

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 156»

344007 г. Ростов-на-Дону, пер. Семашко, 50. Телефон/факс (863) 240-96-08. E-mail: dou-156@mail.ru

-----

Утверждаю:  
заведующий МБДОУ №156

Кузина Е.П.



# Программа по адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ

Автор - составитель  
педагог-психолог  
Ермакова Т.Г.

Ростов на Дону 2023г.

## Содержание

<b>I</b>	<b>Целевой раздел</b>
	1.1. Пояснительная записка
	1.2. Цель и задачи Программы
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел</b>
	2.1. Психолого-педагогическое сопровождение детей раннего возраста в период адаптации к ДОУ
<b>III</b>	<b>Организационный раздел</b>
	3.1 .Направления работы в рамках психолого – педагогического сопровождения 3.1.1. Работа с родителями 3.1.2. Работа с детьми 3.1.3 Стендовая информация. Примерные темы консультаций 3.1.5 Стендовая информация. Примерные темы консультаций. 3.1.6. Тематическое планирование психологических занятий в группе раннего возраста.
<b>VI</b>	<b>ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</b>

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1. 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Детский сад – новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Часто случается, что для многих родителей после того, как они отдали своего ребенка в сад, наступает пора разочарования: детские слезы, капризы, отказы идти в сад, бесконечные болезни, невысказанные претензии и обиды в адрес воспитателей.

Адаптация к условиям дошкольного образовательного учреждения является первым этапом социализации ребенка. От того, насколько успешно пройдет этот этап, зависит дальнейшая адаптация ребенка к школе, к новым жизненным условиям и т.п.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму, может сопровождаться изменениями поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальный период адаптации, который может затянуться и перейти в дезадаптацию, что приведет к нарушению здоровья, поведения, психики ребенка

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение (ДОО) все дети переживают адаптационный стресс.

Адаптивные возможности ребенка раннего и младшего дошкольного возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Психологу необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном, учреждении

Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться сильными, как положительными, так и отрицательными, эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и легли в основу построения цикла занятий.

Психолог приступает к проведению занятий сразу после прихода детей в детский сад. Именно в этот момент малыши находятся в стрессовом состоянии, вызванном расставанием с родителями, непривычной обстановкой, появлением незнакомых взрослых и большим количеством детей. Чтобы уменьшить воздействие стрессирующих факторов, рекомендуется *проводить первые занятия с участием родителей*. В присутствии родителей дети с большей готовностью идут на контакт с воспитателем, психологом, взаимодействуют со сверстниками, участвуют в совместных подвижных играх, активнее интересуются окружающей обстановкой и игрушками. Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в дошкольном учреждении ребенок приобрел при поддержке близкого человека.

Участники программы: дети дошкольного возраста, родители, педагоги.

## 1.2. ЦЕЛИ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель** - помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Этим определяются **основной задачей**:

преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;

обучение воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период;

формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей.

Параллельно с решением основных задач решаются **задачи** комплексного **развития** детей:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;

- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Так как малыши нередко болеют и после болезни нуждаются в повторной адаптации (да и пополнение группы вновь поступающими детьми может продолжаться на протяжении всего года обучения), рекомендуется проводить занятия не только в первые два месяца, но и на протяжении всего учебного года.

Базовыми **средствами работы** служат разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, песенки, потешки, стишки, «ладушки» и «догонялки». Они быстро вовлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши и топанье ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В этих играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно преодолевают внутренний барьер и идут на контакт со взрослыми и сверстниками.

### **Психолого-педагогическое сопровождение детей раннего возраста в период адаптации к ДОО**

Сопровождение как целостная деятельность всех субъектов образовательного процесса всецело будет определяться:

- 1) систематическим отслеживанием психолого-педагогического статуса ребенка, динамики его психического развития;
- 2) созданием социально-психологических условий для развития личности каждого ребенка;
- 3) созданием специальных психолого-педагогических условий для сопровождения и помощи детям в разные периоды и в разных жизненных ситуациях.

