

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №6 – ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА»**

СОГЛАСОВАНО

Методист УМЦО

\_\_\_\_\_ Филимонова О.Г.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 -  
центр развития ребенка»

\_\_\_\_\_ Бачинская Е.Н.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**педагога-психолога**

**по адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада**

**«ЗДРАВСТВУЙ, МАЛЫШ!»**

Срок реализации - сентябрь-декабрь учебного года.

Принята на заседании педсовета

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Автор-составитель:

Чебанова П.С., педагог-психолог

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа педагога-психолога МБДОУ «Детский сад №6 – центр развития ребенка» разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155» "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования", вступившего в силу с 1 января 2014 года, нормативно-правовыми актами, регулирующими деятельность педагога-психолога образовательного учреждения. Программа составлена в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад №6 города Сергиев Посад, разработанной в соответствии с ФГОС, Уставом ДОУ, локальными актами учреждения.

Переход ребенка из одних условий существования в другие сложен всегда, а в наше время он значительно затруднен дополнительными стрессующими факторами.

Исследователи указывают на необратимость нарушений в личностном развитии ребенка в случаях отсутствия у него психологической готовности к переходу в новые социальные условия. В период адаптации наблюдаются нарушения сна, аппетита, повышается заболеваемость, отмечаются неадекватные реакции на окружающее и трудности в поведении (Н.М. Аксарина, Г.В. Гриднева, Л.Г. Голубева, К.Л. Печора, С. Аврамова, Л.В. Вершинина).

В настоящее время признан приоритет семейного воспитания детей раннего возраста, однако современные социальные условия вынуждают родителей прибегать к общественным формам воспитания уже на самых ранних этапах жизни ребенка. Особенности раннего возраста взаимосвязаны с психофизическим развитием. Дети раннего возраста отличаются неустойчивостью эмоционального состояния. Разлука с близкими людьми и изменение привычного образа жизни вызывают у детей негативные эмоции и страхи. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима

профессиональная помощь семье. В этом отношении активную помощь могли бы предоставить педагоги дошкольного образовательного учреждения, поскольку обладают определёнными потенциальными возможностями.

Актуальность проблемы обуславливается тем, что прежняя система взглядов на воспитание детей раннего возраста не соответствует современным представлениям о целях и задачах дошкольной педагогики и психологии. Переход от авторитарной системы воспитания к личностно-ориентированной модели требует разработки новых педагогических принципов, методов и технологий работы с детьми, составной частью которых являются разработки системы комплексной помощи сопровождения адаптации ребенка к дошкольному учреждению. Несомненная значимость данной проблемы послужила основанием для разработки и апробации программы по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Направленность программы по адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению по функциональному предназначению является специальной (организация адаптационного периода детей раннего возраста); по форме организации – групповой; по времени реализации — на период адаптации. Программа разработана с учётом методических разработок таких авторов, как Е. О. Смирнова, А.С.Роньжина, Кремлякова А. Ю., Афонькина А.Ю. Новизна данной программы состоит в том, что расширено взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи: родители детей раннего возраста имеют возможность вместе с детьми посещать детский сад до поступления ребёнка в группу детского сада – досадовское воспитание, а также получать квалифицированную помощь по развитию и воспитанию детей. К числу наиболее актуальных проблем относятся: разработка и внедрение форм и методов организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения, создание единого благоприятного образовательно-воспитательного пространства ДООУ и семьи, повышение информационной культуры родителей, повышение профессиональной компетенции сотрудников ДООУ по вопросам адаптации детей этого возраста.

### **Цели программы:**

- создание благоприятного воспитательно-образовательного пространства семьи и ДООУ в системе организации адаптации детей раннего возраста;
- помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения. Этими целями определяются основные

### **Задачи программы:**

1. Создать условия для организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.
2. Внедрить эффективные формы и методы сотрудничества с родителями, способствующие повышению информационной культуры в практику психолого-педагогического партнерства; сформировать активную позицию родителей по отношению к процессу адаптации детей;
3. Привлечь внимание сотрудников дошкольного образовательного учреждения к проблеме организации адаптации детей раннего возраста через повышение информационной компетентности.
4. Обучить воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период.

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

1. снятие эмоционального и мышечного напряжения;
2. снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;
3. развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
4. развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
5. развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;
6. развитие игровых навыков, произвольного поведения.

В основе практической работы лежит взаимодействие психолога, воспитателя, родителей и детей, направленное на создание благоприятной эмоциональной

атмосферы в группе, которое создаёт основу для благоприятной адаптации детей раннего возраста.

Отдельное внимание уделено работе с родителями. Проводятся регулярные заседания-встречи «Семейного клуба» с чаепитием, просмотром режимных моментов в видеозаписи, анкетирование, индивидуальные и групповые консультации, обмен опытом.

