

**Российская Федерация
Тамбовская область город Кирсанов
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Алёнка»
393360, Тамбовская область, г. Кирсанов, ул. Спортивная д.32**

**На региональный этап Всероссийского конкурса лучших
психолого-педагогических программ и технологий в образовательной
среде;**

номинация: Профилактическая психолого-педагогическая программа

**Программа по адаптации детей в дошкольном образовательном
учреждении
«В детский сад с улыбкой»**

Разработчик:

педагог-психолог

Редина Ольга Николаевна

Контакты:

Электронная почта:

olga.redina@bk.ru

Номер телефона:

89156653709

Кирсанов 2023

Содержание

1. Пояснительная записка.....	4
1.1 Актуальность программы и ее обоснование.....	4
1.2 Участники программы (целевая аудитория)	6
1.3 Цель и задачи программы.....	6
1.4 Принципы реализации программы.....	7
1.5 Описание используемых форм работы, методов, техник.....	8
1.6 Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста.....	12
1.7 Психологическая характеристика процесса адаптации детей к ДОУ.....	16
1.8 Этапы работы по реализации цели и задач программы.....	20
1.9 Примерный режим дня на период адаптации детей.....	27
1.10 Планируемые результаты освоения программы.....	28
1.11 Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребенка к ДОУ.....	29
2. Тематическое планирование.....	31
2.1 Примерное тематическое планирование игровых сеансов по профилактике дезадаптации детей 1,6 мес. до 2-х лет в работе педагога-психолога.....	31
3. Материально – техническое и кадровое обеспечение программы. Организация системы взаимодействия.	39
4. Заключение.....	43
5.Список используемых источников.....	45
Приложения.....	46
Приложение 1	46
<u>Приложение 2</u>	<u>48</u>

<u>Приложение 3.....</u>	<u>50</u>
<u>Приложение 4</u>	<u>53</u>
<u>Приложение 5</u>	<u>58</u>
<u>Приложение 6</u>	<u>59</u>
<u>Приложение 7.....</u>	<u>61</u>
<u>Приложение 8.....</u>	<u>64</u>

1. Пояснительная записка

1.1.Актуальность программы и ее обоснование

Современное дошкольное образование развивается в принципиально новых условиях, которые регламентированы приказом Министерства образования и науки Российской Федерации No 1155 от 14 ноября 2013 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования». Данный документ определяет направления стратегических преобразований, реализация которых приведут к качественно иному уровню функционирования и развития системы образовательных услуг для детей раннего и дошкольного возраста. Центральным моментом этих преобразований является психологизация системы дошкольного образования, именно: приведение в соответствие практики дошкольного образования с теми специфическими характеристиками возраста ребёнка, которые определяют уникальный вклад каждого возрастного периода в общий цикл психического развития. Сохранение, наряду с физическим, психологического здоровья дошкольников сегодня рассматривается как одно из требований безопасности образовательного процесса и как один из показателей качества образования. При этом в качестве показателя оптимального уровня психологического здоровья человека можно рассматривать его высокую приспособляемость к природной и социальной среде, которая обеспечивается сохранностью позитивного самочувствия. Психически здоровый человек адаптирован к социуму и может успешно функционировать в нем. В дошкольном возрасте проблема сохранения психологического здоровья является наиболее актуальной при вхождении ребёнка в образовательную среду при поступлении его в дошкольное учреждение, т.е. в процессе адаптации детей к условиям ДОУ. В каком бы возрасте ребёнок ни пришёл в детский сад, поступление в детское учреждение - серьёзный стресс как для психического, так и для физического

здоровья ребенка. Это нетрудно понять - ведь ломается стереотипы жизни, позволяющий ребёнку чувствовать себя спокойно и уверенно. Вторым чрезвычайным психотравмирующим фактором - разлука с матерью и другими близкими взрослыми, которые заботились о ребёнке с рождения.

Проблема адаптации детей к условиям ДОО на сегодня остаётся особо актуальной, т.к. все больший процент детей рождается с ослабленным здоровьем и условно сформированной готовностью системы врождённых адаптационных механизмов. В связи с чрезмерной занятостью родителей, с каждым годом увеличивается количество детей, поступающие в группы раннего возраста и младшие группы ДОО.

Анализ деятельности дошкольного учреждения в период адаптации показал, что ежегодно увеличивается число детей, трудно адаптирующихся к условиям детского сада. Как организовать психолого-педагогический процесс адаптации в ДОО, чтобы снизить эмоциональный дискомфорт и обеспечить профилактику детских заболеваний? Ответом на этот вопрос явилась разработка Программы по адаптации детей в ДОО «В детский сад с улыбкой».

Данная Программа разработана с учётом возрастных особенностей детей и реализуется в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утверждённого приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155;
- Санитарно - эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05. 2013. №26;
- Письмо Министерства образования РФ от 27.06.2003 г. № 28-51-513/16 «Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования»; а также, на основе учебно-методического пособия «Адаптация к

детскому саду ребёнка раннего возраста» И.А. Лыковой, Е.Д. Файзуллаевой, а также научной концепции авторской программы «Дружная семейка» Е. О. Севостьяновой.

Разработанная программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, поступивших в детский сад, помогает предотвратить или снизить заболеваемость, создать положительный эмоциональный настрой в группе, способствует налаживанию контакта между детьми и взрослыми, формирует сенсорные и нравственные эталоны, а также, способствует дальнейшему благополучному развитию ребенка в детском саду и семьях.

1.2.Участники программы (целевая аудитория): воспитанники дошкольного возраста 1,6 мес. до 2-х лет, воспитатели группы, педагог-психолог, родители (законные представители) детей, поступающих в детский сад.

В основе практической работы лежит взаимодействие педагога-психолога, воспитателей, родителей и детей, направленное на создание благоприятной эмоциональной атмосферы в группе, которая создаёт основу для успешной адаптации детей раннего возраста.

1.3. Цель и задачи программы: создание благоприятных условий для успешной адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации.

Задачи программы:

- обеспечить психолого-педагогическую поддержку и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах адаптации детей раннего возраста в период адаптации к условиям ДООУ;
- способствовать повышению уровня профессиональной компетентности воспитателей по вопросам адаптации ребёнка к условиям детского сада;
- обеспечить проектирование и создание развивающей предметно-пространственной среды, способствующий успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

Программа рассчитана на 4 недели (ежегодно).

Новизна Программы состоит в том, что применяются личностно-ориентированные технологии, обеспечивающие комфортные, бесконфликтные и безопасные условия для развития личности ребенка; нестандартные формы работы с детьми (карта сигналов для невербального общения, арт-методика «Тряпичная кукла-улыбашка», план и его реализация по вхождению ребёнка в группу); реализуется продуктивное психолого-педагогическое сопровождение родителей в период адаптации детей к условиям ДОО. Цикл состоит из 4-х образовательных встреч, в ходе которых родители смогут определить наличие этих качеств в себе, научатся способам взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса в ДОО, пополнят свои знания о возрастных особенностях своих детей, получают рекомендации по подготовке ребенка в адаптации к условиям детского сада и вовремя собственно адаптации.

Занятия проводят специалисты консультационного центра (педагог-психолог, учитель-логопед, воспитатели, музыкальный руководитель, медицинская сестра).

Встречи проходят по подгруппам: 10-15 человек 1 раз в неделю в вечернее время в течение месяца (август, сентябрь). Родителям предоставляется возможность самим выбрать дни посещения занятий из предложенных вариантов. Оптимальным является посещение занятий обоими родителями.

1.4. Принципы реализации программы

-Принцип научности построения предполагает отбор содержания образования в соответствии с современным уровнем развития науки.

-Принцип гуманизма 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.

-Принцип взаимодействия с семьей предполагает активное включение родителей и (или) законных представителей воспитанников в образовательный процесс, сотрудничество в различных формах организации воспитания и обучения.

-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 с 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 поддержки инициативы детей в различных видах деятельности.

1.5. Описание используемых форм работы, методов, техник и технологий

Повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования детей раннего возраста в период адаптации к условиям ДООу организуется посредством использования следующих форм:

- образовательные встречи;
- консультации (индивидуальная, групповая, по результатам количественных показателей диагностики);
- родительское собрание;
- анкетирование по различным темам;
- индивидуальные встречи;

- участие родителей в подготовке и проведении праздников, развлечений, конкурсов (согласно годового плана);
- участие родителей в реализации групповых проектов;
- привлечение родителей (по желанию) к оснащению и оформлению предметно-развивающей среды группы;
- взаимодействие с консультационным центром (организуется посредством использования активных методов: дискуссии, мастер-классы, психологические игры, «мозговой штурм», тренинг, обмен опытом семейного воспитания, просмотр видеоматериалов);
- «дерево благодарности» - сюжетное оформленное места в раздевальной комнате для благодарности родителей за любую помощь ДОО;

В работе с дошкольниками активно применяются следующие методы:

- Концентрация внимания. Ослабление ярких эмоциональных переживаний. Сосредоточение на своих зрительных, звуковых и телесных ощущениях. Упражнения на развитие внимания («Где же ручки», «Угадай, в какой руке»)
- Ускорение засыпания. Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряженности, переключает внимание (классическая музыка Чайковского, Рахманинова; звуки природы для детей).
- Элементы телесной терапии, позволяют педагогу наладить доверительные отношения с детьми, снимает эмоциональное напряжение детей, улучшает самочувствие детей, повышает их самооценку и уверенность в своих силах. Приемы: погладить, обнять, поздороваться частями тела, упражнения из телесной терапии «Клубочек», «Здравствуй», «Передай».
- Элементы акватерапии. Дает ребенку приятные ощущения, развивает различные рецепторы, предоставляет возможности развития познавательной активности, способствует обогащению эмоционального опыта ребенка, снижению тревожности при трудностях с адаптацией, познавательному развитию. Обычное созерцание водного пространства способствует введению в медитативное состояние и помогает расслабиться («Напоим лошадку водой» - переливаем воду ложкой из большого тазика в маленький; «Рыбаки» - ситечком

или ложкой в зависимости от размеров предметов и владения навыком малыша выловить все предметы из таза или миски и положить их в другую тарелку).

Техники:

-Разрывание бумаги

Освобождение от излишнего и нервного напряжения, дает выход энергии. Формирование эмоционально положительного фона, укрепление нервной системы ребенка.

-Фотоальбом

Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Способствует снижению тревожности. Для детей, которые тяжело переживают разлуку с мамой, хорошим подспорьем является небольшой альбом с фотографиями близких людей - мамы, папы, бабушек, дедушек, животных.

Современные образовательные технологии:

- Личностно – ориентированные технологии:

применяются для обеспечения комфортных, бесконфликтных и безопасных условий для развития личности ребенка; обеспечивают индивидуальный подход к воспитанникам и максимальное раскрытие его природных потенциалов. Создание ситуации успеха, в которой ребенок достигает успеха; предоставление возможности самостоятельного выбора деятельности в игровом пространстве. Создание условий для развития творческих способностей, нестандартного мышления детей посредством применения сенсорных коробок в работе с детьми раннего возраста, крупных деталей конструктора "Лего", хеппенинга, как нетрадиционного метода рисования.

-Игровые технологии

Используются для снижения напряженности, страхов, мышечных зажимов, тревожности. Способствуют формированию эмоционального контакта, доверия детей к взрослому, проявлению ярких эмоций при общении с близкими (мимика, выразительный взгляд, движения), развитию навыков взаимодействия детей друг с другом. Дети приобретают знания норм и правил поведения.

Развитие внимания, памяти, речи, мышления.

Игры-хороводы («Вокруг домика хожу», «Каравай», «Раздувайся пузырь»,

«Медвежата», «Карусели»); игры с сюжетными игрушками, игры с движениями («Зайка», «Кот и мыши», «Солнышко и дождик»); психологические игры («Домики», «Ноги топают», "Солнышко", «Рисуем ладошки»); игры с песком (на улице и в группе для игр с песком), крупами; адаптационные игры (Приложение 1).

-Здоровьесберегающие технологии:

условие успешной адаптации и развития детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации. Сохранение и укрепление здоровья детей.

Коррекция тревожности у детей, снятие эмоционального напряжения, связанного с расставанием с близким взрослым, развитие навыков взаимодействия с взрослыми и сверстниками. Воспитание доверительного отношения друг к другу. Создание позитивного отношения к собственному телу. Формирование эмоционального благополучия и укреплению нервной системы ребенка.