На основании инструктивно-методического письма Департамента образования города Москвы «Об организации адаптационного периода при поступлении детей раннего возраста в дошкольное образовательное учреждение» от

23.05.2005 №2-34-20 администрация детского сада организует группы кратковременного пребывания, в которые детей набирают постепенно. Сначала группу начинают посещать несколько детей, через некоторое время еще несколько человек и т.д. В результате и дети, и воспитатели имеют возможность привыкнуть друг к другу.

В первые дни дети находятся в детском саду лишь несколько часов. Постепенно время пребывания возрастает, и через две недели ребенок приходит в группу на полный день. Безусловно учитываются индивидуальные особенности детей: кто-то очень сильно привязан к родителям и переживает расставание с ними, такие дети могут перейти на полный день позже.

В качестве критериев эффективного сопровождения необходимо установить такие показатели существования ребенка, которые отражают ситуацию равновесия между психолого-педагогическими воздействиями со стороны педагогов и эффективностью адаптации ребенка.

В методических рекомендациях по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе (письмо Министерства образования РФ от 27.06.2003 № 28-51-513\16) говорится о том, что:

- объектом психолого-педагогического сопровождения является образовательный процесс (учебно-воспитательный процесс);
- предметом деятельности – ситуация развития ребенка, как система отношений ребенка: с миром; с окружающими (взрослые, сверстники); с самим собой.

Целью психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в учебно-воспитательном процессе является обеспечение нормального развития ребенка (в соответствии с нормой развития в соответствующем возрасте).

Задачами психолого-педагогического сопровождения являются:

- предупреждение возникновения проблем развития ребенка;
- помощь (содействие) ребенку в решении актуальных задач развития, обучения, социализации;
- психологическое обеспечение усвоения образовательных программ;
- развитие психолого-педагогической компетентности (психологической культуры) родителей, педагогов.

### **Особенности развития детей раннего возраста**

Ранний возраст – чрезвычайно важный и ответственный период развития ребёнка. Это возраст, когда всё впервые, всё только начинается – речь, игра, общение со сверстниками, первые представления о себе, о других, о мире. В первые три года жизни закладываются наиболее важные и фундаментальные человеческие способности – познавательная активность, любознательность, уверенность в себе и доверие к другим людям, целенаправленность и настойчивость, творческая позиция и многое другое. Причём все эти способности не возникают сами по себе, как следствие маленького возраста ребёнка, но требуют неперемennого участия взрослого и соответствующих возрасту форм деятельности.

**Речь.** Автономная речь ребенка довольно быстро трансформируется и исчезает. Не обычные по звучанию и по смыслу слова заменяются словами «взрослой» речи. Быстрый переход на новый уровень возможен только в благоприятных условиях, а именно при полноценном общении ребенка со взрослыми.

Дети осваивают речь как фонетической, так и с семантической ее сторонами. Произнесений слов становится более верным. Слово

приобретает предметное значение. Ребенок обозначает одним словом предметы, различные по своим внешним свойствам, но сходные по какому то существенному признаку, с этим связаны первые обобщения. В этом возрасте активно растет пассивный словарь – количество понимаемых слов. Интенсивно развивается и активная речь: растет активный словарь (количество воспроизводимых слов ребенком меньше, чем понимаемых), предложения состоят обычно из 3-5 слов.

С развитием слушания и понимания сообщений, выходящих за пределы непосредственной ситуации, происходит использование речи как средства познания действительности, как способа регуляции поведения и деятельности ребенка со стороны взрослого.

**Восприятие.** Восприятие носит произвольный характер, ребенок может выделить в предмете лишь его ярко выраженные признаки, часто являющиеся второстепенными. Развитие восприятия происходит на основе внешне ориентированного действия (по форме, величине, цвету) при непосредственном соотношении и сравнении предметов.

Восприятие является доминирующим в развитии других психических функций. Аффективный характер восприятия приводит к сенсомоторному единству. Развитие происходит в предметной деятельности. Формируется предметное восприятие как центральная познавательная функция. Наблюдается выделение пространственных отношений между предметами. Наблюдаемые предметы притягивают ребенка, вызывая у него яркую эмоциональную реакцию, благодаря этому начинает разворачиваться импульсивное поведение. Л.С. Выготский описывает это единство так: «В раннем возрасте господствует наглядное аффективно окрашенное восприятие, непосредственно переходящее в действие».

