федерации №3266-1 от 10.06.92 (в. редакции Федерального Закона от 13.01.96 №12-ФЗ) "Об образовании" (статьи 53, 54, 55, 56).

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155).

"Конвенция о правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).

Приказ Минтруда России от 24.07.2015 N 514н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог-психолог (психолог в сфере образования)" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.08.2015 N 38575).

Письмо Министерства образования РФ от 1.03.99. №3 «Об использовании рабочего времени педагога-психолога образовательного учреждения».

Решение коллегии Министерства образования РФ от 29.03.95 №7/1 "О состоянии и перспективах развития службы практической психологии образования в РФ".

Приказ Минобразования РФ от 22.10.1999 N 636 "Об утверждении Положения о службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации".

СанПиН от 22.июля 2010г.№ 91 от 20.12. 2010.№164.

Письмо Министерства образования Российской федерации от 27.03.2000

№27/901-6 о психолого-медико-педагогическом консилиуме (ПМПк) образовательного учреждения.

## Особенности адаптационного периода

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупленность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс).

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса: острая фаза или период дезадаптации, подострая фаза или собственно адаптация, фаза компенсации или период адаптированности.

* + 1. Острая фаза – у детей отмечаются стойкие нарушения

поведения: они прячутся в укромный уголок и сидят в раздевальной комнате, зовут маму, много плачут, плохо спят, отказываются от еды. В первые дни бурно реагируют на уход родителей, проявляют агрессию к сверстникам, потом становятся вялыми и пассивными. Такие дети, как правило, заболевают ОРВИ в первые 10 дней после поступления в дошкольное учреждение, болеют повторно и с осложнениями. Период адаптации задерживается до 2 – 3 месяцев, иногда дольше. Часть детей с тяжелой адаптацией не болеют, но несмотря на это, у них длительно отмечается неадекватное поведение, некоторые даже перестают говорить. В таких случаях родителям следует повременить с поступлением ребенка в дошкольное учреждение, пока он не окрепнет, а его нервная система не станет более зрелой.

* + 1. Подострая фаза – эмоциональное состояние, аппетит и сон нормализуются медленнее. Кроме того, в первый месяц после поступления многие дети заболевают острой респираторной вирусной инфекцией (ОРВИ), которая длится не более 7, 10 дней и проходит без осложнений.
    2. Фаза компенсации – наблюдается временное ухудшение эмоционального состояния. Малыш плохо спит, теряет аппетит, капризничает, отказывается от игр. Однако все эти явления проходят в течение месяца, иногда и раньше – 2, 3 недели.

Характер адаптации зависит от нескольких факторов:

1. Возраста (желательно, чтобы начало посещения детского сада не пришлось на эпикризные сроки: 1г.6 мес., 1г. 9 мес., 2г. 3 мес., 2г. 6 мес., 2г.9мес, и 3 года.).
2. Состояния здоровья и уровня развития ребенка.
3. Биологического и социального анамнеза (протекание беременности матери, осложнения при родах; условия обеспеченные ребенку после рождения – режим дня, питания, игры и т.п.; заболевания в течение первых трех месяцев жизни и др.)

В период адаптации ребенок особенно уязвим, не имеет механизмов психологической защиты, не только не может сам удовлетворить свои нужды, но даже понять их.

* 1. **Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста (1,5 - 3 года)**

На втором году жизни ведущей деятельностью детей является предметная деятельность, в процессе которой ребенок осваивает культурные способы обращения с предметами окружающего мира. Для ребенка этого возраста характерна ярко выраженная познавательная активность, которая проявляется в любознательности, неуемном исследовательском стремлении, в сосредоточенности на действиях с предметами. Предметная деятельность протекает в форме как самостоятельных действий с предметами, так и совместной деятельности, сотрудничестве с взрослым. Неотъемлемой частью такого сотрудничества является ситуативно-деловое общение, которое обслуживает практическую деятельность ребенка.

В общении с взрослыми ребенок приобретает опыт практического взаимодействия с разными людьми. Ребенок чрезвычайно чувствителен к обращениям, охотно откликается на их инициативу. В то же время малыш и сам проявляет ярко выраженную инициативность, вовлекая взрослых в свои занятия, стремится продлить деловые контакты. В этом возрасте ребенок доверчиво относится не только к близким, но и к посторонним взрослым, с удовольствием предлагает им свои игрушки, охотно выполняет просьбы, способен налаживать совместную деятельность с ними.

Ребенок раннего возраста очень чувствителен к оценке взрослого. Похвала вызывает радость, стимулирует активность малыша, улучшает его отношение к взрослому, усиливает доверие к нему. Порицание, с одной стороны, огорчает ребенка, иногда даже ведет к прекращению деятельности, с другой усиливает поиск оценки, что способствует уточнению способов действий с предметами.

На втором году жизни ребенок использует достаточно богатый репертуар коммуникативных средств. К ним относятся экспрессивно-мимические средства, в том числе выразительные жесты (ребенок смотрит взрослому в глаза, улыбается, смеется или сердится, принимает позу, выражающую просьбу взять его на руки, показывает на предметы); предметные действия, такие, как вкладывание игрушки в руку взрослого, обмен игрушками, совместные действия; предречевые вокализации. Основной характеристикой речи на этом этапе остается понимание ребенком речи взрослых.

К концу раннего детства для ребенка становится значимым не только процесс действия, но и его результат. С середины третьего года жизни ребенок ставит цели, достижение которых соответствует значимому, общепринятому

## Планируемые результаты освоения программы

* + 1. Преодоление стрессового состояния в период адаптации к ДОУ.
    2. Изменение профессиональной позиции педагогов в плане взаимодействия с воспитанниками.
    3. Повышение психолого-педагогической компетенции родителей, формирование представлений о значимых факторах облегчения периода адаптации.
    4. Наличие у детей положительных эмоциональных отношений со сверстниками и взрослыми, положительного эмоционального настроя в группе.
    5. Повышение навыков совместной игры, предметного взаимодействия, уровня развития культурно-гигиенических навыков.
    6. Снижение уровня импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии в процессе общения.

# 2. Содержательный раздел

* 1. **Успешность организации адаптационного периода** при поступлении ребенка в дошкольное учреждение так же подразумевает последовательность ее этапов.

**Первый этап** – прогноз адаптации.

**Второй этап** – взаимодействие педагога психолога с воспитателями группы раннего возраста в виде лекций-консультаций.

**Третий этап** – дети вместе с родителями посещают адаптационную группу. **Четвертый этап** – малыши переходят на обычный режим в соответствии, а алгоритмом постепенного вхождения в детский сад.