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

гимнастика для глаз, гимнастика пальчиковая, гимнастика дыхательная, динамическая пауза, релаксация, коммуникативная игра, массажи самомассаж (поглаживание, растирание, гимнастика с массажными мячиками, легкое надавливание, похлопывание, сгибание, разгибание пальчиков, сжимание резиновых игрушек разной плотности).

- Коррекционные технологии: технологии музыкального воздействия;

Занятия с элементами сказкотерапии – чтение сказок; занятия с элементами арт-терапии – работа с красками, пластилином (проигрывание собственных страхов, снизит тревожность и напряжение, сформирует адекватную самооценку, уверенность в себе, развитие мелкой моторики, создание положительного эмоционального настроения, развитие социализации).

Повышение уровня компетентности воспитателей по вопросам адаптации детей организуется посредством использования таких форм как, практикум-семинар «Возрастные особенности детей дошкольного возраста», мини-круглый стол «Адаптация: ребенок дерется» (Приложение 2), презентация «Актерское

мастерство в профессии педагога как залог успешной работы с детьми дошкольного возраста», консультации - «Игровая деятельность в период адаптации в детском саду детей дошкольного возраста», «предметно-развивающая среда как фактор успешной адаптации детей к условиям ДОО».

1.6. Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста

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, неуёмном 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 ребёнка.

Предметная деятельность и общение определяют весь ход социально-личностного и познавательного развития ребенка. Так, в процессе ежедневных режимных процедур малыш учится пользоваться предметами утилитарного назначения (ложкой, чашкой, расчёской и игрушками (пирамидками, вкладышами) он с помощью взрослого знакомится с сенсорными эталонами (формой, цветом, соотношением предметов по величине и др.) Малыш по-прежнему нуждается во внимании и ласке взрослого, но на первый план выдвигается потребность во взрослом как помощнике и доброжелательном соучастнике в действиях с предметами.

На втором году жизни ребёнок активно стремится подражать всему, что делают

взрослые. Однако, в этом возрасте ребёнок чаще всего копирует внешнюю картину поведения взрослого, не обращая внимания на результативность того или иного действия.

Ребёнок раннего возраста очень чувствителен к оценке взрослого. Похвала вызывает радость, стимулирует активность малыша, улучшает его отношение к взрослому, усиливает доверие к нему. Пороиание, с одной стороны, огорчает ребёнка, иногда даже ведёт к прекращению деятельности, с другой – усиливает поиск оценки, что способствует уточнению способов действий с предметами. На втором году жизни ребёнок использует достаточно богатый репертуар коммуникативных средств. К ним относятся экспрессивно-мимические средства, в том числе выразительные жесты (ребёнок смотрит взрослому в глаза, улыбается, смеётся 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, среди которых основное место занимает лепет. Основной характеристикой речи на этом этапе остаётся понимание ребёнком речи взрослых.

Активная речь появляется в 1,5 года. Наступает период стремительного обогащения словаря и усложнения грамматического строя речи: на смену отдельным словам, имеющим смысл целого предложения, приходят фразы из двух, трёх и более слов. На протяжении второго года артикуляционная сторона речи достаточно быстро совершенствуется. Общение ребёнка с взрослым все больше начинает опосредствоваться словом. К 2 годам малыш может называть многие предметы из своего окружения, людей, животных, известные ему явления природы, которые наблюдает или видит на картинках в книжках; он обращается с просьбами, рассказывает о чем-либо, задаёт вопросы. Речь обогащает опыт совместной деятельности с предметами. Ребёнок понимает назначение и основные качества употребляемых им предметов, знает свои вещи и с удовольствием демонстрирует их взрослым. Он становится более внимательным при выполнении действий по образцам. Под влиянием взрослого ребёнок все чаще отражает элементы своего жизненного опыта в игре с

сюжетными игрушками. На втором году жизни начинает развиваться особая форма деятельности ребёнка - процессуальная игра. В этот же период складывается его общение со сверстниками. Во второй половине раннего возраста ведущая форма общения ребёнка с взрослым остаётся прежней - ситуативно - деловой. Это общение, как и на предыдущем этапе, протекает на фоне предметной или игровой деятельности и побуждается потребностью в сотрудничестве с взрослым. В то же время на этом этапе возрастного развития в общении ребёнка с взрослым происходят существенные изменения, которые связаны с появлением речи.

Интенсивное развитие активной и пассивной речи в этот период приводит к тому, что это общение становится, не только предметно-действенным, но и речевым. Дети все чаще обращаются к взрослому, пользуясь словами, и лучше понимают речь взрослого. Развитие активной и пассивной речи на третьем году жизни является важным показателем психического развития ребёнка. Речь в этом возрасте включена в общение; она формируется и развивается, прежде всего, как средство общения с взрослым. На третьем году жизни предметная деятельность по-прежнему занимает ведущее место в развитии ребёнка, но приобретает новые черты. Ребёнок становится все более самостоятельным и умелым. Он уже достаточно хорошо владеет специфическими действиями, знает назначение бытовых предметов (ложки, щётки, расчёски и др.) и хорошо умеет пользоваться ими. Во второй половине раннего возраста существенно возрастает познавательная активность ребёнка. Познавательная активность и предметная деятельность тесно связаны между собой и представляют собой две стороны одного процесса.

Познавательная активность проявляется в отношении детей к разным видам предметных действий, интересе к разного рода предметным задачам, длительности обследования предметов, самостоятельности и настойчивости в решении предметных задач. Ее отличительной чертой на третьем году жизни является настойчивое стремление к достижению результата, что побуждает ребёнка обращаться за помощью к взрослому и более внимательно, чем раньше, следовать его инструкциям и пояснениям. К концу раннего детства для ребёнка

становится значимым не только процесс действия, но и его результат. С середины третьего года жизни ребёнок ставит цели, достижение которых соответствует значимому, общепринятому результату, например, правильно сложить пирамидку, сделать домик из кубиков в соответствии с образцом и пр. Важным компонентом в структуре предметной деятельности становится появление способности самостоятельно оценивать полученный результат в соответствии с исходным замыслом. С возникновением этой способности ребёнок обретает такое важное личностное качество, как самостоятельность, т.е. способность без внешних побудителей инициировать, исполнять и оценивать свои действия.

Самостоятельно и правильно выполненное действие доставляет ребёнку огромное удовольствие, даёт чувство собственной компетентности и независимости. Именно в этом возрасте ребёнок начинает произносить известную фразу «я сам» и ограничивать участие взрослых в своих делах. Однако, несмотря на относительную самостоятельность, ребёнок испытывает потребность в одобрении собственных действий, в подтверждении их правильности и успешности со стороны взрослого.

Все большее значение в развитии предметной деятельности начинает приобретать речь. Ребёнок все чаще комментирует свои действия, обращается к взрослому с вопросами и просьбами, что помогает ему лучше регулировать свою деятельность. На третьем году жизни углубляется дифференциация предметно-познавательной и игровой деятельностей, которая лишь намечалась на предыдущем этапе. Если предметно-познавательная деятельность осуществляется как познание и усвоение определённых, культурно-нормированных действий со знакомыми и малознакомыми предметами, то игровая - предполагает элементы творчества и становление игровых замещений.

1.7. Психологическая характеристика процесса адаптации детей к ДОО

Проблема адаптации детей дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения рассматривается как междисциплинарная проблема, объединяющая данные социологии, педагогики и психологии. Термин «адаптация» (от лат. adapto – приспособляю) в научный оборот был введен Г. Аубертом, который обозначил изменения приспособительного характера чувствительности кожных анализаторов к действию внешних раздражителей. В биологии под адаптацией понимается приспособление строения и функций организма к условиям среды, реакция на раздражающее и дестабилизирующее воздействие, которое можно выразить формулой «стимул – реакция». В психологии адаптация означает процесс приспособления чувствительности анализаторов к действию раздражителя, а также активное приспособление индивида к условиям социальной среды и (или) результат этого процесса. В исследованиях Д.Б. Богоявленской, Ю.Н. Кулюткина, Н.А. Милославовой адаптация понимается как процесс взаимодействия человека со средой, который разворачивается в виде поисковой активности, способствующей преобразованию человека и среды в соответствии с новыми условиями и целями деятельности. Огромный вклад в изучение проблем адаптации личности сделан отечественными учеными: М. Р. Битянова, Я. Л. Коломинский, А. А. Налчаджян, А. В. Петровский, зарубежными психологами: А. Маслоу, Г. Селье, К. Роджерс, А. Фрейд, З. Фрейд, Т. Шибутани, Х. Хартманн и другие. Проблема социальной адаптации рассматривается в педагогических трудах Ш.А.Амонашвили, Г. Ф. Кумариной, Е.А.Ямбург. Широкое изучение проблемы адаптации детей к условиям жизни и воспитания в дошкольном учреждении было возрождено в 80-х годах XX века такими учёными, как И.П. Павлов, П.К. Анохин, К. Бернар Н.Д. Ватутина, Р.В.

Танкова-Ямпольская, Е. Шмидт-Кольмер. Исследователи выделили несколько основных подходов к адаптации детей, поступающих в дошкольное учреждение: биологический, социально-психологический, психолого-педагогический. Однако интерес к данной проблеме современных исследователей связан уже не с классификацией подходов к адаптации и определением её особенностей, а с выявлением факторов, влияющих на эффективность или неэффективность адаптации.

Для успешной адаптации решающее значение имеют:

- функциональное состояние организма, показателем которого является работоспособность;
- особенности обменных процессов;
- тип нервной системы и темперамента;
- тренированность нервно-психических механизмов, которая достигается постепенным дозированием нагрузок на психику, связанных с новыми впечатлениями;
- психологическое состояние ребёнка в момент привыкания к новым условиям, например, стабильность положительных эмоций, чувство защищенности, доверия к окружающим, уверенность в себе и близких людях. Трудности адаптации обычно возникают в случае, если ребёнок изолирован от повседневной адаптации к меняющимся условиям. Родители, которые стремятся поддерживать неизменность окружающей обстановки, стремительно устраняя все препятствия, возникающие в жизни и деятельности ребёнка, снижают защитные силы психики. Не умея адаптироваться к минимальным изменениям, «изнеженные» дети испытывают серьёзные трудности при значительных переменах в их жизнедеятельности.

Тяжело протекает адаптация также в том случае, если она неправильно организована:

- не изучен исходный уровень адаптационных возможностей ребёнка или выбраны неправильные приоритеты в их диагностике;
- процесс адаптации ускоряется взрослыми;
- неправильно оценивается процесс привыкания ребёнка к новым условиям.

Для успешной адаптации необходимо организовать удовлетворение основных потребностей ребёнка, как органических (в отдыхе, в пище и пр.), так и социальных (в доверительных контактах и сотрудничестве с взрослым, познании, признании, одобрении и т.п.), в новой среде и новыми средствами. Основной формой организации детей в адаптационный период является игра, она доступна, привлекательна и органична. Игра способствует сохранению их душевного равновесия, даёт ощущение психологического комфорта, доставляет радость и удовольствие. Игровая деятельность носит эмоциональный характер и создаёт возможность регулирования настроения ребёнка.

Также для облегчения адаптации приём детей в ДОО рекомендуется проводить по подвижному графику. Это обеспечивает индивидуальный подход к каждому малышу и возможность семье выбрать удобное время для посещения детского сада. В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3 часов с 8.00 - 9.00 до 10-11.00 часов.

Постепенно время пребывания ребёнка в группе увеличивается. Приём детей осуществляется в зависимости от их возраста, индивидуальных особенностей и сроков комплектования группы. Опираясь на положения ФГОС, выделены три группы необходимых условий для процесса адаптации детей в младшей группе:

- **первая группа** условий связана с созданием развивающей предметно - пространственной средой. Важно отметить, что правильно организованная развивающая среда с точки зрения психолого-педагогических требований должна способствовать более быстрой адаптации ребёнка, поддержанию эмоционального благополучия малыша и создавать условия для его развития.
- **вторая группа** условий, характеризует требования к профессиональной компетентности педагога. Для успешной организации процесса адаптации малышей педагогу необходимо хорошо знать особенности развития ребёнка раннего возраста, учитывать социальную ситуацию развития каждого малыша, ориентироваться на имеющийся опыт организации процесса адаптации детей, существующий в детском саду.
- **третья группа** условий - это организация работы с родителями. Семья и

детский сад - два важных института, каждый из которых по-своему даёт ребёнку социальный опыт, но только при совместной, согласованной работе друг с другом они создают оптимальные условия для всестороннего развития ребёнка.