**Мышление.** Развитие мышления зависит от деятельности самого ребенка (приобретение чувственного опыта) и от влияния

взрослого, который учит способам действий и дает обобщенные названия предметам. Основная форма мышления – наглядно-действенное. Начинают формироваться элементы наглядно-образного мышления. Мышление возникает и функционирует в предметной деятельности. Большое значение в решении интеллектуальных задач имеет речь, которая в ходе развития делает меньшей зависимость мышления от непосредственного восприятия. Мышление активно развивается благодаря овладению ребенком значений предметов. Начинает формироваться знаково-символическая функция сознания, т.е. усвоение того, что один предмет можно использовать в качестве заместителя другого, а также замещение реального предмета знаком. Появляются первые мыслительные операции: сравнение и обобщение.

**Память.** Память включается в процесс активного восприятия - узнавания. В основном преобладает узнавание, хотя ребенок может непроизвольно припоминать увиденное или услышанное раньше. Память является продолжением и развитием восприятия. Преобладает двигательная и эмоциональная, частично образная. Возрастают объем и прочность сохранения материала. Доминирует непроизвольная память. Начинает интенсивно развиваться словесно-смысловая память. Появляется новый процесс памяти – воспроизведение.

**Внимание.** Развитие внимания происходит при освоении ходьбы, предметной деятельности и речи. Внимание непроизвольное, слабо концентрировано, неустойчиво, наблюдаются трудности переключения и распределения, невелик объем. Сознательный контроль за выполнением действия отсутствует. Под влиянием речи складываются предпосылки для развития произвольного внимания. Расширяется круг предметов, их признаков, а также действий с ним, на которых ребенок сосредотачивается.

**Воображение.** Предпосылками воображения выступают представления. Воображение появляется в игре, когда возникает

воображаемая ситуация и игровое переименование предметов. Воображение функционирует только с опорой на реальные предметы и внешние действия с ними. К концу раннего детства появляются первые собственные сочинения ребенка – сказки, рассказы.

**Социальная ситуация** развития в раннем возрасте характеризуется наличием системы «ребенок – ПРЕДМЕТ – взрослый». В этом возрасте ребенок целиком поглощен предметом. К. Лоренц даже говорил о фетишизации предмета в раннем детстве.

Социальное развитие ребенка идет по двум направлениям: через усвоение правил взаимодействия людей друг с другом и через взаимодействие ребенка с предметом в мире постоянных вещей. Осуществляется через посредника (старшего) и соучастника усвоения социальной роли (ровесника).

Общение в этом возрасте становится формой организации предметной деятельности. Внутри предметной деятельности зарождаются новые виды – игра и продуктивные виды деятельности (рисование, лепка, конструирование). Важная роль в овладении предметной деятельностью, принадлежит деловому общению. Являясь ведущей деятельностью предметная деятельность в наибольшей степени способствует развитию познавательных процессов.

### **Социальная адаптация в раннем возрасте**

Адаптация (от лат. adaptatio – приспособление), по Ж. Пиаже, обеспечивает равновесие между воздействием организма на среду и обратным воздействием среды или, что одно и то же, равновесие во взаимодействии субъекта и объекта.

Способность людей менять своё поведение в зависимости от изменения условий получила определение социальная адаптация.

У детей устойчивость к стрессу еще не выработана. Стрессовая ситуация требует от организма ребенка какого-то действия, а любое действие влечет за собой трату энергии. В стрессовых ситуациях расход энергии в организме ребенка увеличивается в десятки раз, ответом могут быть психосоматические нарушения. Социально – психологическая адаптация может рассматриваться как приспособление индивида к условиям социальной среды и является одним из основных социально-психологических механизмов социализации личности.