**Пятый этап** – проведение занятий по адаптации с детским коллективом.

**Прогноз адаптации** – это первая встреча с мамой и малышом:

* осуществляется прямой контакт с ребенком, в процессе которого наблюдаются такие параметры, определяющие успешность адаптации, как общий эмоциональный фон малыша, взаимоотношение с незнакомым взрослым, а также уровень развития предметной деятельности;
* выявляются умения и навыки ребенка, облегчающие адаптационный период, через анкетирование родителя. *Приложение 1*

Данная встреча помогает определить степень тяжести адаптации малыша и сориентировать воспитывающих взрослых на ожидаемый результат.

Виды заданий для малыша:

* + 1. Собери и разбери пирамидку.
    2. Лови и бросай мяч.
    3. Поставь кубик на кубик.
    4. Покажи части тела на игрушке и на себе: глазки, носик, ротик, ушки, ручки, ножки и т.д.

**Лекция – консультация.** Прежде чем начинать непосредственную работу с детьми по облегчению адаптационного периода, требуется провести предварительную работу в воспитывающими взрослыми, и в первую очередь

– с педагогами, так как именно они в это сложное время для малыша, привыкающего к новой обстановке, находятся в тесной связи с родителями и детьми.

«Адаптация детей при поступлении в детский сад» И. В. Лапина. Издательство «Учитель» стр. 15-26. *Приложение 2*

### Семейная адаптационная группа.

**Цель:** облегчение адаптационного периода у детей раннего возраста через создание эмоционально комфортных условий пребывания в детском саду и предотвращении причин психосоматических заболеваний.

### Задачи:

* познакомить семьи будущих воспитанников друг с другом, с коллективом, с оснащением и оборудованием детского сада
* формировать у детей положительные эмоциональные отношения с взрослыми и сверстниками;
* развивать у детей навык совместной игры, предметного взаимодействия;
* формировать у родителей представление о знакомых факторах облегчения периода адаптации.

Совместные встречи с родителями и детьми проходят два раза в неделю. Продолжительность каждой 1 - 1 ч 20 мин. Встречи в семейной адаптационной группе представлены в авторской адаптационной программе

«В детский сад с мамой». Программа состоит из 10 встреч.

«Адаптация детей при поступлении в детский сад» И. В. Лапина. Издательство «Учитель» стр. 28-59. *Приложение 3*

После совместных занятий с мамами малыши начинают посещать группу раннего возраста в соответствии с **алгоритмом постепенного вхождения в детский сад.** Этот алгоритм состоит из семи шагов. Каждый шаг алгоритма индивидуально протекает в зависимости от степени тяжести адаптации ребенка.

### Алгоритм постепенного вхождения ребенка в детский сад.

1. **й шаг** – приход ребенка вместе с родителями только на прогулку;
2. **й шаг** – приход ребенка вместе с родителями в группу во время свободной игровой деятельности;
3. **й шаг** – ребенок остается один на 1-2 часа во время прогулки либо во время свободной игровой деятельности;
4. **й шаг** – ребенок завтракает в присутствии родителей и остается один на 2- 3 часа;
5. **й шаг** – ребенок остается один с завтрака до обеда;
6. **й шаг** – ребенок остается на сон. Но сразу после сна его забирают родители;
7. **й шаг** – ребенок остается один на целый день.

Последовательность в реализации всех этапов алгоритма – залог успешного вхождение малыша в детский сад. Совместная деятельность

специалистов детского сада и малыша должна быть направлена на снятие психоэмоционального напряжения. Необходимо организовывать совместную деятельность из множества методов и приемов.

«Адаптация детей при поступлении в детский сад» И. В. Лапина. Издательство «Учитель» стр. 83-95

Переход на следующий шаг алгоритма вхождения осуществляется только после успешного преодоления ребенком предыдущего. Длительность этапа зависит от степени тяжести адаптации.

Когда все дети вошли в группу с обычным режимом, проводятся занятия по **адаптации с детским коллективом.**

### Задачи:

* помочь детям раннего возраста преодолеть стрессовые состояния в период адаптации к детскому саду;
* создать положительный эмоциональный настрой в группе;
* снизить импульсивность, излишнюю двигательную активность, тревогу, агрессию.
* развивать игровые навыки, стремление сопереживать, помогать поддерживать друг друга. *Приложение 4*

Каждое занятие проводится в 2-3 этапа. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие, варьируется педагогом. Он может сократить занятие, чтобы избежать переутомления детей, изменить последовательность частей в соответствии с настроением детей и т. п.

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 2 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется по 4-5 раз.

А.С. Роньжена «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению» (М., 2008).

# 3. Организационный раздел

* 1. **Реализация этапов адаптационного периода при поступлении ребенка в дошкольное учреждение**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы | Содержание | Субъекты взаимодейст  вия | Сроки |
| Прогноз адаптации | Определение степени тяжести адаптации малыша и ориентирование воспитывающих взрослых на ожидаемый результат, через наблюдение за параметрами, определяющими успешность адаптации, а также выявление умений и навыков ребёнка, облегчающих адаптированный период в процессе анкетирования  родителей. | Психолог- родитель- ребенок | Сентябрь |
| Лекция- консульта- ция | Помощь воспитателям в структуировании своих знаний по облегчению адаптивного периода, получение новой информации, нахождение ответов на возникающие вопросы, частичном  опробировании различных  приемов. | Психолог- педагог | Сентябрь |
| Семейная Адаптацион- ная группа | Создание эмоционально комфортных условий пребывания в детском саду и предотвращение причин психосамотических заболеваний через организацию совместных  встреч. | Психолог- педагог- ребенок | Октябрь |
| Алгоритм постепенного  вхождения в | Вход ребенка в группу с обычным режимом без резкого  болезненного отрыва от семьи, | Психолог- педагог-  ребенок | Октябрь- декабрь |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| детский сад | учитывая особенности развития ребенка, степень тяжести  адаптации. |  |  |
| Занятия по адаптации с детским коллективом | Помощь детям раннего возраста в преодолении стрессовых состояний в период адаптации к детскому саду; создание положительного эмоционального настроя в группе; снижения импульсивности, тревожности, агрессии; развитие игровых навыков, стремление сопереживать, помогать  поддерживать друг друга. | Психолог- педагог- ребенок | Ноябрь- апрель |
| Диагностика уровня адаптированно сти ребенка к дошкольному учреждению. | Диагностика направлена на выявления уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению. | Психолог- педагог- ребенок | Март |
| Психологическ ая диагностика Н.Н. Павлова,  Л.Г Руденко | Диагностика направленна на выявления уровня развития познавательных процессов у  детей раннего возраста. | Психолог- педагог- ребенок | Май |

## Диагностика

Диагностика проходит по трем направлениям:

* + 1. Характеристика родителями состояния своих детей в семье *(см. приложение 1).*
    2. Заполнение индивидуального листа адаптации ребенка *(см. приложение 5).*
    3. По окончании периода адаптации заполняется диагностика уровня адаптированности детей к дошкольному учреждению.