Периоды адаптации:

- **первый период:** "мы играем только вместе". На данном этапе воспитатель (педагог-психолог) и ребёнок представляют собой единое целое. Взрослый является проводником и защитником ребёнка. Он побуждает его включаться в новые виды деятельности, и сам активно играет с ним во все игры. Такая стратегия поведения сохраняется до тех пор, пока ребёнок не перестанет бояться и не начнёт отходить от взрослого.

- **второй период:** "я играю сам, но ты будь рядом". Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несёт опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от взрослого на безопасное расстояние. Взрослый все ещё является опорой и защитой. Ребёнок уже может находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними. В случае необходимости воспитатель (педагог-психолог) приходит ему на помощь, организует совместные игры.

- **третий период:** "иди, я немножко поиграю один". Рано или поздно настёт момент, когда малыш сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре. Когда наступает такой момент, взрослый может ненадолго отлучиться. Главным моментом в этой ситуации является то, что воспитатель (педагог-психолог) предупреждает ребёнка о том, что она ненадолго уйдёт и скоро вернётся. Важно обратить внимание ребёнка на момент возвращения педагога-психолога.

- **четвёртый период:** "мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя". И, наконец, наступает день, когда малыш соглашается остаться в группе один и спокойно отпускает взрослого. Воспитатель должен поддерживать в нем уверенность, что мама обязательно за ним придёт после того, как он поспит и покушает.

1.8. Этапы работы по реализации цели и задач программы

Программа работы по сопровождению периода адаптации детей раннего возраста к ДООУ предполагает всестороннюю деятельность педагога-психолога в рамках каждого из направлений работы (психологическая диагностика, психологическое консультирование, психологическое просвещение, развивающая и психокоррекционная работа) со всеми участниками образовательного процесса (дети, родители, педагоги).

Работа по программе осуществляется поэтапно.

первый этап: подготовительный (до поступления детей в группы)

На данном этапе предполагается работа с родителями по формированию компетентности по вопросам адаптации детей к условиям ДООУ, по обучению родителей способам подготовки ребенка к детскому саду. Организация работы с родителями должна начинаться задолго до непосредственного поступления ребенка в ДООУ. Следует заранее подготовить родителей ребенка в детский сад, сформировать у положительной установки на детский сад. О поступлении в детский сад следует говорить с ребенком как о желанном, радостном событии. Родителям необходимо оказать помощь в формировании воспитательных навыков и умений, в организации самообразования, выполнять соответствующие мероприятия по режиму дня ребенка дома, его питанию, физическим упражнениям, гигиеническим процедурам, а также закаливанию, игровым занятиям.

Особое внимание уделить формированию навыков самостоятельности, развитию у ребенка умению занять себя.

Предполагается организация мини-библиотеки для родителей, в которой есть необходимая литература по данной проблематике, а у родителей есть возможность взять интересующую их книгу, журнал домой, а также копилка

консультативных материалов педагога-психолога для родителей по всем аспектам проблемы адаптации детей дошкольного возраста.

С целью обеспечения родителей детальной информацией о работе детского сада, формирования позитивных отношений между родителями и сотрудниками ДОО. Необходимо организовать «День открытых дверей». При подготовке к мероприятию обеспечить максимальную его посещаемость, для этого используются различные формы информирования родителей о его проведении: письменные объявления, индивидуальные устные приглашения, индивидуально письменные приглашения.

Проводится экскурсия по детскому саду, родителям предоставляется возможность познакомиться с воспитателями, планирующими набор детей дошкольного возраста, со специалистами ДОО, старшим воспитателем, медицинской сестрой; понаблюдать за проведением режимных моментов; проводятся беседы с руководителем учреждения с целью ознакомления с Образовательной программой, правилами посещения детского сада, правами и обязанностями родителей, правами детей, режимом детского сада, примерным меню, с условиями пребывания детей в ДОО. Также целесообразно подготовить памятки, буклеты по материалам проведенного мероприятия.

На предварительном этапе организуется анкетирование родителей с целью сбора тематической информации о детях изучения интересов и потребностей семьи, изучения индивидуальных особенностей ребенка, его привычек (Приложение 3); определения степени готовности ребенка к поступлению в дошкольное образовательное учреждение; прогноза адаптации, факторов риска дезадаптации. Кроме того, подготовительный этап направлен на психологическое консультирование воспитателей (консультация «Особенности работы воспитателя в период адаптации детей раннего возраста к ДОО» и другие), на работу с новинками литературы, информационный обмен по проблеме. Имеет место консультирование по результатам первичной диагностики с целью индивидуализации педагогом работы с детьми; совместная разработка мер психолого-педагогической поддержки детей «группы риска дезадаптации».

Анкетирование педагогов с целью выявления уровня профессиональной компетентности в организации адаптационного периода; участие педагога-психолога в составлении подвижного графика поступления детей в группу; помощь педагогам в проектировании и создании развивающей предметно-пространственной среды в группе с учетом адаптационного процесса.

Среда должна быть привлекательной для ребенка, вызывать у него положительные эмоции; быть яркой, разнообразной, чтобы каждый мог найти себе место с точки зрения его эмоционального состояния, т.к. нахождение в большом коллективе сверстников даже у уравновешенного ребенка может в конце дня вызвать агрессию. Развивающая предметно-пространственная среда должна, кроме того, предусматривать достаточное пространство для движений. Для релаксации использовать записи шелеста листвы, журчания и плеска воды, пения птиц, спокойной музыки.

Подготовительный этап важен для дальнейшей работы педагога-психолога с участниками Программы, т.к. устанавливаются доверительные отношения детей, родителей и педагогов к специалисту, обеспечивается мотивационная основа для дальнейшей работы.

Второй этап: основной (с поступления детей в группу)

Данный этап направлен на обеспечение благоприятного психологического климата в адаптационной группе, имеет два периода.

Первый период: "мы немного играем вместе". В данном периоде воспитатель, ребёнок представляют собой единое целое. Воспитатель выполняет роль защитника и проводника. Родитель предупреждает ребёнка о том, что он ненадолго уйдёт и скоро вернётся. Такая стратегия поведения сохраняется до тех пор, пока ребёнок не перестанет бояться и не начнёт отходить от взрослого. Предполагается оказание адресной помощи детям и широкое использование индивидуальных форм взаимодействия с целью установления доверительного контакта, торможения негативных эмоциональных состояний и снятия излишнего эмоционального возбуждения.

С первых дней поступления ребенка в группу знакомство с помещениями группы и их назначением начинается постепенно. Самое главное в этот период – не торопить ребенка. Важно, чтобы он привык, освоился в новой обстановке; ребенку предоставляется возможность для самостоятельного осмотра группы, игрушек, в это время он присматривается к детям и воспитателям.

Второй период: «мне хорошо здесь, я согласен отпустить тебя". Малыш соглашается остаться в группе один и спокойно отпускает взрослого.

Воспитатель поддерживает в нем уверенность, что мама обязательно за ним придёт после того, как он поспит и покушает.

Предполагается встреча с педагогом-психологом; осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса (систематическое наблюдение за поведением детей); реализация системы групповых, индивидуальных адаптационных игр, подвижных игр, хороводы, направленных на снятие эмоционального напряжения; использование современных образовательных технологий; формирование благоприятного психологического климата в группе. В рамках развивающей и психокоррекционной работы педагогом-психологом в групповой комнате проводятся игровые сеансы, направленные на профилактику дезадаптации детей 1,6 мес. до 2-х лет.

Предполагаются мероприятия по повышению профессиональной компетентности педагогов (Приложение 4), помощь в осуществлении индивидуального подхода к детям; организуется психологическое просвещение родителей чрез использование различных форм взаимодействия (Приложение 6-7), а также образовательные встречи в Консультационном центре.

Этап направлен на консультирование родителей, воспитателей по результатам первичной диагностики с целью индивидуализации педагогом работы с детьми, совместная разработка мер психолого-педагогической поддержки детей «группы риска дезадаптации».

Предполагается психолого-педагогическая поддержка родителей из неблагополучных семей, или родителям детей с особыми образовательными потребностями.

При организации работы с семьей следует соблюдать основные принципы:

открытость детского сада для семьи (каждому родителю предоставляется возможность знать, видеть, как живет и развивается его ребенок); сотрудничество педагогов и родителей в воспитании детей; создание активной развивающей среды. Совместная, согласованная деятельность педагогов, родителей способствует взаимопониманию и позволяет детям пройти адаптацию более успешно.

Третий этап: заключительный (подведение итогов адаптационного периода) Осуществление итоговой диагностики уровня адаптации (дезадаптации) детей к условиям ДООУ; индивидуальные консультации для родителей детей по запросу. На данном этапе предполагается повторное анкетирование воспитателей; беседа (по необходимости), наблюдение педагогом-психологом, старшим воспитателем за деятельностью воспитателей в группе раннего возраста с целью выявления уровня профессиональной компетентности педагогов в организации адаптационного периода. В процессе наблюдения фиксируются факты об осведомленности воспитателей по вопросам адаптации ребёнка к условиям детского сада. Фиксация фактов ведется в письменной форме, возможно, с использованием различных технических средств (фотографии, киносъемки, звукозаписи). На основании наблюдений (окончание реализации программы) предполагается сделать соответствующий анализ, итоговый вывод о повышении уровня теоретических и практических знаний в работе педагогов ДООУ. Для определения уровня психолого-педагогической компетентности педагогов предполагается использование научно-методических материалов, разработанных Н.В.

Кузьминой, М.И. Лукьяновой, А.К. Маркова, Г.С. Трофимовой, Р.А. Захаровой. Структура показателей профессиональной компетентности включает в себя следующие компетенции: информационную, технологическую, коммуникативную, рефлексивную, мотивационную.

Информационная компетенция: знает сущность, факторы и особенности адаптации детей дошкольного возраста, о том какие воспитательные условия необходимы для своевременного и полноценного развития ребенка в период адаптации; проявляет ярко выраженную потребность в постоянном пополнении

знаний. Мотивационная компетенция: проявляет интерес к изучению методической литературы по адаптации, потребность в реализации воспитательной и образовательной функции в период адаптации ребенка.

Технологическая компетенция: умеет организовывать педагогические ситуации, связанные с воспитанием ребенка в период адаптации, использует способы взаимодействия с ребенком для успешной адаптации.

Коммуникативная компетенция: освоил коммуникативные средства, обеспечивающие эффективность взаимодействия с ребёнком в ситуациях;

Рефлексивная компетенция: адекватно, осознанно относится к процессу воспитания и обучения ребенка в период адаптации, осознает ответственность за адаптационных детей. В соответствии со структурой выделены три уровня психолого-педагогической компетентности педагогов по вопросам адаптации детей дошкольного возраста в ДООУ:

Высокий уровень компетентности

- Владеет полным объёмом знаний по вопросам адаптации детей, особенностях, и условиях адаптации. Ярко проявляет потребность в постоянном пополнении знаний. Обладает высокой заинтересованностью по вопросам адаптации детей дошкольного возраста.

- Ярко выражена потребность в реализации помочь ребенку адаптироваться к условиям детского сада.

- Умеет организовывать педагогические ситуации, заинтересовать, вовлечь в игру в период адаптации. Постоянно использует способы взаимодействия с ребенком, обеспечивающие решению задач по успешной адаптации детей.

- Владеет коммуникативными средствами и способами, обеспечивающими эффективность взаимодействия с ребёнком в различных ситуациях. Умеет правильно выстроить работу с родителями, дает рекомендации по вопросам адаптации детей в ДООУ.

- Осознает ответственность за успешную адаптацию в детском саду. Обладает умением анализировать уровень собственной готовности к выполнению успешной адаптации детей в ДООУ. Демонстрирует умение оценивать результаты

собственных воспитательных и образовательных достижений в период адаптации детей дошкольного возраста.

Средний уровень компетентности

- Обладает знаниями об адаптации детей дошкольного возраста не в полном объёме. Потребность в пополнении знаний слабо выражена. Обладает заинтересованностью в вопросах адаптации детей.
- Потребность в реализации воспитательной и образовательной функции по вопросам адаптации детей выражена не ярко. Психологическая готовность к приобщению ребенка к условиям детского сада проявляется эпизодически.
- Стремится продемонстрировать умение организовывать педагогические ситуации, связанные с адаптацией детей дошкольного возраста, но эффективность этого процесса не высокая. Эпизодически использует способы взаимодействия с ребенком, обеспечивающие решению задач по успешной адаптации детей.
- Не в полном объёме владеет коммуникативными средствами и способами, обеспечивающими эффективность взаимодействия с ребёнком в период адаптации.

Не всегда отвечает на поставленные вопросы родителей, частично выстроена работа с родителями по вопросам адаптации детей к детскому саду.

