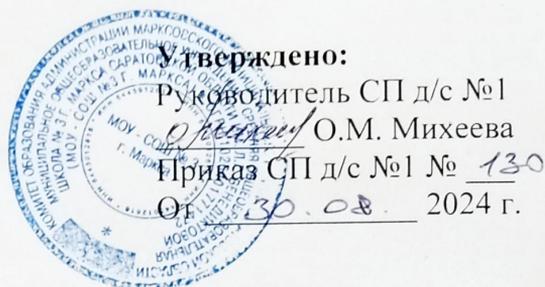


Муниципальное образовательное учреждение — средняя  
общеобразовательная школа №3 им. Л.Г. Венедиктовой структурное  
подразделение д/с №1 г. Маркса Саратовской области

**Принято** на заседании  
педагогического  
совета  
Протокол № 1  
От 29.08. 2024 г.



### **Парциальная образовательная программа**

По реализации психолого - педагогического сопровождения процесса  
социальной адаптации ребенка младшего дошкольного возраста, к  
условиям пребывания в дошкольном образовательном учреждении

Программа является приложением к  
ООП МОУ - СОШ №3 СП д/с №1

Подготовила  
Педагог - психолог  
Т.А. Ручихина

Маркс 2024 г.

## Содержание

Пояснительная записка	3
1. Цель и задачи	3
2. Структура и форма занятий	4
3. Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации	5
4. Планируемые результаты психологической работы	9
Список используемых источников	10
Приложение 1. Особенности организации предметно-пространственной среды в период адаптации детей раннего возраста к ДОО для обеспечения эмоционального благополучия ребенка	11
Приложение 2. Показатели нервно-психического развития детей третьего года жизни (Н. М. Аксарина, К. Л. Печора)	12
Приложение 3. Лист наблюдений за ребенком в период адаптации	13
Приложение 4. Анкета для родителей «Состояние ребёнка в привычных домашних условиях»	14

## Пояснительная записка

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение (ДОУ) 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. Настоящая программа предназначена для работы с детьми младшего дошкольного возраста 2-4 лет.

Программа построена с учетом общих закономерностей развития детей дошкольного возраста и направлена на обеспечение разностороннего развития ребенка на основе изучения их возрастных возможностей. В программе представлены организация и содержание коррекционно - развивающей работы с учетом уровня психического развития ребенка, с учетом индивидуальных особенностей. Данная программа разработана на основе программы А.С. Роньжиной «Занятия психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению».

### 1. Цель и задачи

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

Этим определяются **основные задачи занятий**:

- 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.

## **2. Структура и форма занятий**

Как правило, занятие начинается с упражнений, требующих согласованности действий всей группы: дети дружно шагают, бегают, хлопают ладошками по мячу, выполняют другие задания в соответствии с ритмом и словами стихотворения. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу.

В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками.

Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями.

В ходе практической работы было замечено, что от быстрой смены сюжетов, ролей, образов малыши переутомляются и теряют интерес к занятию. Поэтому все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены сказочно-игровым сюжетом.

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

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 1-2 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется по 4-5 раз, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр. Кроме того, дети раннего возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Они выполняют их с большим интересом и радостью. Предполагается, что на первых занятиях психолог разучивает с детьми отдельные части сценария, а последнее занятие проводит совместно с родителями.

Родители приглашаются на занятия из следующих соображений: совместные занятия являются своеобразным «мастер-классом» для родителей, так как на них психолог показывает новые средства и способы общения с детьми; неформальная атмосфера занятий способствует более активному и открытому общению психолога с родителями.

Активное участие в занятиях принимает воспитатель. Он перенимает методы и приемы, применяемые психологом в различных ситуациях, отмечает наиболее понравившиеся детям игры и использует их в своей работе. Проводится работа, связанная с профилактикой и торможением отрицательных эмоций. Их решение достигается как в процессе индивидуальных, так и групповых занятий с воспитателем.