Успешная адаптация зависит от многих факторов – состояния здоровья человека, развития навыков общения, особенностей его нервной системы, а также от грамотных действий родителей и сотрудников детского сада. Детский сад — это ступень, на которой ребёнок получает первый опыт взаимодействия с другими людьми и пытается найти место среди них, учиться жить в ладу с самим собой и окружающими.

Адаптация определяется, прежде всего, как мед – педагогическая проблема, для решения которой требуется создание условий, которые бы удовлетворяли потребности детей в общении, хорошего медицинского обслуживания детей правильной организации воспитательного процесса, тесного взаимодействия между семьей и общественным воспитанием.

Приспособления организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведения ребенка, расстройством сна, аппетита. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). При этом выделяются 2 основных критерия успешной адаптации:

- внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования).
- внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность).

Выделяют три фазы адаптационного процесса:

Острая фаза – сопровождается своеобразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии. Фаза длится в среднем 1 месяц.

Различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

– легкая адаптация – поведение нормализуется в течение 10-15 дней, ребенок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения дошкольного учреждения. К двадцатому дню пребывания в ДОО у ребенка нормализуется сон, он нормально начинает есть. Настроение бодрое, заинтересованное, в сочетании с утренним плачем. Отношения с близкими и со взрослыми не нарушаются. Отношение к детям может быть как безразличным, так и заинтересованным. Интерес к окружающим восстанавливается в течение двух недель при участии взрослого. Речь затормаживается, но ребенок может откликаться и выполнять указания взрослого. К концу первого месяца восстанавливается активная речь. Заболевания не более одного раза, сроком не больше 10 дней, без осложнений. Признаки невротических реакций и изменения в деятельности вегетативной нервной системы отсутствуют;

– адаптация средней тяжести – сдвиги нормализуются в течение месяца, есть признаки психического стресса. Нарушение в общем состоянии выражены ярче и продолжительнее. Сон и аппетит восстанавливается лишь через 20-40 дней. Настроение неустойчивое в течение месяца. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30 дню пребывания в ДОО. Отношение к близким у ребенка эмоционально-возбужденное (плач, крик при расставании и встречи). Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованное. Речь либо не

используется, либо речевая активность замедляется. В игре ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная. Заболевания до двух раз, сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменяется, либо снижается. Проявляются признаки невротических реакций: избирательность в отношениях с взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Изменение вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щеки, шелушение кожи (диатез) в течение 1,5-2 недель.

– тяжелая адаптация – длительность от 2 до 6 месяцев. Ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма. Ребенок плохо засыпает, сон короткий, вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами, аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, функциональное нарушение стула. Настроение безучастное, ребенок много и длительно плачет, поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДОО. Отношение к близким эмоционально-возбужденное, лишенное практического взаимодействия. Отношение к детям: избегание контактов или проявление агрессии. Отказывается от участия в деятельности. Речью не пользуется или имеет место задержка речевого развития на 2-3 периода. Игра ситуативная, кратковременная.

2. Подострая фаза – характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть сдвиги регистрируются по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средне возрастными нормами, фаза длится 3-5 месяцев.

3. Фаза компенсации – характеризуется убыстрением темпа развития, и дети к концу года преодолевают указанную выше задержку развития. Избегание контактов или проявление агрессии. Отказывается от участия в деятельности.

Работники детского сада должны заняться выполнением следующих задач:

- работа с родителями, начинающаяся еще до поступления ребенка в детский сад;
- создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе;
- организация игровой деятельности в адаптационный период, направленной на формирование эмоциональных контактов "ребенок - взрослый" и "ребенок – ребенок" и обязательно включающей игры, и упражнения. б

## **2. Содержательный раздел**

Содержание программы включает в себя:

Работа с детьми. Организационные формы оказания помощи детям раннего возраста с проблемами в адаптации, реализации наблюдений и диагностической работы с целью изучения того, как проходит период адаптации ребенка к детскому саду, оценки уровня развития ребенка, и своевременного выявления детей, имеющих отклонения в физическом, интеллектуальном, эмоциональном развитии, трудности в обучении и социальной адаптации.