Собирается психолого-педагогический консилиум с расширенным составом. Туда входят старший воспитатель, педагог-психолог, медсестра, воспитатели групп раннего возраста и воспитатели других группа (по приглашению). На нем обсуждаются результаты проведенной работы в период адаптации, положительные моменты, анализируются итоги диагностики, корректируются планы по организации адаптации и намечается дальнейшая работа.

Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

## Предметно-развивающая среда

Главной задачей воспитания дошкольников являются создание у детей чувства эмоционального комфорта и психологической защищённости. В детском саду ребёнку важно чувствовать себя любимым и неповторимым. Поэтому важным является и среда, в которой проходит воспитательный процесс. Предметная развивающая среда — система материальных объектов и средств деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание развития его духовного и физического облика в соответствии с требованиями основной общеобразовательной программы дошкольного образования. При создании предметной развивающей среды необходимо руководствоваться следующими принципами:

* полифункциональности среды: предметная развивающая среда должна открывать множество возможностей, обеспечивать все составляющие образовательного процесса, и в этом смысле должна быть многофункциональной.
* трансформируемости среды, который связан с ее полифункциональностью – это возможность изменений, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства (в отличие от монофункционального зонирования, жестко закрепляющего функции за определенным пространством).
* вариативности, сообразно которому характеру современного образовательного процесса должен быть представлен рамочный (стержневой) проект предметной развивающей среды, конкретизирующие его модельные варианты для разных видов дошкольных образовательных учреждений как прототипы для конкретных вариантов среды, разрабатываемых уже самими педагогами-практиками.

Правильно организованная развивающая среда позволяет каждому малышу найти занятие по душе, поверить в свои силы и способности, научиться взаимодействовать с педагогами и со сверстниками, понимать и оценивать их чувства и поступки, а ведь именно это и лежит в основе развивающего обучения. Свободная деятельность детей помогает им самостоятельно осуществлять поиск, включаться в процесс исследования, а не получать готовые знания от педагога, это позволяет развивать такие качества, как любознательность инициативность, самостоятельность, способность к творческому самовыражению. При создании развивающего пространства в групповом помещении необходимо учитывать ведущую роль игровой деятельности.

Предметно - развивающая среда группы раннего возраста организуется по принципу небольших микропространств для того, чтобы избежать скученности детей и способствовать играм небольшими подгруппами по 2-4 человека. Игры, игрушки, пособия размещаются таким образом, чтобы не мешать свободному перемещению детей, не создавать «перекрещивание путей передвижения».

## Критерии оценки эффективности программы

Критерии оценки эффективности служат следующие показатели:

* + 1. Диагностика уровня адаптированности детей раннего возраста к дошкольному учреждению. *Приложение 6*

«Адаптация детей при поступлении в детский сад» И. В. Лапина. Издательство «Учитель» стр. 111-113

* + 1. Анкетирование родителей по степени осведомленности об особенностях адаптационного периода. *Приложение 1*
    2. Отзывы родителей по организации семейной адаптационной группы.

*Приложение 7*

*Приложение 1*

# Приложение

**Анкета для родителей**

### «Наличие у детей возможных навыков, облегчающих адаптационный период при поступлении в детский сад»

**Навыки самообслуживания.**

1. Самостоятельно ест ложкой, умеет пережёвывать пищу.
2. Перед едой моет руки.
3. Пользуется носовым платком, салфеткой во время приема пищи.
4. Своевременно просится на горшок.
5. Снимает расстёгнутые и развязанные части своей одежды, обувь (шапку, варежки, носки и т.д.), пытается одеваться без застегтвания.
6. Узнает свои вещи.
7. Совместно со взрослым складывает игрушки в ящик или пакет.

**Индивидуальные особенности.**

1. Любит когда читают книжки.
2. Рассматривает картинки.
3. Любит слушать музыку.
4. Любит рисовать, так как умеет.

**Навыки общения.**

1. Понимает обращенную к нему речь.
2. По просьбе взрослого может оказать помощь: подать полотенце, принести ложку.
3. Понимает слова «нельзя», «надо»
4. Любит играть с другими детьми, иногда пытается вступить в контакт.
5. Обладает положительным опытом общения с посторонними взрослыми.

**Игровая деятельность.**

1. Самостоятельно делает несложные постройки из кубиков.
2. Повторяет в игре за взрослыми увиденные действия.
3. Выполняет знакомые движения под музыку.
4. Играет с различными предметами, объединяя в одной игре два несложных действия (сажает в коляску и катает куклу).
5. Использует в игре предметы-заместители (кружок вместо тарелки, кусочек меха вместо кошки).

*Приложение 2*

**Лекция-консультация с педагогами**

**«Приёмы, облегчающие адаптацию детей к детскому саду»**

Уважаемые педагоги, рассмотрим с вами следующие вопросы:

* Адаптация, что это такое?
* Виды адаптации
* Приемы, облегчающие адаптацию
* Признаки того, что ребенок адаптировался.

### Адаптация, что это такое?

Адаптация - это приспособление организма к изменившимся условиям жизни, к новой обстановке.

### В детском саду ребенку нужно привыкнуть:

* К новым взрослым людям, которые будут о нем заботиться;
* К новой обстановке, помещениям, мебели, игрушкам;
* Обществу своих сверстников;
* Новой пище и условиям еды;
* Новой обстановке для сна;
* К новому режиму

На то, как будет протекать процесс адаптации влияют следующие факторы:

1. Возраст ребёнка;
2. Состояние здоровья;
3. Уровень развития навыков самообслуживания;
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками;
5. Сформированность предметной и игровой деятельности;
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада;
7. Готовность родителей к пребыванию ребенка в дошкольном учреждении;
8. Шумовой фон в группе детского сада;
9. Стабильность воспитательного состава.

### Виды адаптации. Легкая адаптация

Поведение - нормализуется в течение 1 недели.

Аппетит - снижается, к концу первой недели восстанавливается.

Сон - восстанавливается в течение 2 недель. Адаптация проходит в течение 1 месяца.

Характерна аффективная разлука и встреча с близкими взрослыми.

### Средняя адаптация

Поведение восстанавливается до 40 дней, настроение вялое, плаксивое, неустойчивое.

Пассивность, малоподвижность, наблюдается регрессия навыков. Восстановление до возрастной нормы в течение полутора месяцев. Сон - восстанавливается до возрастной нормы в течение 40 дней.

Адаптация проходит в течение 1,5 -2 месяцев.

Характерна аффективная разлука и встреча с близкими взрослыми.

### Тяжелая адаптация

Поведение - неадекватное, иногда граничит с невротическими проявлениями. Ребенок апатичен.

Аппетит - длительный отказ от еды, снижен, нестабилен, может наблюдаться невротическая рвота (при кормлении насильно).