Приемы 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.).

### 3. Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации

Форма работы: групповая

Количество занятий: 14.

Продолжительность: 10-15 минут.

Тема занятия	Цели занятия	Формы работы	Кол-во часов
№1 Божья коровка	Создание положительного эмоционального настроения в группе; развитие зрительного восприятия (цвет, форма)	Ритуал приветствия Чтение потешки «Божья коровка». Рисование «Божья коровка».	2 часа
№ 2 «Листопад»	Создание атмосферы эмоциональной безопасности; снятие эмоционального и мышечного напряжения; снижение импульсивности, повышенной двигательной активности; развитие творческих способностей.	Приветствие. Упражнение «Зашагали наши ножки». Игра «Солнышко и дождик». Рисование «Листопад».	2 часа

<p>№3 «Мячик»</p>	<p>Сплочение группы; развитие умения взаимодействовать со сверстниками; развитие координации движений; развитие ориентации в пространстве.</p>	<p>Приветствие. Упражнение «Цвет, форма, величина» Психогимнастика по стихотворению «Мой веселый звонкий мяч»</p>	
<p>№4 «Веселый Петрушка»</p>	<p>Развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха; развитие общей и мелкой моторики; развитие восприятия, речи, воображения.</p>	<p>Приветствие. Игра «Паровоз» Игра «Где же, где же наши ручки». Игра «Какого цвета у тебя прищепка?» Игра «Прыгай, прыгай веселей»</p>	
<p>№5 «Друг веселый»</p>	<p>Развитие коммуникативных навыков; снятие эмоционального и мышечного напряжения; развитие ориентации в собственном теле; развитие общей и мелкой моторики; развитие восприятия, речи и воображения.</p>	<p>Приветствие Упражнение «Большой круг, маленький круг» Релаксация Игра «Друг веселый» Рисование «Спирали»</p>	
<p>№6 «Зайка»</p>	<p>Создание положительного эмоционального настроения в группе; развитие умения подражать движениям взрослого; развитие координации движений; развитие зрительного восприятия, речи и воображения.</p>	<p>Приветствие. Упражнение «Мы слепили снежный ком» Игра «Зайка серенький сидит» (под музыку) Игра с мешочком</p>	

№8 «Веселые музыканты»	Создание положительной эмоциональной обстановки; сплочение группы; развитие образного слухового восприятия; развитие слуховой и зрительной памяти; развитие внимания, речи, воображения.	Приветствие Театрализованное представление с музыкальными инструментами Упражнение «Заводите хоровод»	
№ 9 Новый Год»	Создание положительного эмоционального настроения в группе; отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей; развитие общей и мелкой моторики	Приветствие. Стихотворение «В нашей группе». Танец «Где же, где же наши ручки». Игра «Пальчики у нас пляшут». Рисование.	
№ 10 «Мыльные пузыри»	Снятие эмоционального напряжения и агрессии; обучение детей установлению контакта друг с другом; развитие внимания, речи и воображения.	Приветствие Загадка Песенка «Ладушки, ладушки» Упражнение «Надувайся пузырь» Упражнение с мячом	
№10 «Мишка»	Сплочение группы, развитие эмпатии; снятие эмоционального напряжения, тревожности; развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей; развитие координации движений; развитие внимания, речи, воображения.	Приветствие Хоровод для медвежонка Игра «Левая, потом правая» Упражнение «Как под горкой» Песенка-игра «У медведя во бору» Рисование «Банка меда»	