По результатам наблюдений и диагностических мероприятий делаются выводы, заключения, даются рекомендации родителям и педагогам группы по наиболее эффективному построению дальнейшего взаимодействия и коррекционно-развивающей работы с детьми. При выявлении недостатков в развитии разрабатываются и реализуются индивидуальные программы развития.

2) Оказание психологической и информационной помощи педагогам, работающим с детьми раннего возраста. Приоритетные задачи:

- ознакомить педагогов с особенностями и закономерностями развития детей раннего и младшего возраста;
- при возникновении необходимости обучить адекватным способам взаимодействия с детьми с определенными трудностями;
- помочь создать условия, способствующие повышению эмоционального комфорта в группе и стимулирующие развитие личности ребенка.

3) Оказание психолого-педагогической помощи родителям детей раннего возраста: индивидуальные или групповые консультации, информация в «уголках родителей» (стендовые консультации, информационные листки, памятки и т.д.), анкетирование родителей (для знакомства с личностными особенностями ребенка, отслеживания динамики изменений в развитии личности и т. д.

2. Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей 2-4 лет (Роньжина А.С).

### **3. Направления работы в рамках психолого – педагогического сопровождения**

Основные направления психолого-педагогического сопровождения включают в себя:

- Профилактика. Просвещение родителей и педагогов носит профилактический характер, т.е. предупреждающий. Основным средством профилактики отношений в развитии детей является информированность родителей, повышение их психолого-педагогической культуры.

Особенность профилактики в раннем возрасте заключается в опосредованности воздействия на ребенка через родителей и воспитателей.

-Диагностика. Психологическая диагностика является частью общей системы диагностики детей дошкольного возраста, включающей еще педагогическую и медицинскую.

Цель диагностики направлена на выявление условий, препятствующих полноценному развитию и становлению личности ребенка. Психодиагностика- это основа построения воспитательного образовательного процесса в ДОУ, каждое заключение должно сдержать анализ возможных причин и рекомендаций.

-Консультирование. В условиях ДОУ, психологическое консультирование является «системой коммуникативного взаимодействия психолога с лицами, нуждающимися в психологической помощи рекомендательного характера. В условиях ДОУ, в соответствии со спецификой его функционирования, консультации должны проводиться только по поводу проблем ребенка, особенностей его развития.

- Коррекционно-развивающее направление. Оно включает в себя:

- групповые психокоррекционные занятия
- индивидуальные психокоррекционные занятия
- индивидуальные занятия

Основной целью коррекционной работы характеризующимся нормальным развитием является содействие полноценному психическому и личностному развитию.

### **3.Организационный раздел**

#### **3.1.Направления работы в рамках психолога – педагогического сопровождения**

##### **3.1.1.Работа с родителями**

Разработан следующий пакет документов для родителей:

Анкетирование родителей на готовность ребенка к поступлению в ДОУ;

Индивидуальное консультирование для родителей.

Анкета для родителей по изучению социально-эмоциональной сферы личности ребенка.

Просветительская работа с родителями:

Сообщения на родительских собраниях;

Просветительские листовки;

Рекомендации по адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ;

Целью данной программы в рамках направления работы с родителями является взаимодействие с семьей, для более успешной адаптации ребенка к условиям ДОУ.

Основные задачи программы:

Получение родителями рекомендаций по подготовке детей к посещению детского сада. Подготовка родителей и ребенка к изменению образа жизни.

Улучшение адаптационного процесса.

Психолого – педагогическая помощь родителям, направленная, в частности, на информирование об особенностях развития детей раннего возраста.

### **3.1.2. Работа с детьми**

Цель: помочь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения; сохранение и укрепление здоровья детей в период адаптации.

Задачи:

сформировать у детей положительную установку на детский сад;

сформировать у детей чувство уверенности в окружающем;

познакомить детей друг с другом и помочь им сблизиться.

развитие психических процессов (восприятия, речи, мышления, воображения, памяти, внимания);

укрепление психического и физического здоровья детей.

Ведущая деятельность в раннем возрасте – предметная. Ведущая психическая функция – восприятие.