С воспитателями планируются семинары, игровые тренинги по проблеме адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада.

Программа по адаптации детей раннего возраста была разработана и апробирована на базе МБДОУ «Детский сад №6 – центр развития ребенка» г. Сергиев Посад.

### **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, 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. Все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены сказочно-игровым сюжетом, в целях избежания переутомления малышей и потери игрового интереса.

Каждое занятие проводится в 2-3 этапа. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие, варьируется педагогом-психологом. Возможно сокращение занятия, если дети переутомлены, возможно также изменение последовательности частей в соответствии с настроением детей и т.д.

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 2 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется 4-5 раз воспитателями, чтобы дети запомнили слова потешек, песенок, правила игр.

Также приглашаются на занятия и родители 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 и воспитатель. Он перенимает методы и приемы, применяемые психологом в различных ситуациях, отмечает наиболее понравившиеся детям игры и использует их в своей работе. Рисование является обязательной частью занятия, проводится в конце.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название занятия	Игры, упражнения	Количество занятий
1.	Божья коровка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Поймай божью коровку»;</li> <li>• пальчиковая гимнастика «Божья коровка»;</li> <li>• упражнение на развитие дыхания «Согреем божью коровку»;</li> <li>• игра «Божьи коровки и ветер»;</li> <li>• рисование «Нарисуем божьей коровке точки»</li> </ul>	1

		на спинке»	
2.	Листопад	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игра «Зашагали ножки»;</li> <li>• Игра «Солнышко и дождик»</li> <li>• танец «Кленовые листочки»</li> <li>• рисование «Листопад»</li> </ul>	1
3.	Мячик	<ul style="list-style-type: none"> <li>• чтение стихотворения С. Маршака «Мой веселый звонкий мяч»;</li> <li>• игра «Прятки с мячом»;</li> <li>• упражнение «Чудесный мешочек»;</li> <li>• рисование «Мячик»</li> </ul>	1
4.	Прогулка в осенний лес	<ul style="list-style-type: none"> <li>• рассматривание картины «Осенний лес»;</li> <li>• игра «По ровненькой дорожке»;</li> <li>• заучивание стихотворения Б. Заходера «Ежик»</li> <li>• игра на развитие произвольности «Волк и ежики»</li> <li>• упражнение «Цветные корзинки»</li> <li>• рисование «Колючий ежик»</li> </ul>	1
5.	Веселый Петрушка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• подвижная игра «Поезд»</li> <li>• игра-упражнение «Где же наши ручки?»</li> <li>• упражнение «Цветные билеты»</li> <li>• Игра «Карусель»</li> <li>• Заучивание потешки</li> </ul>	1

		<p>«Прыгай, прыгай веселей!»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• рисование «Веселый Петрушка»</li> </ul>	
6.	Новый год	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игра «В нашей группе»</li> <li>• игра-танец «Дети по лесу гуляли»</li> <li>• игра с Дедом Морозом «Ты нам носик заморозь!»</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Пальчики пляшут»</li> <li>• упражнение «Найди бутылку с холодной водой»</li> <li>• Рисование «Украсим елочку»</li> </ul>	1
7.	Мячики	<ul style="list-style-type: none"> <li>• этюд «Большой и маленький мячи»</li> <li>• упражнение «Детки-мячики»</li> <li>• релаксационное упражнение «Мячики отдыхают»</li> <li>• рисование «Красный и синий мячи»</li> </ul>	1
8	Зайка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• пальчиковая гимнастика «Мы слепили снежный ком»</li> <li>• разучивание потешки «Зайка серенький сидит»</li> <li>• подвижная игра «Лиса и заяц»</li> <li>• упражнение «Чудесный мешочек с овощами»</li> <li>• рисование «Подарим</li> </ul>	1

		зайчику морковку»	
9.	Мыльные пузыри	<ul style="list-style-type: none"> <li>• отгадывание загадки «Мыльные пузыри»</li> <li>• игра «Ладушки-ладошки» с движениями</li> <li>• игра «Пузырь»</li> <li>• упражнение-релаксация «Пузырики отдыхают»</li> <li>• танец «Полет мыльных пузырей»</li> <li>• упражнение на хоппе «Пузыри»</li> <li>• рисование «Разноцветные шарики»</li> </ul>	1
10	Музыканты	<ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнение-игра «Заяц и барабан» с музыкальными инструментами</li> <li>• упражнение «Угадай по звуку»</li> <li>• хороводная игра «Танец с Антошкой»</li> <li>• пальчиковая гимнастика «Музыканты»</li> </ul>	1
11	Мамин день	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игра «Кто нас очень любит?»</li> <li>• разучивание потешки «Водичка, водичка»</li> <li>• упражнение «Наряди маму»</li> <li>• игра «Узнай по голосу»</li> <li>• разучивание колыбельной «Куколка»</li> </ul>	1