<p>№ 12 «Непослушные мышата»</p>	<p>Формирование положительной самооценки; преодоление упрямства; развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью; развитие чувства юмора, речи и воображения.</p>	<p>Приветствие. Игра «Непослушные мышата». Упражнение «Скачут мышки-шалунишки». Игра: «Мышки спят». «Мышки и часы».</p>	
<p>№ 13 «Колобок»</p>	<p>Сплочение группы, развитие эмпатии; развитие координации движений; развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного).</p>	<p>Приветствие Упражнение «Приключения колобка» Игра «Чудесный мешочек»(овощи и фрукты) Песенка «Пальчик о пальчик» Игра-хоровод «Колобок»</p>	
<p>№11 «Мамин День»</p>	<p>Оптимизация детско-родительских отношений; отношения любви к маме; развитие речи и внимания</p>	<p>Приветствие Упражнение. Вопросы о маме Потешка «Водичка, водичка». Игра «Чей голос?» «Колокольчик»</p>	
<p>№14 «Котята»</p>	<p>Формирование положительной самооценки; развитие чувства сопереживания; развитие умения выразить эмоции (страх, грусть и радость); развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанное; развитие</p>	<p>Приветствие. Прослушивание аудиозаписи. Упражнение «Мяу...». Игра «Собака», «Бабочка лети...».</p>	

	пространственных представлений; развитие внимания, речи и воображения.		
--	--	--	--

#### **4. Планируемые результаты психологической работы**

1. Гармонизация эмоционально-волевой сферы детей раннего возраста
2. Формирование активной позицию родителей по отношению к процессу адаптации детей.
3. Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
4. Развитие познавательной сферы дошкольника, общей и мелкой моторики

## Список используемых источников

1. Алямовская В.Г. Ясли – это серьезно.– М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2009.
2. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. – Воронеж: Учитель, 2006.
3. Воспитание эмоциональной и познавательной активности малыша. Книга для работников дошкольных учреждений. – Сыктывкар, 2007.
4. Воспитание и обучение детей раннего возраста. /под ред. Л.Н. Павловой. – М.: Просвещение, 2008.
5. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению .- М.: Книголюб, 2003

**Особенности организации предметно-пространственной среды в период адаптации детей раннего возраста к ДОО для обеспечения эмоционального благополучия ребенка**

Интерьер групповых комнат должен напоминать домашнюю обстановку, чтобы малыши не испытывали дискомфорта от их размеров. Для этого необходимо подобрать красивые шторы в спальню в прохладных тонах (синий, фиолетовый), а в групповые – теплые, пастельные тона (бежевый, светло-розовый).

В игровых комнатах, как и в квартирах детей, должна быть крупногабаритная детская мебель: стол, стулья, диван, кресло, мойка, плитка. Она размещается так, чтобы образовать «маленькие комнатки», где дети могут чувствовать себя комфортно.

В группе могут быть размещены подвесные фигурки, бабочки и птички, которые помогают малышу снять напряжение, отвлечься от расставания с мамой, знакомить их с формой и цветом, размером предметов.

Наибольшие трудности в период адаптации связаны с приучением ребенка к дневному сну. Малышу необходимо показать кроватку, где он будет спать, объяснить, где он будет оставлять свою одежду. В первое время воспитатель может сохранить привычные для ребенка приемы воспитания, даже если они противоречат установленным в детском саду правилам: качает ребенка, если он к этому привык, сидит рядом, рассказывают сказки, даёт игрушку.

Перед сном можно включить спокойную музыку, которая помогает детям расслабиться и уснуть. Ни в коем случае нельзя насильно укладывать ребенка спать, чтобы не вызвать и не закрепить на долгое время отрицательного отношения к новой обстановке. Постепенной адаптации к окружающему миру способствуют любимые игрушки, вещи детей, которые приносят из дома и хранят в своем шкафчике или носят с собой.