- Недостаточно осознанно относится к процессу воспитания ребенка в период его адаптации. Обладает рефлексивными умениями, но не стремится к анализу собственных воспитательных, образовательных возможностей и достижений в период адаптации детей; использует эпизодически.

Низкий уровень компетентности:

- Не обладает или обладает отдельными, разрозненными сведениями об особенностях и условиях адаптации детей дошкольного возраста. Потребность в пополнении знаний не выражена.
- Мало или совсем не заинтересован и не проявляет ни каких форм работы в вопросах адаптации детей. Психологическая готовность к приобщению ребенка к условиям детского отсутствует.

- Не умеет организовывать педагогические ситуации, связанные с адаптацией детей дошкольного возраста. Практически не использует способы взаимодействия с ребенком, обеспечивающие решению задач по успешной адаптации детей. Не видит особой необходимости вовлекать детей в игры, заинтересовывать их, чтобы, облегчить детям адаптацию.
- Не владеет коммуникативными средствами и способами, обеспечивающими эффективность взаимодействия с ребёнком в период адаптации. Не выстроена работа с родителями.
- Не осознает ответственность за успешную адаптацию детей. Испытывает затруднения в помощи адаптации детей к ДОО.

1.9. Примерный режим дня на период адаптации детей

Приём детей, осмотр	7:00-8:00
Утренняя гимнастика	8:00-8:10
Подготовка к завтраку, завтрак	8:15-8:50
Самостоятельная деятельность, взаимодействие с взрослыми	8:50-9:30
Подготовка к прогулке, прогулка	9:30-11:15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11:15-11:40

Обед	11:40-12:00
Спокойные игры, подготовка ко сну	12:20-12:30
Постепенный подъём, гимнастика после сна	15:00-15:15
Подготовка к полднику, полдник	15:15-15:50
Игры по интересам	15:50-16:10
Подготовка к прогулке	16:10-17:30
Уход домой	17:30

1.10. Планируемые результаты освоения программы

- У ребенка - радостное или устойчиво – спокойное эмоциональное состояние, отсутствие страхов; активно контактирует с взрослыми, легко идет на контакт с детьми или вступает в контакт при поддержке взрослого; проявляет активность в игровой, познавательной деятельности или активен при поддержке взрослого; стремится проявлять самостоятельность в выборе игрушки и игры с ней; активно манипулирует окружающими предметами;
- У родителей - повышение психолого-педагогической компетентности в вопросах адаптации детей раннего возраста в период адаптации к условиям ДОО;
- У воспитателей - повышение уровня профессиональной компетентности по вопросам адаптации детей дошкольного возраста;
- Создание развивающей предметно-пространственной среды, способствующей успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

1.11. Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребенка к ДОУ

Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребенка к ДОУ проводится в три этапа.

1 этап. Первичная диагностика

До прихода ребенка в группу проводится анкетирование родителей с целью выявления готовности ребенка к поступлению в дошкольное образовательное учреждение, прогноза адаптации, факторов риска дезадаптации. В ходе индивидуальной встречи и разговора с родителями и их ребенком формируется первичное представление о готовности ребенка к детскому саду, а также ориентировочно выявляются возможные факторы дезадаптации.

Данные анкетирования дополняются беседой с родителями, возможно, даются родителям «домашние задания» (внести коррективы в режим дня ребенка, использовать полноценную взрослую речь, иметь навык пользования ложкой и другие) или организуется, дополнительно, индивидуальная консультация при подготовке ребенка к посещению детского сада.

Предполагается первичная диагностика детей с целью определения уровня адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения на начальной стадии реализации Программы. Диагностическое обследование проводится посредством наблюдения за ребенком в группе, во время режимных моментов, прогулок, игровых сеансов с использованием методики «Диагностика уровня адаптированности ребенка к ДОУ» Роньжиной А.С. (Приложение 10).

Диагностика осуществляется сразу по нескольким направлениям, главными из которых являются: диагностика развития общения с взрослым, включающая выявление развития речи как средства общения; диагностика уровня развития, ведущей в раннем возрасте, предметной деятельности (двигательные способности и уровень познавательной активности рассматриваются как аспекты предметной деятельности).

Предполагается, что индивидуальные особенности психического развития ребенка могут стать фактором, препятствующим благоприятному течению адаптационного периода. На основании качественного анализа первичной диагностики определяется прогноз протекания адаптации детей к ДОО, составляется карта развития и поведения детей (по показателям нервно-психического развития) и определяется группа развития ребёнка по параметрам, разработанным К.Л.Печорой, Г.В.Пантюхиной, Л.Г.Голубевой. Карта позволяет выделить детей, принадлежащих к группе риска (отстающих в своем развитии от нормы на один или несколько эпикризных сроков). С этими детьми и родителями воспитатели и педагог-психолог ведут особую работу. Карта заполняется неоднократно, по достижении ребенком трехлетнего возраста, психолог получает представление о динамике развития ребенка в период наблюдения.

С целью выявления уровня профессиональной компетентности педагогов в организации адаптационного периода предполагается анкетирование воспитателей. (беседа по вопросам адаптации детей дошкольного возраста, наблюдение за деятельностью воспитателей в группе раннего возраста.

2 этап. Текущая диагностика Воспитатели и педагог-психолог наблюдают за ребенком, совместно в установленные сроки заполняют «Листы адаптации» (Приложение 8). В процессе наблюдения фиксируются отдельные возможные индивидуальные показатели дезадаптации: беспричинный плач; двигательное возбуждение; навязчивые движения или действия и другие. В конце каждой недели формируется итоговое представление по показателям в отношении каждого ребенка и группы детей.

3 этап. Итоговая диагностика

По окончании периода адаптации проводится итоговая диагностика, анализ течения процесса адаптации детей ДОО (данные «Листов адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса, а также сравнительный анализ показателей первичной и итоговой диагностик.

Разработка мер индивидуальной помощи дезадаптированным детям.

Заключительным моментом в итоговой диагностике является составление

2. Тематическое планирование

2.1 Примерное тематическое планирование игровых сеансов по профилактике дезадаптации детей 1,6-2 лет в работе педагога-психолога

В рамках развивающей и психокоррекционной работы в групповой комнате проводятся игровые сеансы. Каждый игровой сеанс проводится в 2-3 этапа.

Цель – обеспечение благополучного хода адаптационного процесса, благоприятного

психологического климата в адаптационной группе. Комплектование и количество игр и упражнений, из которых состоит сеанс, допускается варьировать педагогом. Игровой сеанс длительностью 10-15 минут проводится 1-2 раза в неделю. Каждый из сеансов, возможно, повторять по 2-3 раза, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр.

Работа по каждому из игровых сеансов дополняется задачами, связанными с профилактикой и торможением отрицательных эмоций. Их решение достигается как в

процессе индивидуальных, так и групповых занятий с детьми, как психологом, так и

воспитателем.

№	Тема занятия	Цель занятия	Материалы
1	«Божья коровка»	- создание положительного эмоционального настроения 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.	игрушечная божья коровка, большие и маленькие машинки, матрешки, куклы-улыбашка, кубики и т.п.
2	«Листопад»	- создание атмосферы эмоциональной безопасности; - снятие эмоционального и мышечного напряжения; - снижение импульсивности, повышенной двигательной активности;	большой зонт; магнитофон, кассета с записью шума дождя, кассета с записью медленной спокойной музыки; два кленовых листа (для каждого ребенка)

		- развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп; - развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакций; - развитие речи, воображения, творческих способностей.	
3	«Мячик»	- сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками; - повышение эмоционального тонуса; - развитие чувства ритма, координации движений; - развитие ориентации в пространстве; - обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов; - развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.	большой мяч; мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине)
4	«Прогулка в осенний лес»	- 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.) местонахождение вещей; - развитие общей моторики; - развитие памяти, речи и воображения.	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
5	«Веселый Петрушка»	- развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха; - закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка – мальчик); - закрепление пространственных представлений («верх», «низ»); - развитие общей и мелкой моторики; - развитие восприятия, речи и воображения.	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)
6	«Мячики»	- развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт; друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера); - снятие эмоционального и мышечного напряжения; - развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха; - развитие ориентации в собственном теле; - развитие общей и мелкой моторики; - развитие зрительного восприятия, речи и воображения.	большой красный мяч и маленький синий мячик; мячи среднего размера (для каждой пары детей); магнитофон, кассета с записью спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии
7	«Зайка»	- создание положительного эмоционального настроения в группе; - развитие умения подражать движениям взрослого; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики; - развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; - снижение излишней двигательной активности, импульсивности; - развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.	мягкие игрушки: заяц и лиса; магнитофон, кассета с записью веселой плясовой музыки; мешочек с набором пластиковых овощей
8	«Мыльные пузыри»	- создание положительного эмоционального настроения в группе; - развитие умения подражать движениям взрослого; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики; - развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; - снижение излишней двигательной активности, импульсивности; - развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.	набор для выдувания мыльных пузырей; магнитофон, кассета с записью плавной мелодии; мячи; мячи для подскоков (хоппы)
9	«Мишка»	- сплочение группы, развитие эмпатии; - снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности; - развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры;	игрушечный медвежонок; магнитофон, кассета с записью пения птиц

		- развитие координации движений, общей и мелкой моторики; - развитие внимания, речи и воображения.	
10	«Непослушные мышата»	- 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; - развитие общей и мелкой моторики; - развитие чувства юмора, речи и воображения.	игрушечная мышка; розовый и черный косметические карандаши; большие игрушечные часы; магнитофон, кассета с записью плясовой музыки
11	«Колобок»	- сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества; - 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.	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)

Приёмы торможения отрицательных эмоций:

- переключение;
- игры с песком, водой;
- игры с бытовыми предметами;
- пальчиковые игры, сжимание пальцев (игрушки-пищалки);
- спонтанные, раскрепощающие движения (надувать щеки, рвать бумагу, топтать ногами);
- игры с озвученными игрушками (бубен, барабан, погремушка и т.д.).

Игровые сеансы по профилактике дезадаптации детей.

1. «Назови себя ласково»

Дети сидят в кругу. Педагог кидает каждому ребёнку мяч и просит назвать себя ласково.

2. «Солнышко»

Каждый ребёнок подходит к педагогу и кладёт свою руку на ладонь педагога со словами: «Я люблю...»

Педагог сверху рук детей кладёт свою вторую ладонь со словами: «Посмотрите, какое ласковое доброе солнышко у нас получилось и к каждому ребёнку идёт лучик доброты, ласки, любви.

3. «Мартышки» (Обыгрывание стихотворения)

Мы весёлые мартышки,

Мы играем громко слишком,

Все в ладоши хлопаем

И ногами топаем.

Надуваем щёчки,

Скачем на носочках

И друг другу даже

Языки покажем.

Оттопырим ушки,

Хвостик на макушке,

Пальчик поднесём к виску

И подпрыгнем к потолку.

Шире рот откроем – «А»,

Рожицы состроим.

Как скажу я слово: «Три»,

Все гримасою замри.

Педагог рассматривает «мартышек» и по имени называет детей, у которых получились

смешные позы и мимика.

– Обезьянки играли и все разбросали, давайте поможем им все собрать, прибрать в комнате.

(На последующих занятиях можно чередовать: собрать мягкие и твёрдые игрушки,

большие и маленькие, овощи, продукты, обувь, цветы и др.)

– Разложите по коробкам. На которых изображены один и два предмета.

4. Релаксационное упражнение «Я дарю тебе...»

Все участники стоят по кругу. С помощью мимики, движения, без слов, под мелодичную музыку каждый, начиная с ведущего, по очереди «дарит» своё настроение, положительную эмоцию своему соседу слева.

Игровой сеанс «В гостях у доктора Ухо»

1. «Назови себя ласково»

Психолог кидает каждому ребёнку мяч и просит назвать своё имя «ласково».

Затем все дети проговаривают имя.

2. «Солнышко и туча» (напряжение и расслабление мышц туловища)

Солнце зашло за тучку, стало свежо (сжаться в комок, чтобы согреться, задержать

дыхание). Солнце вышло из-за тучки, жарко (расслабиться); разморило на солнце (на выдохе).

Когда солнышко прячется и появляется тучка: Вам грустно или весело? А когда светит солнышко? Как можно радоваться солнышку?

Психолог раздаёт детям листы бумаги, на которых изображён круг. Необходимо дорисовать лучики, глазки и весёлый рот.