Формы и методы работы:

- прослушивание сказок, веселых детских песен;

- создание ситуаций для смеха;

-использование специальных приемов, затормаживающих отрицательные эмоции;

- организация специальных игр;

- места для уединения;

- мини – игровая зона: стол, стулья, диван, кресло, мойка, плитка. Она размещается так, чтобы образовать «маленькие комнатки», где дети могут чувствовать себя комфортно;
- применение здоровые сберегающих технологий.

#### **3.1.4. Работа с педагогами. Рекомендации воспитателю в период адаптации детей к ДОУ**

Проведение консультаций, семинаров с воспитателями:

По адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ;

Особенностям психического развития детей раннего возраста;

Согласование методики режимных процессов с семьей;

Рекомендации воспитателям для работы с поступающими детьми.

Лист психолога – педагогической адаптации», где отмечаются в контрольные дни (1й, 2й, 3й, 4й, 8й, 16й, 25й) эмоциональное состояние ребенка, аппетит, сон, взаимоотношения с взрослыми и сверстниками, вид наиболее предпочитаемой деятельности.

Снятие эмоционального напряжения («Способы снятия психоэмоционального напряжения»);

#### **3.1.5 Стендовая информация. Примерные темы консультаций.**

- Преодоление стрессовых состояний у детей в период адаптации к ДОУ.

- Снятие эмоционального и мышечного напряжения.

- Развитие игровых навыков, переход от игры «рядом» к игре «вместе».

- Развитие общей и мелкой моторики, координации движений.

- Развитие восприятия.

- Детская застенчивость.

- Как подготовить ребенка к детскому саду

- Как избежать осложнений в адаптации к детскому саду

#### **3.1.5 Тематическое планирование психологических занятий в группе раннего возраста.**

Возрастная группа: дети 2-4 лет.

Продолжительность: занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительностью 10-20 минут (занятия повторяются несколько раз).

Дата месяц	№	Тема занятия	Цель занятия	Ко л- во зан яти й
Сентябрь	1	Занятие «Божья коровка»	1. Создание положительного эмоционального настроения в группе. 2. Развитие умения действовать соответственно правилам игры. 3. Развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле 4. Развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов). 5. Развитие внимания, речи и воображения.	2
	2	Занятие «Листопад »	1. Создание атмосферы эмоциональной безопасности. 2. Снятие эмоционального и мышечного напряжения. 3. Снижение импульсивности, повышенной двигательной активности. 4. Развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп. 5. Развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакции. 6. Развитие речи, воображения, творческих	2

			способностей.	
	3	Занятие «Мячик»	<p>1. Сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками.</p> <p>2. Повышение эмоционального тонуса.</p> <p>3. Развитие чувства ритма, координации движений.</p> <p>4. Развитие ориентации в пространстве.</p> <p>5. Обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов.</p> <p>6. Развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.</p>	2
	4	Занятие «Прогулка в осенний лес»	<p>1. Сплочение группы, развитие эмпатии.</p> <p>2. Развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию.</p> <p>3. Снижение излишней двигательной активности.</p> <p>4. Обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету.</p> <p>5. Развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей.</p> <p>6. Развитие общей моторики.</p> <p>7. Развитие памяти, речи и</p>	2

			воображения.	
Октябрь	5	Занятие «Веселый Петрушка»	<p>1. Развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха.</p> <p>2. Закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка-мальчик).</p> <p>3. Закрепление пространственных представлений («верх», «низ»).</p> <p>4. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Развитие восприятия, речи и воображения.</p>	2
	6	Занятие «Мячики»	<p>1. Развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера).</p> <p>2. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.</p> <p>3. Развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха.</p> <p>4. Развитие ориентации в собственном теле.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Развитие зрительного восприятия, речи и воображения.</p>	2
	7	Занятие «Зайка»	1. Создание положительного эмоционального настроения в группе.	2