12.	Мишка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнение-игра «Знакомство с Топтыгиным»</li> <li>• хороводная игра «Мишка спит»</li> <li>• пальчиковая гимнастика «Как под горкой снег, снег...»</li> <li>• подвижная игра «У медведя во бору»</li> <li>• разучивание стихотворения «Мишка косолапый»</li> <li>• рисование «Банка меда»</li> </ul>	1
13.	Непослушные мышата	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игра-драматизация «Мышки-шалунишки»</li> <li>• инсценировка «Скачут мышки»</li> <li>• релаксационное упражнение «Мышки отдыхают»</li> <li>• подвижная игра «Мышки спят - мышки танцуют»</li> <li>• игра «Кот и мыши»</li> <li>• пальчиковая гимнастика «Мышиная семья»</li> <li>• Рисование «Сыр для мышат»</li> </ul>	1
14.	Колобок	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игра-инсценировка с куклами би-ба-бо «Колобок» (элементы пальчиковой гимнастики, упражнения на развитие речевого дыхания, физ.упражнения с</li> </ul>	1

		<p>перекатыванием)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• игра «Прятки с волком»</li> <li>• упражнение на развитие тактильных ощущений «Найди грибочек»</li> <li>• песенка–игра «Пальчик о пальчик»</li> <li>• Хороводная игра «Колобок-колобок, тоненькие ножки»</li> <li>• Рисование «Колобок-румяный бок»</li> </ul>	
15.	Котята	<ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнение «Угадай, чей голос»</li> <li>• упражнение «Кошка и собака»</li> <li>• игра «Какого цвета?»</li> <li>• игра-растяжка «Бабочка, лети!»</li> <li>• этюд «Котята боятся»</li> <li>• партнерская игра «Котята-молодцы»</li> </ul>	1
		Итого	15

### ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Магнитола, записи на флеш-карте (звуки природы, поезда, животных, леса, дождя и др);
2. Куклы би-ба-бо;
3. Игрушки: поезд, корзинки, мячи разных размеров и цветов;
4. Бумага, гуашь, бланки-распечатки для каждого ребенка с готовыми формами.

## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ**

В начале посещения детьми детского сада на каждого ребенка заводится установленная форма «Бланк адаптации», в которой ежедневно психолог совместно с педагогами группы фиксирует настроение ребенка в течении дня, его аппетит, сон, контакты со взрослым детьми, отмечает, сколько часов ребенок находился в группе. Суммируя в баллах эти показатели, психолог может оценить тяжесть протекания адаптации (легкая, средняя, тяжелая степени).





## Список используемой литературы

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО: Практическое пособие / Авт.-сост. Белкина Л. В. – Воронеж “Учитель”, 2006. – 236 с.
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребёнка. Москва: изд. ЛИНКА ПРЕСС, 1993. –110с.
3. Афонькина Ю.А. Психологическая безопасность ребенка раннего возраста. – Издательство «Учитель», Волгоград, 2014.
4. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития. /Т.Н.Доронова, Е.В.Соловьева и др. – М.: Линка-Пресс, 2001.
5. Из детства – в отрочество: программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей от 1 года до 7 лет / [Т.Н.Доронова, Л.Н.Галигузова, Л.Г.Голубева и др.].– М.: Просвещение, 2007. – 303с.: ил.
6. Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения детей раннего возраста. Планирование, конспекты образовательной деятельности, игры и упражнения, диагностика/авт.-составитель Е.В. Башкирова, Н.И Куликова, Л.В. Климкина. – Волгоград: Учитель, 2016. – 69с.
7. Кремлякова А. Ю. Психологическое сопровождение детей с раннего возраста в ДООУ. – СПб.: Издательство «Детство-пресс», 2013.
8. Печора К.Л. и др. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях: Кн. Для воспитателя дет. сада / К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 1986. – 144 с.: ил.
9. Ребёнок третьего года жизни. Пособие для родителей и педагогов / Под ред. С.Н.Теплюк. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.-256с.
10. Роньжина А. С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению (с раздаточным материалом на CD), М., НКЦ, 2015
11. Самые маленькие в детском саду. ( Из опыта работы московских педагогов)/Авт.-сост. В. Сотникова. М., ЛИНКА-ПРЕСС. 2005. – 136 с.
12. Смирнова Е.О. Материалы курса “Дети раннего возраста в детском саду”: лекции 1-4. М.: Педагогический университет “Первое сентября” 2010. – 104 с.
13. Смирнова Е.О. Материалы курса “Дети раннего возраста в детском саду”: лекции 5-8. М.: Педагогический университет “Первое сентября” 2010. – 120 с.
14. Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. — Москва.: Теревинф, 2007. — 232 с.