Сон - нестабилен, неглубок, невротичен (ребенок плачет во сне, часто просыпается, отказ от сна.

Срок адаптации растягивается из-за частых длительных болезней. Адаптация длится от 2 до 6 месяцев.

Необходимо проявить максимум усилий, чтобы процесс адаптации у ребенка к условиям ДОУ прошел как можно мягче. Успешная адаптация зависит от многих факторов (их мы уже рассмотрели), а также от грамотных действий родителей и сотрудников детского сада.

Адаптация ребенка контролируется с помощью "Листа адаптации", где отмечаются эмоциональное состояние ребенка, аппетит, сон, взаимоотношения с взрослыми и сверстниками, вид наиболее предпочитаемой деятельности.

Первоначально для каждого ребенка устанавливается индивидуальный режим. Время пребывания малыша в ДОУ увеличивается постепенно в зависимости от его привыкания.

Кроме того, облегчить малышу привыкание помогут некоторые несложные приемы.

Например, приносить с собой из дома любимую игрушку, которую малыш, если загрустит, сможет прижать к себе и почувствовать себя более спокойно.

Небольшие фотоальбомы с семейными фотографиями также поднимут настроение загрустившему ребенку.

Известно, что в стрессовой ситуации дети нередко засовывают себе пальцы в рот. Такое переключение на древнюю пищевую реакцию затормаживает ранее возникшие отрицательные эмоции.

Чтобы предотвратить возникновение вредной привычки, но при этом помочь ему снять эмоциональное напряжение, можно ставить на видном месте воду и блюдо с сухариками, сушками и печеньем.

Затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому ребенку предлагаются игры: нанизывать шарики на шнур, соединять детали крупного конструктора, играть резиновыми игрушками-пищалками, упражнения для кистей рук и пальчиковые гимнастики.

Например, воспитатель рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Божья коровка, Улети на небо, Принеси нам хлеба, Черного и белого, Только не горелого!

Ритмично покачивают ладонями.

Делают взмахи перекрещенными кистями рук. Машут кистями рук на себя.

Ритмично хлопают в ладоши. Грозят указательным пальцем.

Полезны в использовании массажные мячики. Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие. Обучение простейшим приемам происходит в игре. На ладони взрослого появляется необычный шарик. Воспитатель вместе с детьми внимательно рассматривают его. Оказывается, что он похож на ёжика. Взрослый аккуратно кладет шарик на ладонь ребенка, прокатывает «ёжика» по каждому пальчику, начиная с большого пальца ведущей руки, и чуть дольше задерживаясь на подушечке каждого пальчика.

Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру. Действия можно сопровождать стихами:

Дай ладошечку, моя крошечка, Я поглажу тебя по ладошечке. Ходит-бродит вдоль дорожек Весь в колючках серый ёжик, Ищет ягодки-грибочки

Для сыночка и для дочки.

Самомассаж кисти рефлекторно стимулирует соответствующие зоны коры головного мозга, помогает нормализовать состояние нервной системы, оказывая наряду с успокаивающим ещё и обще-оздоровительный эффект.

Находясь в новой обстановке, ребенок испытывает различные эмоции. Природа подарила человеку возможность управлять своими эмоциями с помощью регуляции дыхания. У вдоха и выдоха есть своя психофизиологическая роль. Вдох возбуждает, мобилизует, усиливает мышечное напряжение; выдох успокаивает, рассеивает отрицательные эмоции, способствует расслаблению мышц. Успокоительный эффект достигается за счет увеличения времени выдоха по отношению к времени вдоха.

* Замерзла божья коровка, не может взлететь. Давайте согреем ее нашим дыханием. Дети дышат на ладошки.

Обучая этому дыхательному упражнению, воспитатель может попросить детей широко открыть рот и длительно произносить звук «А».

* Согрелась божья коровка, давайте сдуем ее с ладошки.

Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки.

На начальном этапе освоения этого упражнения можно предложить детям на выдохе длительно произносить звук «У».

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком с водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие. Песок помогает расслабиться: руки зарываются в песок – это приятные тактильные

ощущения; песок медленно сыпется – это зрительно завораживает. А в целом играть с песком просто интересно. Полезно выполнять движения двумя руками. Это помогает синхронизировать активность обоих полушарий головного мозга, стимулирует развитие логического, отвечающего за речевое развитие левого полушария, и интуитивного, эмоционального правого полушария.

Психологи и физиологи установили, что изодеятельность для ребенка не только и не столько художественно-эстетическое действо, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге поможет решать эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами - маркерами, на прикрепленном к стене листе бумаги. Внимательному воспитателю цвет, который выбран для рисунка, поможет понять, как в данный момент на душе у ребенка - тоскливо и тревожно или, наоборот, светло и радостно.

Воспитатели готовят фонотеку со спокойной музыкой и веселыми детскими песнями, картотеки художественного слова на все режимные моменты для того, чтобы создать бодрое, радостное настроение у детей в течение всего дня, избежать обыденности обстановки.

Водичка, водичка,

Умой Кате, ручки, личико, Чтобы глазки блестели, Чтобы щечки краснели, Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять Собираемся гулять.

Если хочешь прогуляться, Нужно быстро одеваться, Дверцу шкафа открывай, И одежду доставай.

\*\*\*

Чтобы ушки не болели Быстро шапочку надели. А потом и куртку

Для длительной прогулки. Раз,два,три,четыре,пять Собираемся гулять.

\*\*\*

Час обеда подошел, Сели деточки за стол. Бери ложку, бери хлеб, И скорее за обед.

С аппетитом мы едим, Большими вырасти хотим.

\*\*\*

Чешу, чешу волосоньки, Расчесываю косоньки!

Что мы делаем расческой? Тане делаем прическу.

\*\*\*

Тишина у пруда, Не качается вода. Не шумят камыши, Засыпают малыши.

Спят медведи и слоны, Заяц спит и ежик.

Все давно уж спать должны, Наши дети тоже.

\*\*\*

Это что стоит? Горшок! Раз-два-три-четыре-пять – Будем мы штаны снимать! Присядем аккуратно.

Знают все детишки:

Очень неприятно Писаться в штанишки!

\*\*\*

Что-то болит!

Обнимаем и ласково поглаживаем ребенка. У лисы болит,

У медведя болит, У волка болит,

А у детки (имя ребенка) не болит:

Всё у детки (имя ребенка) пройдет Всё заживёт!

Необходимо всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте со взрослым. Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на коленях дает ему чувство защищенности, помогает быстрее адаптироваться.

Продумывается место для возможности уединения ребенка, если ему захочется отдохнуть от коллектива и побыть одному.

Рисунок солнца.

Воспитатель готовит большой ватман с нарисованным на нем большим кругом. Затем каждый родитель обрисовывает свою руку, создавая тем самым лучик солнца, после этого обрисовывает руку своего ребенка, и они вместе раскрашивают свои «лучики». В итоге получается красивое разноцветное солнце, которое вывешивается в группе и согревает детей в отсутствие любимых родителей.