3. «Звукоподражание»

Мы сейчас с вами отправимся в путешествие. Раздаётся гудок: «ду-ду-ду!» (гудят дети)

Вот поезд наш едет, колеса стучат,

А в поезде нашем ребята сидят.

Чу-чу! Чу-чу-чу! Бежит паровоз,

Далеко, далеко ребят он повез.

Чу-чу-чу!

– На дорожке козлик стоит, копытцем стучит и громко кричит. (Показывает игрушку)

Как он копытцем стучит?

– Цок-цок-цок-цок!

– Как он кричит?

– Ме-е-е, ме-е-е, ме-е-е!

Петушок по дорожке идёт и громко песенку поёт. Как он песенку поёт?

– Ку-ка-ре-ку-у-у-у!

– Курочка зёрнышки нашла и цыпляток позвала. Как она их позвала?

– Ко-о-о! Ко-ко-ко-о!

– Ворона корочку хлеба нашла, своих деток позвала. Как она деток звала?

– Кар-кар-кар-кар!

– Гуси травку едят, нас увидели, тянут шеи и шипят. Как они шипят?

– Ш-ш-ш-ш!

– К нам корова пришла, молочка принесла и деток позвала. Как она позвала?

– Му-у-у! Му-у-у! Молока кому-у-у?

4. «Шумелочки»

Психолог берет по одному киндер-сюрприз, в котором находится: горох, манка, фасоль, рис и др. фиксирует, как они звучат, и передает по кругу.

5. Релаксационное упражнение под музыкальное сопровождение «Сон на берегу моря».

Послушайте шум моря. Представьте, что вам снится сон (ведущий рассказывает его содержание - варианты сна могут быть разные, в зависимости от того, что делали дети на занятии): вы видите во сне то, чем мы сегодня занимались...

(таким образом происходит закрепление полученных впечатлений и навыков).

(Пауза.) По сигналу (по счёту, когда заиграет дудочка и т. д.) вы проснётесь.

(Пауза.)

Игровой сеанс «В гостях у доктора Глаз»

1. «Здравствуй, я котик»

Психолог приносит большую игрушку котёнка и предлагает детям по очереди поздороваться с котёнком. Каждый ребёнок жмёт котёнку лапку и представляется, называя

себя по имени: «Здравствуй, я Саша».

2. «Котик ласкает»

Ведущий в роли котёнка ласкает по очереди каждого ребёнка (лапками гладит их по

головке) со словами: «Хороший Сашенька, хорошая Машенька» и т.п.

3. «Котёнок весёлый–грустный» (музыкальное сопровождение)

Психолог просит всех детей превратиться в котят, а затем показать весёлых котят,

когда они играют, после этого – грустных котят, когда они скучают по маме.

И, наконец,

опять весёлых котят, когда им купили новую игрушку.

4. «Таня, ты сейчас в лесу»

Дети встают в круг, один ребёнок – в центре круга. И произносят слова:

Таня, ты сейчас в лесу,

Мы зовём тебя: «Ау!»

Ну-ка, глазки закрывай,

кто скорее отгадай!

Игровой сеанс «Волшебные дорожки»

1. «Маленькие ножки» под музыкальное сопровождение

Психолог показывает по всему залу и предлагает отправиться в путешествие по необыкновенным дорожкам:

Эти дорожки не простые, а волшебные.

По дорожкам кто пройдёт тот и спляшет и споёт,

Затем все дети проговаривают слова и выполняют движения произвольно.

2. «Лицо загорает» (напряжение и расслабление мышц туловища)

Подбородок загорает - подставить солнышку подбородок, слегка разжать губы и зубы

(на вдохе). Летит жучок, хочет сесть на язычок, крепко закрываем рот (задержка дыхания).

Жук улетает. Слегка приоткрыть рот, облегчённо выдохнуть воздух. Нос загорает и т.д.

3. «Рисуем солнышко».

Вам грустно или весело? А когда светит солнышко? Как можно радоваться солнышку?

Психолог раздаёт детям палочки, которые кладутся детьми вокруг круга изображённого на листе бумаге. Необходимо дорисовать лучики, глазки и весёлый рот (под музыкальный ритм)

4. Релаксационное упражнение «Снежинки» под музыкальное сопровождение. А сейчас, мы попали в волшебный зимний лес! Чудесный морозный день. Нам приятно, мы чувствуем себя хорошо, дышится легко и свободно. Вообразим, что мы лёгкие, нежные снежинки. Ручки лёгкие-легкие - это тонкие лучики снежинки. Тело тоже лёгкое, как-будто оно соткано из снежных пушинок. Подул лёгкий ветерок, и снежинки полетели. С каждым вдохом и выдохом вы все выше и выше поднимаетесь над волшебным лесом. Ласковый ветерок нежно гладит маленькие, лёгкие снежинки: пауза поглаживание детей). Гладит... (имя), ласкает... (имя). Вам хорошо и приятно, но вот пришла пора возвращаться домой. Откройте глаза и улыбнитесь ласковому ветерку и хрупкой снежинке, потянитесь.

Игровой сеанс «Веселые колокольчики»

1. «Здравствуй, кто позвал? »

Игра на закрепление знания имени участников

2. Этюд ««Солнышко и тучка» (на напряжение и расслабление мышц туловища). Солнце зашло за тучку, стало свежо - сожмитесь в комок, чтобы согреться (задержка дыхания). Солнце вышло из-за тучки, жарко - расслабьтесь: разморило на солнце (на выдохе).

3. Игра «Минута шалости» (музыкальное сопровождение)

Психолог по сигналу (бубен) предлагает детям шалить: каждый делает все, что ему хочется. Повторный сигнал через 1-2 мин объявляется конец шалости.

4. Релаксационное упражнение «Лентяи».

Сегодня мои дети много занимались, играли и, наверное, устали. Я предлагаю вам немного полениться. Вы - лентяи и нежитесь на мягком-мягком ковре.

Вокруг тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно. Ощущение приятного покоя и отдыха охватывает все ваше тело. Вы спокойно отдыхаете, вы ленитесь. Отдыхают ваши руки, отдыхают ваши ноги...

(пауза - поглаживание детей). Отдыхают ручки у... (имя), отдыхают ножки у...

(имя). Приятное тепло охватывает все ваше тело, вам лень шевелиться, вам приятно. Ваше дыхание совершенно спокойно. Ваши руки, ноги, все тело

расслаблены. Чувство приятного покоя наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы ленитесь. Приятная лень разливается по всем телу.

Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит вам силы и хорошее настроение. Потянитесь, сбросьте с себя лень.

Игровой сеанс «Планета приветствий»

1. «Здравствуй, я »

Психолог приносит большую игрушку зайца и предлагает детям по очереди поздороваться. Каждый ребенок жмет зайцу лапку и представляется, называя себя по имени:

«Здравствуй, я Саша».

2. «Здороваются в различных настроениях»

Радость

Печаль

Удивление

3. «Зайчик веселый – грустный» (музыкальное сопровождение)

Психолог просит всех детей превратиться в зайчат, а затем показать веселых зайчат, когда они играют, после этого – грустных, когда они скучают по маме. И, наконец, опять веселых зайчат, когда им купили новую игрушку.

4. Релаксационное упражнение «На полянке» под музыкальное сопровождение. Представьте себе лесную полянку, на которой растет мягкая травка-муравка. Мы лежим на ней, как на перине. Вокруг все спокойно и тихо, вы дышите ровно и легко. Над нами склоняется полевой цветок, слышится пение птиц, стрекотание кузнечиков. Вы чувствуете, как нежные лучики солнца гладят ваш лоб, щёчки, дотрагиваются до рук, гладят все ваше тело, (пауза - поглаживание детей). Лучики гладят... (имя), ласкают... (и так каждого ребёнка).

Вам хорошо, приятно... А теперь потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Мы чудесно отдохнули.

3. Материально – техническое и кадровое обеспечение Программы

Перечень материального обеспечения:

Наборы:

1. Наборы кубиков
2. Игрушки для развития сенсорики набор
3. Мячи, обруч шт.
4. Набор парных игрушек набор
5. Одинаковые наборы разных игрушек на каждого ребенка
6. Конструктор набор
7. «Волшебный мешочек» 1 шт.

8. Игрушки би-ба-бо набор
9. Кукла-пеленашка шт.

Картинки:

1. Картинки разных героев
- 2 Парные картинки
- 3 Картинки с изображением цветов, животных, птиц
- 4 Картинки «Цветные рукавички»
- 5 Тематические картинки «Радуга цвета»
- 6 Картинка Бабы-Яги
- 7 Картинки волшебниц

Пособия

- 1 «Девочки и мальчики» набор
- 2 «Азбука настроения» набор
- 3 «Классификация» набор
- 4 «Герои сказок» набор
- 5 «Полянка настроений» набор
- 6 Картотека игрового комплекса набор
- 7 Картотека адаптационных игр набор

Средства

1. Стулья, столы
2. Маленький диван
3. Телевизор
4. Мягкое ковровое покрытие для релаксации
5. Зеркала
6. Образцы узоров для ковриков, зонтиков комплект
7. Счетные палочки
8. Карточки с правилами набор

Изобразительные материалы

1. Бумага для рисования альбомы
2. Цветная бумага наборы
3. Простые карандаши
4. Наборы цветных карандашей
5. Наборы цветных мелков
6. Набор силуэтов парных рукавичек для

Раскрашивания пары

7. Ножницы по необходимости

8. Краски наборы

Вспомогательный материал:

1. Повязки на глаза

2. Коврики шт.

3. Маски шт.

4. Мыло, мыльные пузыри шт.

5. Песок, формочки для игр с песком

6. Аудиозапись веселой, спокойной музыки д

2 Картотека мультиков

Важным компонентом в реализации программы является развивающая предметно –пространственная среда, в которой проходит образовательный процесс.

При создании среды в группе учитывались следующие принципы:

- Доступность.
- Безопасность.
- Содержательность, насыщенность.
- Эстетическая привлекательность.
- Вариативность.
- Транспортируемость.
- Комфортность.
- Она должна быть здоровье – сберегающей и развивающей. Безопасность и психологическая комфортность пребывания детей в группе.

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. Необходимо выделить в группе место, которое бы позволяло детям свободно двигаться.

Центр движения мы разделили на две части: игровые двигательные модули и спортивный уголок.

Игровые двигательные модули, в этом уголке собраны технические игрушки: машины, каталки, коляски. В спортивном уголке имеется спортивный инвентарь.

Центр сенсорного развития дидактический стол предназначен для действий с обучающими игрушками и материалами для сенсорного развития и формирования действий руки с целью активизации ориентировочно-исследовательских действий с предметами. Работа с дидактическим столом организуется по двум направлениям: проведение игр - занятий с небольшой группой детей и индивидуально. Цель данных занятий - развитие сенсорных способностей, т.е. представлений о величине, цвете, фактуре предметов. Побуждение малышей к самостоятельным

действиям с дидактическим материалом. Взрослый наблюдает за работой ребёнка, при необходимости оказывает помощь, хвалит. Комплектация дидактического стола: пирамидки (размер и форма различные), вкладыши разного типа, кубики, предметы для развития мелкой моторики рук: шнуровки (разного типа), застёжки «молнии», набор объёмных геометрических форм и т.д. Центр "Сюжетно-ролевых игр" в игровой «жилой комнате» собраны предметы, которые максимально приближают детей к окружающим предметам быта. Имеется игровая мебель: уголок для купания, пеленания, кукольные кровати, кухня, столик, мягкий диван и кресло. Для сюжетно-ролевых игр имеются игрушки: куклы, пупсы, комплект постельного белья, спальные принадлежности, наборы посуды, а также входят уголки «Парикмахерская», «Больница».

Центр конструирования В этой зоне собраны различные виды конструкторов и строительного материала; игрушки для обыгрывания построек и для других видов игр расставлены с учётом того, что дикие, домашние животные и птицы «живут» в разных местах. Центр снабжён выдвижными ящиками, предназначенными для любимых игрушек детей, а также имеется уголок гараж. Центр песка и воды, в который входит уголок природы, набор «Водный мир», водяная мельница, чудо-дерево по временам года.

Центр ИЗО деятельности - это место, где находится стол, магнитная доска, для демонстрации детских работ, листы бумаги, двусторонний мольберт для рисования, фломастеры, восковые мелки, цветные карандаши - рекомендуется для развития художественных навыков детей. Материалы для изобразительной деятельности находятся в недоступном для свободного пользования детей месте (во избежание травм) и применяются детьми только под строгим присмотром воспитателя.