			<p>2. Развитие умения подражать движениям взрослого.</p> <p>3. Развитие координации движений, общей и мелкой моторики.</p> <p>4. Развитие умения подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции.</p> <p>5. Снижение излишней двигательной активности, импульсивности.</p> <p>6. Развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.</p>	
	8	Занятие «Мыльные пузыри»»	<p>Снятие эмоционального напряжения и агрессии.</p> <p>2. Снятие излишней двигательной активности, импульсивности.</p> <p>3. Обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы.</p> <p>4. Развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Развитие внимания, речи и воображения.</p>	2
Ноябрь	9	Занятие «Музыканты»	<p>1. Создание положительной эмоциональной обстановки.</p> <p>2. Сплочение группы, отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом музыки и текста.</p> <p>3. Развитие образности слухового восприятия.</p> <p>4. Развитие слуховой и зрительной памяти.</p>	2

			<p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6.. Развитие внимания, речи и воображения</p>	
	1 0	Занятие «Мишка»	<p>1. Сплочение группы, развитие эмпатии.</p> <p>2. Снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности.</p> <p>3. Развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры.</p> <p>4. Развитие координации движений, общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Развитие внимания, речи и воображения.</p>	2
	1 1	Занятие «Непослушные мышата»	<p>1. Преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет.</p> <p>2. Формирование положительной самооценки.</p> <p>3. Развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм.</p> <p>4. Развитие слухового внимания, быстроты реакции.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Развитие чувства юмора, речи и воображения.</p>	2
	1 2	Занятие «Колобок»	<p>1. Сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей</p>	2

			<p>навыкам сотрудничества.</p> <p>2. Снятие страхов перед сказочными героями.</p> <p>3. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>4. Развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного).</p> <p>5. Развитие пространственных представлений.</p> <p>6. Развитие внимания, речи и воображения.</p>	
декабрь	1 3	Неполушны е мышата	<p>1.Преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет;</p> <p>2.формирование положительной самооценки;</p> <p>3.развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм;</p> <p>4.развитие слухового внимания, быстроты реакции;</p> <p>5. развитие общей и мелкой моторики;</p> <p>6.развитие чувства юмора, речи и воображения</p>	
	1 4	Колобок	<p>1.Сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества;</p> <p>2. снятие страхов перед сказочными героями;</p> <p>3. развитие общей и мелкой моторики, координации движений;</p> <p>4.развитие восприятия</p>	2

			(вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного); 5.развитие пространственных представлений; 6. развитие внимания, речи и воображения	
	1 5	Котята	1.формирование положительной самооценки; 2.развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга; 3.снятие мышечного напряжения; 4.развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость); 5.развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле? 6.развитие внимания, речи и воображения.	2
Итого				30

### **Технология психологической поддержки детей в адаптационный период**

Общая цель поддержки ребенка в адаптационный период – формирование у него нового, совместно с другими детьми, способа жизнедеятельности и форм удовлетворения своих потребностей под руководством воспитателя.

Индивидуальное сопровождение ребенка в период адаптации к ДОУ.

Индивидуальное сопровождение осуществляется при тяжелой степени адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения. Работа строится по результатам диагностики, исходя из конкретной ситуации (трудностей у ребенка, эмоциональных проявлений, поведенческих реакций).

Обязательно сотрудничество с взрослыми (консультирование педагогов, родителей). Используется метод игровой терапии.

Групповое сопровождение детей в период адаптации осуществляется посредством осуществления игровых сеансов.

Методическое обеспечение: Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. –М.: Книголюб, 2003 (Домодедово: ДПК). -72 с.

Цель игровых сеансов – помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения. Этим определяются основные задачи игровых сеансов:

снятие эмоционального и мышечного напряжения;

снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии детей;

развитие навыков взаимодействия друг с другом;

развитие внимания, восприятия, речи, воображения;

развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;

развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Как правило, игра-занятие начинается с упражнений, требующих согласованности действий всей группы. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу

#### **4. Ожидаемые результаты**

1) Улучшение адаптации у детей раннего возраста;

2) Повышение эффективности взаимодействия ДОО с родителями;

3) Оптимизация взаимодействия родителей и детей;

4) Активное усвоение ребенком норм и правил социального поведения;

5) Укрепление чувства собственного достоинства и самооценки детей.