Изготовление книги.

Воспитатель придумывает форму и стиль книги. Затем каждый родитель совместно с ребенком изготавливают страничку в книгу. Таким образом, у каждого ребенка будет своя страничка в книге. Страницы в книге могут быть в виде животного, домика, цветочка. Необходимо изготовить шаблоны страниц заранее.

Главным же расслабляющим средством для дошкольника является игра. Ее основная задача в этот период – налаживание доверительных отношений с каждым ребенком, попытка вызвать у детей положительное отношение к детскому саду.

### Требования к играм, проводимым в адаптационный период

* они должны быть фронтальными, чтобы не один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием;
* не должны быть слишком длительными (лучше играть с детьми по нескольку раз в день, но понемногу);
* должны использоваться копии реальных предметов, а не их заместители;
* всем детям предлагаются одинаковые предметы;
* инициатором игры выступает взрослый.

Базовыми средствами работы служат разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, обыгрываются песенки, потешки, стишки, «ладушки» и «догонялки», если малыши не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры. Игры быстро вовлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши и топанье ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В этих играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно преодолевают внутренний барьер и идут на контакт со взрослыми и сверстниками.

Дети этого возраста хорошо воспринимают материал, объединенный единым сказочным – игровым сюжетом.

Например, воспитатель показывает детям игрушечную божью коровку и говорит:

* К нам в гости прилетела божья коровка. Посмотрите, какая она красивая! Давайте поздороваемся с ней.

Дети рассматривают божью коровку, здороваются с ней.

Воспитатель предлагает определить цвет, форму и величину игрушки, затем вместе с детьми считает точки на спинке божьей коровки

-А теперь, ребята, давайте сами превратимся в божьих коровок.

-Мы вокруг себя покружились. И в божьих коровок превратились. Божьи коровки, покажите мне ваши

Головки, носики, ротики,

Ручки-крылышки, ножки, животики. Кружатся. Показывают названные части тела.

* Замечательно! А теперь мы поиграем в игру «Божьи коровки и ветер». Светит солнышко, божьи коровки ползают по листочкам.

Дети встают на четвереньки и ползают по полу.

* Подул злой холодный ветер, перевернул жучков.

Дети переворачиваются на спину, шевелят расслабленными ногами и руками. Если воспитатель наблюдает у кого-то из детей напряженные, скованные, резкие движения, то он может поглаживанием и легким встряхиванием помочь ребенку снять излишнее напряжение.

* Подул добрый теплый ветерок, помог перевернуться жучкам. Дети снова встают на четвереньки и ползают.

Игра повторяется 2-3 раза.

* Теплый ветер подул сильнее, поднял божьих коровок в воздух, и они полетели.

Дети, изображая полет божьих коровок, медленно бегают, плавно машут руками, жужжат.

* Воробей летит! Спасайтесь, божьи коровки! Дети бегут в объятия к воспитателю.

### Адаптационный период считается законченным, если:

* Ребенок ест с аппетитом;
* Быстро засыпает, вовремя просыпается;
* Эмоционально общается с окружающими.
* Играет.

*Приложение 3*

**Тематическое планирование адаптационной программы**

**«В детский сад с мамой»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Встреча** | **Цель** | **Задачи** | **Оборудование** |
| 1.  Участники: Педагог- психолог, воспитатели, родители. (стр.28) | Ознакомление родителей с условиями поступления ребенка в детский сад. | Познакомить будущих воспитанников друг с другом и с сотрудниками детского сада;  раскрыть понятие  «адаптация», ее виды; показать возможные варианты воспитания и общения с детьми в  адаптационный период. | Бейджики; анкета «Наличие возможных  навыков у детей, облегчающий адаптационный период», анкета для родителей о готовности ребенка к поступлению в детский сад. |
| 2.  Участники: Педагог- психолог, воспитатели, родители. (стр.32) | Оказание помощи родителям в организации образовательного и воспитательного процесса в домашних условиях для облегчения адаптационного периода. | Познакомить семьи будущих воспитанников с  оснащением и оборудованием детского сада; оказать консультативную помощь в  организации режима дня ребенка в домашних условиях; формировать у родителей представление о  питании как о значимом факторе облегчения  адаптации. | Бейджики; памятка по адаптации ребенка к дошкольному учреждению; карточки с педагогическими ситуациями; памятка «Режим дня детей раннего возраста», перечень блюд детского сада. |
| 3.  Участники: Педагог- психолог,  воспитатели, родители. | Оказание помощи родителям в организации образовательного и  воспитательного | Познакомить семьи будущих воспитанников с  оснащением и оборудованием детского сада; | Бейджики; памятка  «Одежда и обувь по сезонам», памятка  «Примерный |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| (стр.36) | процесса в домашних условиях для облегчения адаптационного периода. | показать значение игрушки в жизни детей, ее  воспитательные и развивающие функции;  раскрыть знание правильного выбора одежды ребенка как одного из звеньев  профилактики заболеваемости. | перечень игрушек и развивающего оборудования для детей»; карточки для игры «Магазин игрушек» |
| 4.«В гостях у Зайчихи Ляли» Участники: Педагог- психолог, воспитатели, родители, дети.  (стр.41) | Оказание помощи родителям в организации образовательного и воспитательного процесса в домашних условиях для облегчения  адаптационного периода. | Создать благоприятную психологическую обстановку в группе; пробуждать интерес ребенка к жизни детского сада; привлечь родителей к совместной деятельности с  детьми в период адаптации к ДОУ. | Магнитофон, кассета; мягкие игрушки – лиса и заяц; морковка, листы для  рисования (на каждого ребенка) с изображением морковки;  бейджики, краски, губки. |
| 5.«Кот и мышата» Участники: Педагог- психолог, воспитатели, родители, дети.  (стр.43) | Оказание помощи родителям в организации образовательного и воспитательного процесса в домашних условиях для облегчения адаптационного периода. | Создать благоприятную психологическую обстановку в группе; пробуждать интерес ребенка к жизни детского сада; привлечь родителей к совместной деятельности с детьми в период адаптации к ДОУ. | Магнитофон, кассета; мягкая игрушка-кот, маски мышат (по количеству детей); листы для рисования (на каждого ребенка); фланелеграф; рисунок- заготовка с изображением следов лапок котика;  бейджики, краски. |
| 6.«Прогулка в лес»  Участники: | Оказание помощи родителям в  организации | Развивать элементарные  коммуникативные | Мягкие игрушки  – лиса, ежик; аудиозапись |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Педагог- психолог, воспитатели, родители, дети. (стр.46) | образовательного и воспитательного процесса в домашних условиях для облегчения адаптационного периода. | навыки через диалог со взрослыми, игрушками (умение здороваться, прощаться); развивать эмоциональную отзывчивость на музыку, игру, общения со взрослыми и сверстниками; познакомить с вариантами взаимодействия родителей с детьми  (играми). | «Моцарт для малышей», магнитофон; рисунки- заготовки  ежиков; краски. губки;  бейджики. |
| 7.«Мишка» Участники: Педагог- психолог, воспитатели, родители, дети. (стр.49) | Оказание помощи родителям в организации образовательного и воспитательного процесса в домашних условиях для облегчения адаптационного периода. | Развивать элементарные коммуникативные навыки через диалог со взрослыми, игрушками (умение здороваться, прощаться); развивать эмоциональную отзывчивость на музыку, игру, общения со взрослыми и сверстниками; познакомить с вариантами взаимодействия  родителей с детьми (играми). | Манина; мягкая игрушка-мишка, погремушки; аудиозаписи из мультфильма  «Умка» и  «Моцарт для малышей», магнитофон; рисунки- заготовки с изображением банки, краски губки;  бейджики. |
| 8.«Курочка и цыплята» Участники: Педагог- психолог, воспитатели,  родители, | Оказание помощи родителям в организации образовательного и воспитательного  процесса в | Развивать умение родителей играть с детьми; способствовать адаптации малышей к детскому саду;  закреплять знания | Игрушки – петух и лиса, маски цыплят; магнитофон, аудиозапись  «Деревня»; рисунки- |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| дети. (стр.52) | домашних условиях для облегчения адаптационного  периода. | частей лица, умение их показывать у себя; развивать изобразительные  навыки. | заготовки с изображением петуха; краски. |
| 9.«Солнышко» Участники: Педагог- психолог, воспитатели, родители, дети.  (стр.55) | Оказание помощи родителям в организации образовательного и воспитательного процесса в домашних условиях для облегчения адаптационного периода. | Формировать дифференцированные связи с  окружающими людьми; развивать навыки совместной игры, предметного взаимодействия;  вызвать положительное отношение к детскому саду;  расширять словарный запас. | Игрушки – собака и солнце, зонтики; магнитофон и аудиозапись  «Голубой вагон»; рисунки- заготовки  солнца; краски, бейджики. |
| 10.  Участники: Педагог- психолог, воспитатели, родители. (стр.58) | Подведение итогов работы адаптационной группы и  осознание значимости адаптационного периода у детей раннего возраста. | Систематизировать полученные знания об адаптации у родителей будущих воспитанников; детально обсудить постепенное вхождение малыша в детский сад по разработанному алгоритму; познакомить родителей с планом дальнейшей работы по адаптации с их детьми;  получить обратную связь в виде отзыв родителей и  пожеланий по вопросам функционирования семейной  адаптационной группы. | Анкета для родителей о готовности ребенка к поступлению в детский сад и анкета  «Обратная связь»; бейджики. |