Центр литературы в книжном уголке находится столик, на котором расположены корзинки с детской литературой, а также корзинка с фотоальбомами «Моя семья». Уголок предназначен для развития речи и ознакомления с художественной литературой.

Центр театра для различных инсценировок у нас в группе имеется шкаф в нём находится различная одежда, маски, шапочки; находятся элементы некоторых видов театра (куклы, вязаные герои для показа на фланелеграфе).

Так проходит социализация ребёнка уже в ранний период его жизни.

Немаловажным

является и то, что ассортимент игровой мебели выполнен гарнитурно.

Закруглённость форм представленных изделий не только снимает опасность травмы об острые углы, но и приятна для глаза, так как демонстрирует мягкость и плавность линий.

Мягкая мебель — кресло, диванчик для отдыха, обтянутые мягкими тканями, создают колорит домашности, уюта.

Вся мебель в интерьере группы раннего возраста состоит из невысоких шкафов,

которые в нижней части не закрываются наглухо створками. Такая мебель рассчитана на самостоятельное пользование детьми.

Ковёр (палас) расположен в той части комнаты, где дети играют. Вещь служит не украшением, а выполняя своего функционального назначения.

Реализация программы обеспечивается педагогом-психологом дошкольного учреждения и воспитателями группы, на которой реализуется Программа.

Педагогические работники, реализующие Программу, должны обладать основными компетенциями, необходимыми для создания условий развития детей.

Такие условия (в соответствии с п. 3.2.5. ФГОС ДО) предполагают:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- поддержку индивидуальности и инициативы детей;
- установление правил взаимодействия в разных ситуациях;
- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребёнка в совместной деятельности с взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности.

Педагогические работники должны обеспечить:

- консультативную поддержку родителям по вопросам развития детей;
- организационно-методическое сопровождение процесса реализации Программы.

4. Заключение

Анализ работы по адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО с использованием представленной Программы показал следующее:

- В процессе работы по адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению учитывалось три направления работы: работа с детьми, работа с родителями, работа с воспитателями, что обеспечило продуктивное взаимодействие детского сада с семьей;
- В ходе диагностического обследования детей на первом этапе реализации Программы отмечено: отсутствие детей с радостным, или устойчиво – спокойным эмоциональным состоянием, с наличием активных контактов с взрослыми, детьми; у 7 (70%) детей – эмоциональное состояние нестабильно, однако при эмоциональной поддержке взрослого дети проявляют познавательную и поведенческую активность, легче адаптируются к новой ситуации; у 3 (30%) детей – эмоциональное состояние выражается плачем или криком, отмечается отказ от активных движений, отсутствие инициативности, хныканье, подавленность, напряженность;
- На протяжении всего периода адаптации для детей были созданы благоприятные условия: гибкий режим дня, соответствующая развивающая

предметно- пространственная среда, укрепление физического здоровья, организованная игровая деятельность; педагог-психолог воспитатель ребёнок специалисты ДОО (по необходимости) родители.

- Оказана психолого-педагогическая помощь детям раннего возраста в преодолении стрессовых состояний и снятию тревожности в период адаптации к детскому саду посредством проведения игровых занятий, игровых сеансов, бесед с родителями;

- В работе с детьми применялись эффективные методы, техники, а также современные образовательные технологии (здоровьесберегающие технологии, личностно-ориентированные, игровые технологии); в работе с родителями – продуктивные формы взаимодействия (образовательные встречи, Клуб счастливой семьи, групповые консультации, психологические встречи и другие);

- В результате полученных результатов выявлено: на начало реализации Программы у двоих воспитателей - средний уровень профессиональной компетентности (67%), у

одного – низкий уровень (33%); на окончание реализации Программы у двоих – высокий уровень (67%), у одной – средний уровень профессиональной компетентности (33%). Таким образом, следует сделать вывод, что разработанная и реализованная Программа показала важность мероприятий, направленных на повышение профессиональной компетентности воспитателей по вопросам адаптации ребёнка к условиям детского сада;

- В процессе реализации Программы благодаря продуктивному сотрудничеству с воспитателями, со специалистами детского сада, оказанию своевременной консультативной помощи родителям отмечается повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах адаптации детей

раннего возраста в период адаптации к условиям ДОО;

- Выявлено по окончанию адаптационного периода:

- у 7 (70%) детей стабильность положительных эмоций, легко расстаются с родителями, легко идут на контакты с взрослыми, друг с другом, придерживаются установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, пытаются корректировать своё поведение; умеют играть рядом с другими детьми, стремятся проявить элементы сюжетно – ролевой игры; период адаптации прошёл в срок до 15 дней (легкая степень адаптации к условиям ДОО);

- у 3 (30%) детей – эмоциональное состояние нестабильно, иногда задумчивые, замкнутые; безразличие к играм, однако при эмоциональной поддержке взрослого дети проявляют познавательную и поведенческую активность; длительность периода адаптации - 15-25 дней (средняя степень адаптации);

Количественные и качественные показатели проделанной работы, сравнительные данные об уровне адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО первичной и итоговой диагностики Программы подтверждают успешность адаптации в дошкольном учреждении.

5. Список используемых источников

1. Афонькина. Ю.А. Психологическая безопасность ребёнка раннего возраста. Современные технологии. Программа адаптации. Диагностические методики. Игровой материал / - Волгоград: Учитель, 2012.
2. Галигузова, Л. Н. Дошкольная педагогика: учебник и практикум для академического бакалавриата. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019.
3. Гонина О.О. Психология дошкольного возраста. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издво Юрайт, 2020.
4. Белкина, В.Н. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ / В.Н. Белкина, Л.В. Белкина. – Воронеж: Учитель, 2006.
5. Корепова Н.Б. Программа психолого-педагогического сопровождения педагогов, детей и родителей в период подготовки к адаптации и собственно адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ.- Сыктывкар, 2018.
6. Полтавцева Н.В. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании. – М.: Издательство Флинта, 2016.
7. Маханева М.Д. Игровые занятия с детьми от 1 до 3 лет. – Москва, 2005.
8. Маханева М. Д. Решикова СВ. Игровые занятия с детьми от 1 до 3 лет. Мозаика-Синтез, 2003.
9. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. В. Микляева [и др.]/ под ред. Н. В. Микляевой. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2020.
10. Печора К.Л. Пантюхина Г.В "Диагностика развития детей раннего возраста" серия "От рождения до трех" Сфера.2016.
11. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. – М.: ООО «Национальный книжный центр», 2015.
12. Севостьянова Е.О. Дружная семейка. /Программа адаптации детей к ДООУ. - М., 2005.
13. Терехина О.А. Здравствуй, детский сад!: психолого-педагогическое сопровождение в период адаптации к дошкольному учреждению / О.А. Терехина, В.С. Богословская. – Мозырь, ООО ИД «Белый ветер», 2006.

Приложения:

Приложение 1

Адаптационные игры с детьми 1,6мес.– 2 года.

Игры для налаживания контакта с ребенком

Дай ручку!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка с взрослым, налаживание контакта.

Ход игры: Педагог подходит к ребенку и протягивает ему руку.

—Давай здороваться. Дай ручку!

Чтобы не испугать малыша, не следует проявлять излишнюю напористость: не подходите слишком близко, слова обращения к ребенку произносите негромким, спокойным

голосом. Чтобы общение было корректным, присядьте на корточки или детский стульчик — лучше, чтобы взрослый и ребенок находились на одном уровне, могли смотреть в лицо друг

другу.

Привет! Пока!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

Ход игры: Педагог подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь.

—Привет! Привет!

Затем предлагает ребенку ответить на приветствие.

—Давай здороваться. Помаши ручкой! Привет!

При прощании игра повторяется — педагог машет рукой.

—Пока! Пока!

Затем предлагает малышу попрощаться.

—Помаши ручкой на прощание. Пока!

Этот ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце занятия. Постепенно ребенок станет проявлять больше инициативы, научиться приветствовать

педагога при встрече и прощании самостоятельно. Эта игра полезна тем, что учит правилам

поведения между людьми.

Ку-ку!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка с взрослым, налаживание контакта; развитие внимания.

Оборудование: кукла Петрушка {в ступке}.

Ход игры: Педагог показывает малышу игрушку (Петрушка спрятался).

— Ой! Кто это там прячется? Кто там?

Затем Петрушка показывается со словами: —Ку-ку! Это я, Петрушка!

Лови мячик!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; развитие движений.

Оборудование: небольшой резиновый мячик или пластмассовый шарик.

Ход игры: Педагог берет в руки мячик, предлагает ребенку поиграть с ним.

Лучше организовать игру на полу: педагог и ребенок сидят напротив друг друга, широко расставив ноги, чтобы мячик не укатился мимо.

Давай поиграем в мячик. Лови мячик!

Педагог катит мячик по направлению к малышу. Затем побуждает его катить мячик в обратном направлении, ловит мяч, эмоционально комментирует ход игры.

Кати мячик! Оп! Поймала мячик!

Игра проводится в течение некоторого времени, прекратить игру следует при первом признаке усталости или потере интереса со стороны ребенка.

Петрушка

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта. Оборудование: кукла Петрушка (би-ба-бо).

Ход игры: Незаметно для ребенка педагог надевает на руку игрушку, затем начинает игру. Петрушка подходит к малышу, кланяется.

— Я Петрушка — веселая игрушка! Привет-привет!

Затем Петрушка предлагает малышу поздороваться, берет его руку в свои.

— Давай здороваться! Дай ручку!

После этого Петрушка выполняет различные действия: хлопает в ладоши, танцует и поет, предлагая ребенку повторить эти действия.

Давай хлопать в ладошки — хлоп-хлоп-хлоп! А сейчас я песенку спою: ля-ляля! Ля-ля-ля!

Затем Петрушка прячется и появляется вновь. Игра заканчивается тем, что игрушка прощается и уходит.

Поезд

Цель: развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

Ход игры. Воспитатель предлагает поиграть в «поезд»: «Я — паровоз, а вы — вагончики». Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего.

«Поехали», - говорит взрослый, и все начинают двигаться, приговаривая: «Чу-чу-чу».

Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом замедляет ход, останавливается и говорит: «Остановка». Через некоторое время поезд опять отправляется в путь. Эта игра способствует отработке основных движений — бега и ходьбы.

Кто в кулачке?

Цель: развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание

контакта.

Ход игры. Воспитатель раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать, и просит его повторить. Возможно, придется помочь ему убрать большой палец в кулак. Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения.

Кто залез ко мне в кулачок?

Это, может быть, сверчок? (Сжать пальцы в кулак.)

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай! (Выставить вперед большой палец.)

Приложение 2

Мини-круглый стол «Адаптация: ребенок дерется»

Что делать, если ребенок дерется?

В дошкольном возрасте, многие родители сталкиваются с детской агрессией.

Дети ссорятся с ровесниками и старшими детьми, со взрослыми. Не стоит пугаться, нужно задуматься о том, чем можно в данный момент помочь ребенку.

Причины драки

- Равнодушие
- Холодность близких – равнодушие, отстраненность, суровое воспитание
- Стремление к контролю
- Часто драка - это форма борьбы за самостоятельность, которую родители невольно подрывают своей чрезмерной опекой.

Агрессия – привычка, ссоры и насилие в семье, физические наказания, открыто-агрессивные родители могут быть причиной агрессивности ребенка. Дети понимают, что решение проблемы насилием возможно, и подсознательно копируют поведение взрослых. Неверные установки, игнорирование и поддержка агрессивных проявлений. Частое заявление взрослых - «кто не умеет постоять за себя, тот - неполноценный человек», дополняется тем,

что мы ругаем ребенка за недостатки и ставим ему в пример других, «хороших» детей; неуважительно относимся к способностям ребенка, к его манере поведения, к его занятиям, провоцируя негатив. Здесь же можно упомянуть фильмы, мультики, передачи агрессивного содержания. Ревность. Массу проблем вызывает вопрос личного пространства. Нужно учить делиться, но у ребенка должны быть и свои собственные вещи, трогать которые без разрешения нельзя никому. Увлеченность. Если малыш чем-то увлеченно занят, то совсем не обязательно отвлекать его. А в ходе подвижных игр с ребенком, особенно «боевых», важно не упустить момент, когда малыш начинает всерьез воспринимать игру. Ведь тогда он уже бьет в полную силу и со всей злости.

Что нельзя делать

- Запрещать ребенку выражать свои эмоции.
- Пускать все на самотек.
- Кричать на детей, запугивать, унижать, наказывать, выдвигать обвинения.
- Переносить агрессию на игрушки и животных.
- Выяснять, кто первый начал. Начало драки могло случиться позавчера.