## Список литературы

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие/ Авт.-сост. Белкина Л.В. – Воронеж «Учитель», 2006.
2. Аксарина М.Н. Воспитание детей раннего возраста. – М.: Медицина 2007.
3. Афонькина Ю.А. Рабочая программа педагога-психолога ДОО/ Ю.А. Афонькина – Изд. 2-е, перераб. Волгоград: Учитель, 2015г. – 170с.
4. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. – Воронеж: Учитель, 2006
5. Воспитание детей раннего возраста: Пособие для воспитателей детского сада и родителей / Е.О. Смирнова, Н.Н. Авдеева, Л.Н. Галигузова и др. – М.: Просвещение: учебная литература, 2006.
6. Веракса А.Н. Индивидуальная психологическая диагностика дошкольника: Для занятий с детьми 5-7 лет – М.: Мозаика-Синтез., 2016г.
7. Веракса А.Н., Гуторова М.Ф. Практический психолог в детском саду.-Мозаика синтез М: 2012-128 с.
8. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6 т. Т. 4 – М.: Просвещение, 2007.
9. Выготский Л.С. Мышление и речь// Собр. соч. т. 2.- М., 1982.-432с.
10. Груздева О.В. Детская практическая психология. Учеб. Пособие для обуч. По напр «Педагогика»-232 с.
11. Кулачина И.Ю. Возрастная психология. – М.,1993.
12. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: Сфера, 2001. - 464с.
13. Источник Матвеева Л, Выбойщик И., Мякушкин Д. Практическая психология для родителей, или что я могу узнать о своем ребенке. – М.:АСТ-ПРЕСС, 1997, с.124-125

14. От рождения до школы. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 368 с
15. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. – М.: Книголюб, 2003 (Домодедово: ДПК). -72 с.
16. Смирнова Е.О. Детская психология: Учебник для вузов. 3-е изд. Переработ.-Спб.: Питер, 209 – 304 с.
17. Широкова Г.А. – Справочник дошкольного психолога. Ростов «Феникс», 2004, -384 с.

Анкета для родителей социально эмоциональной сферы  
личности ребенка

ФИО ребенка \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

1. Часто ли в течение дня у ребенка бывают спады и подъемы настроения?
2. Можно ли назвать его характер живым и веселым?
3. Часто ли ребенку кажется, что он сделал что-то не так?
4. Может ли он длительно выполнять работу, не приносящую успеха?
5. Обидчив ли ваш ребенок?
6. Смущается ли он при разговоре с незнакомыми людьми?
7. Бывает ли ребенок так возбужден, что не может усидеть на месте?
8. Любит ли он мечтать?
9. Можно ли назвать его раздражительным?
10. Спокойно ли спит ребенок?
11. Доводит ли он до конца дело, игру?
12. Часто ли его терзает чувство вины?
13. Часто ли ребенок отвлекается во время игры, занятия?
14. Испытывает ли он страх, оставаясь один дома?
15. Долго ли ребенок переживает после случившегося конфликта?
16. Быстро ли ему надоедает однообразная работа?
17. Часто ли ребенок «дуется»?
18. Можно ли назвать его нервным?
19. Беспокоят ли его боли без всякой причины?
20. Легко ли его задеть, покритиковав за что-нибудь?
21. Теряет ли ребенок сон из-за травмирующих событий или тревожных мыслей?
22. Бывают ли у него тики, непреднамеренные движения в эмоционально значимых ситуациях?
23. Проявляет ли ребенок чрезмерно бурные эмоции с плачем, неподчинением, когда его ожидания не сбываются?
24. Часто ли он не успевает выполнить работу (задание) в срок?
25. Застенчив ли он в присутствии старших?

26. Отчаивается ли он при неудачах в игре и разрушает сделанное?
27. Часто ли ребенок вступает в конфликты, потасовки со сверстниками?
28. Склонен ли он вести себя конфликтно с взрослыми?

На основании ваших ответов ребенку будет оказываться поддержка по развитию эмоциональной устойчивости, контроля за поведением.