*Приложение 4*

**Тематическое планирование педагога-психолога в период адаптации к дошкольному учреждению**

А.С. Роньжина

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема | Задачи | Содержание | Материалы |
| «Божья коровка» (стр.7) | Создание положительного эмоционального настроя в группе;  развитие умения действовать соответственно правилам игры;  развитие координации движений, общей и мелкой  моторики, ориентации в собственном теле;  развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов);  развитие внимания, речи и воображения. | 1.Приветствие. 2.Показ «Божьей коровки».  3.Чтение потешки  «Божья коровка» 4.Превращение в божьих коровок (игра).   1. Продуктивная деятельность: рисование пальчиками. 2. Рефлексия.   На повторных занятиях можно предложить детям пальцем, больной  кисточкой или поролонам нарисовать: травку около божьей коровки; солнышко в верхней части листа. | Игрушечная божья коровка (желательно круглой  формы); большие и маленькие машинки, матрешки, куклы, кубики и т.п.;  черная краска для рисования пальцами или гуашь,  смешанная с зубной пастой; лист с  изображением божьей коровки (для каждого ребенка). |
| «Листопад» (стр.11) | Создание атмосферы эмоциональной безопасности;  снятие эмоционального и мышечного напряжения;  снижение | 1.Приветствие. 2.Наблюдение происходящего за окном.   1. Путешествие в осенний лес (игра). 2. Игра «Солнышко и дождик» 3. Танец с   листочками. | Большой зонт; магнитофон, кассета с записью шума дождя, кассета с за­писью медленной спокойной музыки; два  кленовых листа |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | импульсивности, повышенной двигательной активности;  развитие умения двигаться в одном ритме с другими деть­ми, подстраиваться под их темп;  развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакций;  развитие речи, воображения, творческих способностей. | 6.Чтение стихотворения  «Листопад, листопад» 7.Продуктивная деятельность (рисование).  8.Рефлексия.  На повторных занятиях можно предложить де­тям: докрасить пальчиком (поролоновым тампоном, кисточкой, карандашом) осенний лист; обмакивать кленовые листья в тарелочку с краской и делать ими отпечатки на  большом листе ватмана. | (для каждого ребенка);  желтая, красная, зеленая гуашь; лист с  изображением осеннего пейзажа И я кисточка (для каждого ребенка). |
| «Мячик» (стр.14) | Сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками;  повышение эмоционального тонуса;  развитие чувства ритма, координации движений;  развитие ориентации в пространстве;  обучение  отражению в речи | 1.Приветствие. 2.Рассматривание мяча.   1. Чтение стихотворения С. Маршака «Мой   веселый звонкий мяч»   1. Превращение в мячики (игра). 2. Игра «Узнай на ощупь» 3. Рефлексия.   На следующем занятии можно предложить детям раскрасить пальчиком (поролоновым тампоном,  кисточкой, | Большой мяч; матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и  пластмассовый кубик (соразмерные по величине). |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов;  развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и  воображения. | карандашом) полос­ки на мяче. |  |
| «Прогулка в осенний лес» (стр.17) | Сплочение группы, развитие эмпатии;  развитие слухового внимания, произвольности, способно­сти быстро  реагировать на инструкцию;  снижение излишней двигательной активности;  обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету;  развитие пространственных представлений, умения  отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) | 1.Приветствие. 2.Рассматривание картины с  изображением осеннего леса. 3.Прогулка в осенний лес (игра).  4.Рассматривание игрушечного ежа. 5.Заучивание  стихотворения Б. Заходера «Что ты еж такой колючий» 6.Игра «Ежики» 7.Игра «Разложи по корзинкам»  8.Игра «Шли по лесу не спеша» 9.Рефлексия.  На повторных занятиях можно предложить детям: дорисовать (пальчиком, кисточкой, карандашом) иголки у ежика; разложить по корзинкам сыроежки или цветы, вырезанные из красного, желтого и зеленого картона. | Картина или фотография  «Осенний лес»; игрушечный ежик;  игрушки (куклы бибабо): лиса, волк, медведь; красный,  желтый и зеленый кленовые листья (для каж­дого ребенка); красная, желтая и зеленая корзинки. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | местонахождение вещей;  развитие общей моторики;  развитие памяти, речи и  воображения. |  |  |
| «Веселый петрушка» (стр.20) | Развитие умения согласовывать свои действия с действи­ями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха; | 1.Приветствие. 2.Появление Петрушки.   1. Игра «Ой, а где же ваши ручки? Спрятались?» 2. Игра с прищепками и билетами. 3. Игра «Карусели» 6.Чтение патешки   «Прыгай, прыгай веселей!  7.Рефлексия.  На повторных занятиях детям предлагается; раскрасить (пальчиком, поролоновым тампоном, кисточкой, карандашом) круги на одежде Петрушки покататься на  карусели» с  зелеными и красными лентами, взяв «билеты»  соответствующего цвета. | Игрушка (кукла бибабо)  «Петрушка»;  игрушечный паровозик, с привязанной к нему длинной лентой; бельевая прищепка синего цвета (для каждого мальчика); бельевая прищепка  желтого цвета (для каждой девочки);  обруч, с  привязанными к нему лентами желтого и синего цвета;мягкая игрушка или  кукла (для каждого ребенка). |
|  | закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка - мальчик); |
|  | закрепление пространственных представлений («верх», «низ»); |
|  | развитие общей и мелкой моторики; |
|  | развитие восприятия, речи и воображения. |
| «Новый год» | Создание | 1.Приветствие. | Игрушечный |
| (стр.25) | положительного | 2.Знакомство с | Дед Мороз; |
|  | эмоционального | Дедом Морозом. | новогодняя |
|  | настроя в группе; | 3.Танец вокруг елки. | елка; |
|  |  | 4.Чтение потешки | пластиковые |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | отработка умения согласовывать свои движения с движе­ниями других детей, с ритмом и текстом песни;  отработка  быстроты реакции;  развитие общей и мелкой моторики, ориентации в соб­ственном теле;  развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения, | «Пальчики у нас попляшут…» 5.Экспериментальная деятельность  «Определение температуры воды» 6.Продуктивная деятельность (рисование).   1. Подарки от Деда Мороза. 2. Рефлексия. | бутылки с холодной, теплой и  горячей водой; краски для пальцеграфии или гуашь, смешанная с зубной пастой; лист с  изображением новогодней елочки (для каждого ребенка); матерчатый мешочек с одинаковыми подарками для де­тей («Чупа- чупсами»,  «Киндер- сюрпризами», маленьки­ми игрушками и  т.п.). |
| «Мячики» (стр.29) | Развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт; друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера);  снятие эмоционального и мышечного напряжения;  развитие умения | 1.Приветствие. 2.Рассматривани мячей.  3.Игры с мячами. 4.Чтение потешки  «Друг веселый, мячик мой…» 5.Танец с мячом.   1. Продуктивная деятельность (рисование). 2. Рефлексия.   На повторных занятиях детям предлагается: найти на ощупь в мешочке большой или  маленький «мячики» | Большой красный мяч и маленький синий мячик; мячи среднего размера (для  каждой пары детей); магнитофон, кассета с записью спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии;  лист бумаги и цветные |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха;  развитие ориентации в собственном теле; | (подбираются шарики, ко­торые умещаются в ладошке ребенка); ска­тать из  пластилина большой и маленький мячики. | карандаши или большой красный круг и маленький синий кружок (для каждого ребенка). |