Что же делать?

Вырабатывать терпение, а также и самого ребенка учить контролировать эмоции.

Развивайте чувство юмора, умение словом описывать гнев через «я-сообщения». Переносите агрессию ребенка на мягкий мяч, комканное разрывание бумажных изделий, на изображение в рисунке лепке аппликации своих переживаний, в громкий топот. Акцентируйте ребенка на том, какой он хороший, поднимайте его самооценку. Непосредственно в момент ссоры и драки отвлекайте общей игрой, не поощряйте в детях ябедничества. Хвалите детей, за выход из конфликта. Больше объятий и открытой демонстрации своего расположения к ребенку.

Советы взрослому, которые помогут предупредить нежелательные формы поведения ребенка.

- Будьте настойчивы и последовательны в предъявляемых ребенку требованиях.
- Давайте оценку всем самостоятельно выполненным им поручениям и заданиям; при этом оценка должна быть обязательно положительной (найдите что-нибудь достойное похвалы в каждом его поступке и работе и сообщите ребенку об этом).
- Жестких, неукоснительно предъявляемых дошкольнику требований не должно быть много.
- Выполняйте монотонные операции вместе с ребенком – достаточно просто вашему присутствия рядом.

Приложение 3

Анкета для родителей

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в анкетном опросе. Ваши ответы помогут сотрудникам детского сада узнать индивидуальные особенности и желания Вашего ребенка для создания благоприятных условий его развития.

I. 1.

Ф.И. ребенка

Дата рождения

Дата заполнения

2. Ф.И.О. матери

Образование, род деятельности

3. Ф.И.О. отца

Образование, род деятельности

4. Состав семьи (кто постоянно проживает с ребенком)

5. Есть ли в семье другие дети, их возраст, взаимоотношения с ними

6. Основные виды игр и занятий дома?

7. Может ли ребенок сам найти себе занятие дома?

II. 1. Как Ваш ребенок засыпает (быстро/медленно, спокойно/неспокойно, с дополнительными воздействиями/без дополнительных воздействий)?

2. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?

3. Как ребенок спит?

а) спокойно;

б) беспокойно (чутко; часто просыпается, но легко засыпает вновь; бывают ночные страхи, страшные сны; разговаривает во сне, др.)

4. Как относится к введению новой пищи, аппетит

5. Заявляет ли о физическом дискомфорте и каким способом: устал, хочет есть, пить, спать, мокрые штанишки?

6. Какими навыками самообслуживания владеет самостоятельно: ест ложкой, пьет из чашки, пользуется горшком, оказывает содействие при одевании? (подчеркнуть)
7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки (сосет палец, раскачивается, крутит головой и т.д.)?

8. Часто ли болеет?

III. 1. Как переносит разлуки с матерью?

2. Какова была максимальная длительность такой разлуки?

3. Подражает ли взрослым, проявляет ли интерес к их делам?

4. Как относится к оценке взрослого:

- положительной: _____ - отрицательной: _____

5. Стремится ли демонстрировать свои достижения, умения взрослому?

6. Легко ли идет на контакт с взрослыми, сверстниками (легко; избирательно; трудно)?

V. 1. Каковы Ваши действия в следующих ситуациях:

- ребенок отказывается есть

- ребенок не может заснуть

- намочил штанишки

- сломал игрушку или предмет, которым пользуются взрослые

- не реагирует на запрет и продолжает настаивать на желаемом, капризничает

VI. 1. Как передвигается ребенок?

а) преимущественно бегом;

б) беготня чередуется со спокойным перемещением.

2. Следует ли ребенок определенному порядку в проявлении своей жизнедеятельности

(просыпается и засыпает приблизительно в одно и то же время, съедает ежедневно

приблизительно одинаковое количество пищи, проявляет активность или спокойствие в одно и то же время суток)?

а) да; б) нет.

3. Легко ли привыкает к новой ситуации (возникают ли проблемы, когда приходится

спать на новом месте, оставаться с новым человеком, сопротивляться тем или иным

переменам в повседневной жизни)?

а) да; б) нет.

4. Как Ваш ребенок выражает свои чувства?

а) протестует активно: если огорчен, заливается слезами; если рад, громко хохочет.

б) протестует тихо: от огорчения хнычет, хмурится; от радости улыбается.

5. Какое настроение преобладает?

а) хорошее, бодрое;

б) подавленное, вялое или серьезное.

6. Может ли ребенок достаточно долго заниматься каким-то делом, проявлять настойчивость?

а) да; б) нет.

7. Проявляет ли Ваш ребенок особую разборчивость в мелочах (протестует, когда

надевают на него несколько тесную одежду; замечает, если несколько меняется вкус

любимого блюда; реагирует на запахи и пр.)?

а) да; б) нет.

СПАСИБО !

Приложение 4

Консультация для воспитателей

«Рекомендации воспитателям в период адаптации ребёнка к условиям детского сада»

В каждом детском саду есть уже свой отработанный алгоритм адаптации ребенка.

На первой неделе устройте - знакомство ребёнка с садиком. Можно привести малыша, когда его группа на прогулке: пусть поиграет рядом с другими детьми. Возможно, он с кем-то подружится и ему будет гораздо проще вместе с другом войти в незнакомое помещение. Можно привести ребёнка в помещение группы, когда остальные дети гуляют, и провести вместе с ним небольшую экскурсию: посмотреть игрушки, кроватку, где он будет спать, заглянуть в его шкафчик в раздевалке, показать умывальник и туалет.

На второй неделе начинать постепенно доводить время присутствия до 2-3 часов.

Если малыш не проявляет беспокойства, то можно увеличить время его пребывания в дошкольном учреждении.

На третьей неделе хорошо было бы забирать ребёнка сразу после обеда, перед дневным сном.

Четвёртая неделя, пожалуй, самая трудная: адаптация к дневному сну.

Родителям придётся провести большую психологическую подготовку малыша, но очень желательно, начиная с четвёртой недели, оставлять ребёнка на дневной сон и приучать к организованной игровой деятельности после сна.

Во время адаптационного периода важно постараться создать ребёнку условия для спокойного отдыха дома. Он в этот период очень перегружен впечатлениями и дополнительная нагрузка на нервную систему ему не нужна.

В среднем, адаптационный период длится около полугода, поэтому хочется пожелать родителям терпения, особенно на начальном этапе. Возможны капризы, протесты, частые болезни. Потом, когда всё наладится и нормализуется, Вам станет легче.

По тому, как дети приспосабливаются к садику, их можно разделить на три основные группы.

Тяжелая степень адаптации – дети, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания. Это наиболее неблагоприятный вариант.

Поведение ребенка:

Контакт с ребёнком удаётся установить только через родителей (в лучшем случае с ребёнком вообще не удаётся установить контакт). Малыш переходит от

одной игрушки к другой, ни на чем, не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей. Очень часто родители находятся в слиянии с ребёнком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду.

Но, постепенно все может уладиться, и это во многом зависит от обстановки дома.

Запомните, что ребенку с тяжелой адаптацией, помимо вас и воспитателей, поможет только педиатр или узкий специалист!

Средняя степень адаптации— в эту группу опадают дети без нервных расстройств – они в детском саду «всего лишь» начинают часто болеть. Еще бы, происходит «обмен» всевозможными инфекциями. Подобную «прививку» могут выдержать далеко не все дети – у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности. При этом типе адаптации заболеваемость ребенка может снизить врач. Чем раньше он назначит корректирующие мероприятия ребенку, тем меньше вероятность, что малыш ваш заболеет, а значит, адаптация его приблизится к благоприятной. И это, в свою очередь, поможет адаптироваться вашему ребенку и в дальнейшем, когда он переступит порог школы.

Поведение ребенка:

Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).

При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает. Причем, как правило, болезнь протекает без каких-то осложнений, что может служить главным признаком отличия указанного типа адаптации от неблагоприятного варианта.

Легкая степень адаптация – наконец, почти половина детей составляет самую благополучную группу – они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием.

Обычно период адаптации составляет 15 дней. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны вам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Поведение ребенка:

Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители, например, понарошку кормит куклу, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительная, эмоции легко

распознаются. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним. Полярным типом для тяжелой адаптации, является тип легкой адаптации ребенка, когда малыш ваш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего – полмесяца.

Каждый ребенок привыкает к жизни в детском саду по-своему. Одному ребенку на адаптацию потребуется всего неделя, а другому – целый месяц.

Продолжительность привыкания зависит от многих факторов. Надо учитывать темперамент малыша, его состояние здоровья, какова обстановка в семье и даже то, насколько готовы к этому важному этапу сами родители. Некоторые дети в первые дни проявляют нешуточную агрессию: царапаются, кусаются, бросаются на пол, с яростью швыряют предлагаемые игрушки. Иногда бывает все наоборот: малыш после расставания с мамой замыкается в себе и, находясь в крайнем напряжении, еле сдерживает рыдания; сидит, уткнувшись в одну точку, не притрагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. Так что родители должны быть готовы ко всему. Чтобы более детально и как можно объективнее судить об этом этапе, психологами был специально разработан ряд необходимых показателей, достаточно информативно характеризующих особенности поведения и проявление эмоций у ребенка, адаптирующегося к новому организационному коллективу, и эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад.

Эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад:

Отрицательные эмоции – как правило, важнейший компонент, встречающийся практически у каждого ребенка, впервые адаптирующегося к новому организационному коллективу.

Обычно проявления различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. При ней малыш подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. Он есть, и в то же время его нет. Сидит как будто окаменелый, весь погруженный сам в себя. Не ест, не пьет, не отвечает на вопросы, о сне вообще не стоит говорить. Но, вдруг исчезает вся окаменелость, и он безумно мечется по группе, напоминая «белку в колесе». Как вихрь вырывается из рук нянь или воспитателей и мчится к выходу, со всеми конфликтуя на ходу. Там замирает, а потом, рыдая, зовет маму, захлебываясь в собственных слезах. Но вдруг бессильно замолкает, вновь превратившись в манекен. И так по несколько раз в день. Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что на какое-то время у малыша все негативные эмоции внезапно отступают на последний план в связи с тем, что их оттесняют положительные. Но, к сожалению, все это лишь на время. Чаще всего на время ориентировочной реакции, когда малыш во власти новизны.

В палитру плача входит также и «плач за компанию», которым уже почти

адаптированный к саду ваш ребенок поддерживает «новичков», пришедших в группу, и составляет «плачущий дуэт» или же просто подпевает в хоре. Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у ребенка держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями, бегающими на работу.

Страх – обычный спутник отрицательных эмоций, их «сослуживец», «компаньон» и «друг». Навряд ли вам удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз во время адаптации к детсаду. Ведь ваш малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем лишь видит скрытую угрозу для своего существования на свете. Поэтому он многого боится, и страх преследует его буквально по пятам. Малыш боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, малыш боится новых воспитателей, а главное, того, что вы забудете о нем, уйдя из сада на работу. Малыш боится, что вы предали его, что не придете за ним вечером, чтобы забрать домой... Малыш боится... Очень часто мы невольно сами, провоцируем его глобальный страх. И этот страх – источник стресса, а приступы его можно расценивать как пусковые механизмы стрессовых реакций.

Гнев: Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В такой момент малыш ваш, словно маленький агрессор, пантерой готов прыгнуть на обидчика, отстаивая свою правоту. В период адаптации ребенок похож на «ахиллесову пяту» и оттого раним настолько, что поводом для гнева может служить все. Поэтому гнев и рождаемая им агрессия способны разгореться, даже если нету искры, как будто бы в самом ребенке заложена пороховая бочка.

Положительные эмоции – противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Обычно в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда малыш как будто «опьянен» ориентировочной реакцией на «прелесть новизны». Чем легче адаптируется ваш ребенок, тем раньше проявляются они, похожие на первых ласточек, всем возвещающих о завершении у вашего ребенка адаптационного процесса. Особенно благоприятна радость. Вообще, улыбка и веселый смех, пожалуй, - главные «лекарства», вылечивающие большинство из негативных сдвигов адаптационного периода.

Социальные контакты. Уже в три года ваш малыш обычно любит контактировать с людьми, сам выбирая повод для контакта.