**Показатели нервно-психического развития детей третьего года жизни**

(Н. М. Аксарина, К. Л. Печора)

Показатели	Возраст	
	2года-2года 6мес.	2года 6мес.-3года
Активная речь грамматика	Говорит многословными предложениями (более 3 слов)	Начинает употреблять сложные придаточные предложения
вопросы	Появляются вопросы «Где?», «Куда?»	Появляются вопросы «Почему?», «Когда?»
Сенсорное развитие воспроизведение формы	Подбирает по образцу основные геометрические фигуры в разнообразном материале	В своей деятельности правильно использует геометрические фигуры по назначению
воспроизведение цвета	Подбирает по образцу разнообразные предметы 4 основных цветов	Называет 4 основных цвета
Игра	Игра носит сюжетный характер. Ребенок отражает из жизни окружающих взаимосвязь и последовательность действий (2-3)	Появляются элементы ролевой игры
Конструктивная деятельность	Самостоятельно выполняет простые сюжетные постройки и называет их	Появляются сложные сюжетные постройки
Изобразительная деятельность		С помощью пластилина, карандаша изображает простые предметы и называет их
Навыки одевания	Полностью одевается, но еще не умеет застегивать пуговицы и завязывать шнурки	Самостоятельно одевается, может застегивать пуговицы, завязывать шнурки с небольшой помощью взрослого
Кормления	Ест аккуратно	Пользуется салфеткой по мере надобности и без напоминания
Движения	Перешагивает через палку или веревку, горизонтально приподнятую над полом на 20-28см.	Перешагивает через палку или веревку, горизонтально приподнятую над полом на 30-35см.

**Лист наблюдений за ребенком в период адаптации**

Ф. И. ребенка \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

Дата поступления в ДОУ \_\_\_\_\_

Адаптационные данные	Дни наблюдений								
	1-й	2-й	3-й	4-й	8-й	16-й	32-й	64-й	128-й
Настроение:									
Аппетит: завтрак, обед, полдник									
Сон: засыпание, длительность									
Активность: в игре, в речи									
Взаимоотношения с детьми									
Взаимоотношения со взрослыми									

## Анкета для родителей

## «Состояние ребёнка в привычных домашних условиях»

*Инструкция: «Уважаемые родители! Заполните, пожалуйста, бланк анкеты.*

*Отвечая на вопросы, постарайтесь отметить состояние ребенка, свойственное ему в привычных домашних условиях»*

Вопросы к матери ребенка	Параметры	Оценка в баллах
Какое из перечисленных настроений преобладает?	Бодрое, уравновешенное	3
	Раздражительное, неустойчивое	2
	Подавленное	1
Как засыпает Ваш ребенок?	Быстро, до 10 минут	3
	Медленно	1
Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?	Ничего	3
	Укачиваю, лежу рядом и пр.	1
Какова длительность сна?	Соответствует возрасту	3
	Спит меньше нормы	2
	Сон существенно нарушен	1
Какой аппетит у Вашего ребенка?	Хороший	3
	Неустойчивый, избирательный	2
	Плохой	1
Просится ли на горшок?	Просится	3
	Нет, но бывает сухой	2
	Нет, ходит мокрый	1
Как относится к высаживанию на горшок?	Положительно	3
	Отрицательно	1
Есть ли отрицательные привычки (сосет палец, раскачивание)?	Нет	3
	Есть (какие именно?)	1
Проявляет ли интерес к игрушкам, новым предметам и дома, и в незнакомой обстановке?	Проявляет	3
	Только в привычной обстановке	2
Проявляет ли интерес, активность при обучении?	Проявляет	3
	Недостаточно	2
	Не проявляет	1
Инициативен ли в игре?	Способен сам найти себе дело	3
	Играет только со взрослыми	2
	Не умеет играть	1
Инициативен ли во взаимоотношениях со взрослыми?	Вступает в контакт по своей инициативе	3
	Сам не вступает в контакт, но общается по инициативе взрослого	2
	Не идет на контакт со взрослыми	1
Инициативен ли в отношении с детьми?	Вступает в контакт по своей инициативе	3
	Сам не вступает в контакт	2
	Не умеет общаться с детьми	1
Был ли опыт разлуки с близкими?	Нет	1
	Да	2
Как перенес разлуку?	Очень тяжело	1
	Спокойно	3