| развитие общей и мелкой моторики; |  |  |
| развитие зрительного восприятия, речи и  воображения. |  |  |
| «Зайка» (стр.32) | Создание положительного эмоционального настроя в группе;  развитие умения подражать движениям взрослого;  развитие координации движений, общей и мелкой  моторики; | 1.Приветствие. 2.Беседа о зиме. 3.Чтение стихотворения «Мы слепили снежный ком»   1. Знакомство с зайчиком. 2. Игра «Зайка серенький сидит». 3. Игра «Осторожные зайчики» 4. Игра «Узнай на ощупь» 5. Рефлексия. | Мягкие игрушки: заяц и лиса; магнитофон, кассета с записью веселой плясовой музыки; матерчатый мешочек с набором пластиковых овощей. |
|  | развитие умений подчиняться правилам игры, отработка  быстроты реакции; |  |  |
|  | снижение излишней двигательной активности, импульсивности; |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | развитие тактильного восприятия, внимания, речи и  воображения |  |  |
| «Мыльные пузыри» (стр.35) | Снятие эмоционального напряжения и агрессии;  снижение излишней двигательной активности, импуль­сивности;  обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы;  развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики;  развитие внимания, речи и воображения. | 1.Приветствие. 2.Загадывание  загадки о мыльных пузырях.   1. Пускание мыльных пузырей.   Беседа о мыльных пузырях.   1. Игра «Ладушки- ладошки» 2. Игра «Надувайся пузырь» 3. Задание под музыку разного характера «Изобрази мыльные пузыри» 7.Игра с мячом «Не упусти»   8.Игра «На хоппе» 9.Рефлексия.  На повторных занятиях детям 3-4-х лет можно  предложить  выполнять более сложное  упражнение. | Набор для выдувания  мыльных пузырей; магнитофон,  кассета с записью плавной мелодии;  мячи;  мячи для подскоков (хоппы). |
| «Музыканты»  (стр.40) | Создание  положительной эмоциональной обстановки;  сплочение группы, отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с  ритмом музыки и | 1. Приветствие. 2. Появление зайца с барабаном. 3. Дети пробуют играть на барабане. 4. Аналогично происходит знакомство с другими музыкантами. 5. Игра «Что звучит» 6.Игра «Заводите | Ширма;  игрушки: заяц, медведь (слон, кот и кукла); игрушечные музыкальные инструменты: барабан, гусли, труба, гармошка, пианино. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | текста;  развитие образности слухового восприятия;  развитие слуховой и зрительной памяти;  развитие общей и мелкой моторики;  развитие  внимания, речи и воображения. | хоровод»  7.Игра «Изобрази муз. инструменты» 8.Рефлексия. |  |
| «Мамин день» (стр.43) | Оптимизация детско- родительских отношений;  воспитание доброго отношения к маме;  развитие двигательных навыков;  развитие восприятия, внимания и речи. | 1.Приветствие. 2.Беседа о маме. 3.Чтение потешек мамами для своих детей.   1. Рассказывание стихотворения   «Мишка мой всегда со мной.   1. Игра «Наряди маму» 2. Игра для мам   «Узнай по голосу» 7.Игра с  колокольчиком.  8. Танец с куклами. 9.Рефлексия. | Кукла и  игрушечный медвежонок (для каждого ребенка); головные уборы (платки,  косынки, шарфики) и украшения (заколки, ленты, браслеты, бусы и т.п.);  ширма; колокольчик. |
| «Мишка» (стр.47) | Сплочение группы, развитие эмпатии;  снятие эмоционального и мышечного напряжения, тре­вожности;  развитие умения | 1. Приветствие. 2. Знакомство с медвежонком. 3. Хороводная игра   «Медвежонок…» 4.чтение стихотворения «Как под горкой снег, снег» 5.Прослушивание  аудиозаписи пение | Игрушечный медвежонок; магнитофон, кассета с записью пения птиц;  гуашь желтого цвета, лист с изображением  банки 0 (для каждого |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры;  развитие координации движений, общей и мелкой  мото­рики; развитие внимания, речи и воображения. | птиц.  6.Беседа о весне. 7.Игра «У медведя во бору.  8.Продуктивная деятельность (рисование).  На повторных занятиях детям предлагается: слепить для Мишки конфеты из  пластилина и завернуть их в фантики; «угостить Мишку клубничным вареньем», закрасив банку красной  краской. | ребенка, кисточка (поролоновый тампон). |
| «Непослушные мышата» (стр.50) | Преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет;  формирование положительной самооценки;  развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в  соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм;  развитие слухового внимания,  быстроты реакции; | 1. Приветствие. 2. Знакомство с мышкой. 3. Игра   «Непослушные мышата»   1. Чтение потешки   «Скачут мышки шалунишки»   1. Игра «Спящие мышата» 2. Игра «Мышки и часы» 3. Рефлексия. | Игрушечная мышка;  розовый и черный косметические карандаши; большие игрушечные часы; магнитофон, кассета с записью плясовой музыки. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | развитие общей и мелкой моторики;  развитие чувства  юмора, речи и воображения. |  |  |
| «Колобок» (стр.56) | Сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества; | 1.Приветствие. 2.Рассказ и  инсценировка сказки  «Приключения колобка»  Во время  инсценировки дети выполняют задания колобка.  3.Хороводная игра  «Колобок, колобок, тоненькие ножки» 4.Рефлексия.  На повторных занятиях детям предлагается: раскрасить дорожку, по которой катился колобок; скатать колобков из желтого пластилина. | Куклы бибабо (персонажи сказки «  Приключения Колобка»); матерчатый мешочек; фрукт и овощ; пластилиновый  шарик (для каждого ребенка); дидактический набор  «Мисочки»; деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик (соразмерные по величине); спортивный инвентарь: дорожки с разнофактурной поверхностью, гимнастические бревна, гимнастическая скамейка,  обруч. |
|  | снятие страхов перед сказочными героями; |
|  | развитие общей и мелкой моторики, координации движений; |
|  | развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительно­го, обонятельного); |
|  | развитие пространственных представлений; |
|  | развитие внимания, речи и воображения. |
| «Котята» (стр.61) | формирование положительной самооценки;  Развитие стремления сопереживать, | 1.Приветствие. 2.Прослушивание аудиозаписи с голосами кошки и котят.  3.Упражнение  «Кошка и котята» | Магнитофон, кассета «Голоса животных и птиц»;  желтые, красные, синие, зеленые |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | помогать, поддерживать друг друга;  снятие мышечного напряжения;  развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость);  развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки;  развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле?  развитие пространственных представлений;  развитие внимания, речи и воображения. | 4.Игра «Бабачки» 5.Упражнение  «Ищем маму кошку. 6.Рефлексия.  На повторных занятиях детям можно предложить: перейти ручей по тонкой веточке (дети идут по веревочке, скакалке); перейти ручей по бревнышку (скамейке} с открытыми!, а затем с закрытыми глазами (с поддержкой). | бабочки размером с детскую ладошку (по количеству детей);  игрушки или предметные картинки  желтого, красного,  синего и  зеленого цветов. |