Коммуникабельность ребенка – это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается и это свойство. Такие дети замкнуты и нелюдимы, все время проводят лишь в «гордом одиночестве». На смену этой «гордой бесконтактности» приходит «компромиссная контактность», означающая то, что ваш ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт с взрослыми людьми. Однако эта инициатива мнима. Она нужна ребенку только лишь как выход из сложившегося положения и не

направлена на улучшение общения с людьми, особенно со сверстниками. В такой момент малыш обычно, плача, подбегает к воспитательнице, хватая ее за руку, пытается тянуть к входной двери и молит, чтобы она отвела его домой. Малыш готов пойти на компромисс с заведующей или няней, он даже молит медсестру... пусть не домой, но только чтобы увели его из группы, чтобы забрали поскорей от этих, не умеющих вести себя детей. Нет, он не хочет и не может дружить с ними. Насколько проще было дома, когда он проводил все дни один.

Как только ваш малыш сумеет наконец наладить нужные контакты в группе, все сдвиги адаптационного периода пойдут на убыль – и это будет важным шагом к завершению всего процесса адаптации у вашего ребенка.

Познавательная деятельность – обычно верный «друг» всех положительных эмоций.

Как и они, познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций. В три года эта деятельность тесно связана с игрой.

Поэтому малыш, впервые придя в детский сад, нередко не интересуется игрушками и не желает интересоваться ими. Ему не хочется знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним. Ваш «почемучка» словно в зимней спячке, и познавательная деятельность его заторможена. Однако, как только он проснется, или, в конце концов, вы все-таки «разбудите» его, активность стресса станет минимальной и в скором времени исчезнет насовсем.

Социальные навыки. Под прессом стресса ваш малыш обычно изменяется настолько, что может «растерять» почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома. Все это вызывает частые насмешки у детей и недовольство воспитателей, как правило, считающих, что ваш малыш совсем не подготовлен к саду. Его приходится кормить из ложечки и умывать, как младенца. Он «не умеет» одеваться, раздеваться и пользоваться носовым платком. Не знает, когда надо говорить спасибо. Ну, словом, маленький дикарь. Однако же по мере адаптации ребенка к условиям организованного коллектива, он «вспоминает» вдруг забытые им навыки, в придачу к ним легко усваивая новые.

Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется и речь, не прогрессируя, а в сторону регресса. Словарный запас малыша скудеет, и он на несколько ступенек словно опускается вдруг вниз, при разговоре с вами лишь употребляя младенческие или облегченные слова. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. И предложения из многосложных стали односложными. В ответах на вопросы – «телеграфный стиль». Такая речь – итог тяжелой адаптации. При легкой – она или же не изменяется совсем, или описанные изменения касаются ее чуть-чуть. Однако в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.

Двигательная активность. Во время адаптационного процесса довольно редко

сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен.

Однако постарайтесь все-таки не путать его активность, измененную в связи с процессом адаптации, с активностью, присущей темпераменту ребенка.

Сон. Вначале сон отсутствует совсем, и в тихий час малыш как «ванька-встанька». Его не успеваешь уложить, как он уже сидит, рыдая, на кровати. По мере привыкания к детсаду ребенок начинает засыпать. Но сон очень беспокойный, ребенок во время сна всхлипывает или внезапно пробуждается. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.

Аппетит. Чем менее благоприятно адаптируется ваш ребенок, тем хуже его аппетит, иногда совсем отсутствует, как будто бы ребенок объявляет голодовку. Гораздо реже малыш впадает вдруг в другую крайность, и ест много, пытаясь своим «волчьим» аппетитом хоть как-то удовлетворить свои неудовлетворенные потребности. Нормализация пониженного или же повышенного аппетита, как правило, сигнализирует о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного выше эмоционального портрета.

На фоне стресса ребенок может похудеть, но, адаптировавшись, он легко и быстро не

только восстановит свой первоначальный вес, но и начнет в дальнейшем поправляться.

Приложение 5

Стендовая информация «Советы психолога»

Обеспечьте малышу постепенное вхождение в новые условия. Постарайтесь не оставлять его сразу на целый день. Желательно первое время забирать тогда, когда малыш еще не устал, и ему не хочется уходить – сразу после дневной прогулки или после обеда. Тем самым Вы сформируете у него желание снова прийти в сад.

Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете, постарайтесь строго выполнять свои обещания. Если малыш плачет при расставании с Вами, твердо скажите ему, что Вы его оставляете на несколько часов, что так надо, что Вы его любите и обязательно приедете за ним в определенное время. Сократите «сцену прощания», создайте «ритуал прощания», например, заранее договоритесь с ребенком, что Вы помашете ему в окно: так ему будет легче отпустить Вас. И, конечно, не забудьте похвалить за спокойное расставание. Постарайтесь на время адаптации до минимума снизить нагрузку на нервную систему малыша. Для этого обеспечьте спокойную семейную обстановку, на

время прекратите походы в цирк, театр, гости. В выходные дни дома постарайтесь соблюдать такой же режим, как и в детском саду.

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. На начальном этапе дети зачастую чувствуют себя скованно и вынуждены сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению, которое, если не разрядить, может стать причиной невроза. Поэтому дома чаще обнимайте малыша, играйте с ним в веселые подвижные игры, поощряйте выражение эмоций, детский смех.

Терпимо относитесь к детским слезам, капризам. Помните, что малышу сейчас нелегко, а слезы – естественный выход отрицательных эмоций.

Проявляйте гибкость. Проблемы адаптации могут возобновиться после праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. Поэтому важно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.

Поддерживайте контакт с воспитателями. Расскажите об индивидуальных особенностях Вашего ребенка, обсуждайте возникающие проблемы.

Подчеркивайте, что Ваш ребенок Вам, как и прежде, дорог и любим!

Приложение 6

Памятка для родителей

«Как подготовить ребёнка к поступлению в детский сад»

Детский сад – это не только новое окружение, новая обстановка, новые люди. Это и первое расставание ребенка с близкими людьми, и, следовательно, первое большое испытание, которое он встретит самостоятельно. Малышу надо приспособиться к новому ритму и требованиям воспитателя. Чтобы стресс не был болезненным и не затянулся на долгие недели, необходима разумная и последовательная помощь родителей.

1. Свое решение о посещении детского сада необходимо сообщить ребенку с радостью, преподнести его как награду.
2. Готовить ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим.
3. Покупать вещи для детского сада вместе с ребенком. Заботится о том, чтобы вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застёжек и пуговиц, обувь – на липучках или на молнии.

4. Заранее узнать режим дня в дошкольном учреждении и организовать похожий режим дома.

5. Отправлять малыша в детский сад лишь при условии, что он здоров.

Повысить роль

закаливающих мероприятий.

6. Как можно раньше познакомить ребенка с детьми и воспитателями в детском саду.

Раскрыть малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

7. Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он там будет делать.

8. Учить ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания.

9. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.

10. Продумать, кто будет приводить и уводить ребенка.

11. Планировать свое время так, чтобы не оставлять малыша первое время на целый день в детском саду. Все время объяснять ребенку, что он для Вас по-прежнему дорог и любим.

12. Накануне напомнить малышу, что завтра он пойдет в садик и ответить на все вопросы ребенка. Поговорить с ребенком о возможных трудностях, с которыми он может столкнуться в начале посещения дошкольного учреждения.

По возникающим вопросам вы можете обратиться за консультацией к педагогу-психологу.

Он поможет пройти вам процесс адаптации легко, дать совет как помочь ребенку ходить в детский сад с радостью. Также проконсультировать по вопросам развития ребёнка в дошкольном возрасте.

Предварительно позвоните по телефону: _____

Время приёма: _____

Приложение 7

План работы Консультационного Центра

по предоставлению методической, психолого-педагогической, диагностической и консультативной помощи родителям (законным представителям), несовершеннолетних обучающихся, обеспечивающих получение детьми дошкольного образования в форме семейного образования на 2022 – 2023 учебный год

Дата проведения	Основные мероприятия	Форма проведения	Ответственные специалисты
В течение года	Индивидуальные или групповые консультации по запросу родителей (законных представителей)	Беседа	Заместитель заведующего МБДОУ, специалисты КЦ
	Подборка педагогической и художественной литературы для родителей и детей		
	Подготовка информационных материалов для родителей (законных представителей) по вопросам воспитания и развития детей дошкольного возраста (буклеты, брошюры, методические разработки, стенды, газеты		
Сентябрь	Совещание при заместителе заведующего «Об организации предоставления муниципальной услуги по оказанию консультативной педагогической помощи семьям, воспитывающих детей дошкольного возраста в форме семейного образования	Размещение на сайте МБДОУ объявления, привлечение родителей	Заместитель заведующего МБДОУ, специалисты КЦ
	Информирование общественности о работе консультационного центра на базе МБДОУ «Детский сад «Алёнка» Выявление и приглашение в КЦ семей, воспитывающих детей дошкольного возраста		
	Разработка плана работы Консультационного Центра		

Октябрь	Ранний дошкольный возраст. «Если ребенок плохо говорит...»	Консультация	Учитель-логопед
	Положительное влияние музыки на развитие детей дошкольного возраста	Беседа	Музыкальный руководитель
	«Физкультура с малышами	Игровой досуг для детей с родителями	Специалисты КЦ
	«Развивающие игры для детей раннего возраста»	Практическое занятие для родителей	Музыкальный руководитель
Ноябрь	Влияние семейного воспитания на развитие ребенка	Консультация	Педагог-психолог
	Игры направленные на развитие артикуляционного аппарата	Консультация, практические занятия	Учитель-логопед
	Игры на развитие мелкой моторики	Консультация	Педагог-психолог
Декабрь	Зимние забавы	Посещение праздника	Специалисты КЦ
	«Капризы и упрямство детей»	беседа	Педагог-психолог
	«Пальчиковая гимнастика, как средство развития речи у детей	Мастер-класс	Учитель-логопед
Январь	Домашняя игротека для детей и родителей	Семинар-практикум	Педагог-психолог Учитель-логопед
	Роль семьи в воспитании дошкольника	консультация	Педагог психолог
	«Зимой гуляем, наблюдаем, трудимся, играем!» – о важности зимних прогулок	консультация	Специалисты КЦ
	«Музыкальное сопровождение ребенка»	консультация	Музыкальный руководитель
Февраль	Какие занятия полезны для ребенка в период подготовки его к школе	беседа	Педагог-психолог Учитель-логопед
	Масленица. Ярмарка	Посещение праздника	Заместитель заведующего МБДОУ, специалисты КЦ

	Развитие речи ребенка во время прогулки	консультация	Учитель-логопед
	Индивидуальные занятия специалистов по запросу родителей	Практические занятия , мастер-классы	Специалисты КЦ
Март	Как правильно играть с ребенком	Мастер-класс	Педагог психолог
	Как сохранить и укрепить здоровье ребенка	Консультация	Медицинская сестра
	музыкальная игра в жизни ребенка	консультация	Музыкальный руководитель
	Речевое развитие детей дошкольного возраста	консультация	Учитель-логопед
	Готовность ребенка к обучению в школе	консультация	Педагог - психолог
Апрель	Индивидуальные занятия с детьми по запросу родителей	Практические занятия, мастер-классы	Специалисты КЦ
Май	Празднование Великой Победы	Посещение праздника	Музыкальный руководитель
	Отчет КЦ за прошедший год	Совещание	Специалисты КЦ

Приложение 8

Лист наблюдения за адаптацией к ДОУ

День адаптации	Дата регистрации	Оригинальные эмоции	Агрессия (гнев)	Страх	Познавательная деятельность	Положительные эмоции	Социальные контакты	Двигательная активность	Сон	Аппетит	Сумма
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											
26											

27											
25											
29											
30											
31											
32											
»											
34											
35											
36											
37											
38											
39											
40											
41											
42											
43											
44											
45											

Ф.И. ребенка

возраст

группа

Во время контроля за течением адаптации лист находится у воспитателя, по завершении адаптации - вклеивается в медицинскую карту.

Динамика состояния здоровья по результатам там медицинского наблюдения и анкеты родителей (заполняется медперсоналом)	Неделя адаптации						Медицинские рекомендации по облегчению адаптации и заключения специалистов	Оценка течения адаптации (подчеркнуть)
	1	2	3	4	5	6		
Нарушения сна								Течение адаптации: Благоприятное Условно-благоприятное Неблагоприятное Рекомендации по дальнейшему наблюдению за ребенком:
Нарушения аппетита								
Головные боли								
Боли в сердце								
Боли в животе								
Энурез, энкапрез								
Раздражительность								
Плаксивость								
Утомляемость (повышенная)								
Истощаемость внимания								
Страхи (ночные, томноты и др.)								
Навязчивые движения								
Двигательная расторможенность								
Вредные привычки								

Число перенесенных заболеваний						
Появлений других заболеваний						
Масса тела						
Контроль НЬ по показаниям						
Прочие изменения здоровья						