*Приложение 5*

**Лист адаптации к детскому саду**

Фамилия, имя ребенка Дата рождения \_ Возраст при поступлении Дата поступления в ДОУ Группа здоровья

Условные обозначения Оэфп- а)положительный, б)неустойчивый, в)отрицательный.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дни набл юде ний | Психологические критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению | | | | | | | | | | | | | | |
| Общий эмоциональный фон поведения | | | Наблюдение за ребенком | | | | | | | | | Реакция на изменения привычной  ситуации | | |
| Познавательная и игровая  деятельность | | | Взаимоотношение со взрослыми | | | Взаимоотношение с детьми | | |
|  | а | б | в | а | б | в | а | б | в | а | б | в | а | б | в |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Пиид-а)активен, б)активен при поддержке взрослого, в)пассивен или реакция протеста.

Всв- а)инициативен, б)вступает в контакт при поддержке взрослого, в) пассивен или реакция протеста.

Всд- а)инициативен, б)вступает в контакт при поддержке взрослого, в) пассивен или реакция протеста.

Рнипс- а)принятие, б)тревожность, в)непринятие.

*Приложение 6*

**Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка | Психологические критерии адаптированности ребенка у ДОУ | | | | | | | | | | | | | | |
| Общий эмоционал ьный фон поведения | | | Наблюдение за ребенком | | | | | | | | | Реакция | | |
| Познаватель- ная и игровая  деятельность | | | Взаимоотно- шения со  взрослыми | | | Взаимоотно- шения с детьми | | | на изменение  привычной ситуации | | |
|  | Положительный | Неустойчивый | Отрицательный | Активен | Активен при поддержке взрослого | Пассивен, реакция протеста | Инициативен | Принимает инициативу взрослого | Уход от взаимоотношений, реакция протеста | Инициативен | Вступает в контакт при поддержке взрослого | Пассивен, реакция протеста | Принятие | Тревожность | Непринятие |
| **Баллы** | **3** | **2** | **1** | **3** | **2** | **1** | **3** | **2** | **1** | **3** | **2** | **1** | **3** | **2** | **1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Приложение 7*

**Анкета для родителей**

**«Обратная связь»**

1. Насколько, по Вашему мнению, проведенная работа по облегчению адаптации у детей была успешной?
2. Удовлетворила ли Вас организация и проведения адаптационных занятий?

Почему?

1. Ваши предложения и пожелания по проведению семейной адаптационной

группы?

1. Какие игры из занятий Вы стали использовать дома?
2. Нужны ли такие формы сотрудничества детского сада с родителями? Почему?

# Используемая литература:

* 1. И.В. Лапина Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого-педагогическое сопровождение. – Изд.3-е, испр.- Волгоград: Учитель.- 127 стр.
  2. А.С. Роньжина «Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению» – М.: Книголюб, 2003.
  3. А.Н. Веракса, М.Ф. Гуторова «Практический психолог в детском саду» Мозайка-синтез, Москва 2017
  4. Интернет ресурсы.