

Российская Федерация
Приморский край, город Артём
Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение
«Детский сад № «23»
Артемовского городского округа
692760, Приморский край, г. Артём, ул. Кирова 46/1, тел.: 8(42337)4-26-42,
официальный сайт: <http://detskiysad-23.ucoz.ru/>
e-mail: sad_23@list.ru

ПРИНЯТО:
Протокол
Педагогического совета № 1_____

от « 28 » _08_____2023г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ 23
_____ Калюжа М.В.

ПРОГРАММА
по адаптации детей к ДОУ

Разработала:

Ахмадуллина О.В.

педагог – психолог

Содержание

№п/п	Наименование раздела	Страница
1.	Целевой раздел	
1.1.	Пояснительная записка	
1.2.	Цели и задачи реализации программы	
1.3.	Принципы и подходы, осуществляемые в процессе реализации программы	
1.4.	Характеристики особенностей развития детей, значимые для разработки и реализации программы	
1.5.	Планируемые результаты освоения программы	
2.	Содержательный раздел	
2.1.	Этапы реализации программы	
2.2.	Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДОУ	
2.3.	Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей 2-4 лет	
3.	Организационный раздел	
3.1.	Образовательная нагрузка	
	Список литературы	
	Приложения	

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время дошкольное образование развивается в значительно новых условиях, которые регламентированы приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования». Данный документ указывает главные направления стратегических преобразований, реализация которых приведет к качественно иному уровню функционирования и развития системы образовательных услуг для детей раннего и дошкольного возраста. Значительным моментом, глобальной идеей этих преобразований является наполнение психологическим знанием системы дошкольного образования, а именно: приведение в соответствие практики дошкольного образования с теми специфическими характеристиками возраста ребенка, которые определяют уникальный вклад каждого возрастного периода в общий цикл психического развития.

Сбережение, наряду с физическим, и психического 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 психического здоровья человека можно рассматривать его высокую приспособляемость к природной и социальной среде, которая обеспечивается сохранностью позитивного самочувствия, полноценным психическим развитием на всех этапах онтогенеза. Психически здоровый человек адаптирован к социуму и может успешно функционировать в нем.

Рабочая программа разработана с учетом целей и задач Основной общеобразовательной программы МБДОУ д/с № 23. Данная рабочая программа определяет содержание и организацию деятельности психологической службы ДОУ по сохранению и укреплению психологического здоровья детей раннего возраста (2 - 3 года) и младшего дошкольного возраста (3 – 4 года) в период адаптации к условиям дошкольного учреждения.

Основной базой рабочей программы является:

- Основная общеобразовательная программа МБДОУ д/с № 23 на основе Инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой – М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020 г.

- Программа «Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого-педагогическое сопровождение ФГОС ДО» под редакцией И.В.Лапиной, издательство «Учитель», 2020 г.

Рабочая программа педагога-психолога разработана в соответствии с следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с документами Министерства образования и науки РФ;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Положением о службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации № 636 от 22.10.1999 г.;
- Инструктивно–методическим письмом Министерства образования РФ от 14.03.2000г. № 65/23-16, определяющее требования к нагрузке детей, планировании учебной нагрузке в течение недели;
- Письмом Министерства общего и профессионального образования РФ от 7 апреля 1999 года № 70/23-16 «О практике проведения диагностики развития ребенка в системе дошкольного образования»;
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 27.03.2000 № 27/901-6 «О психолого-медико-педагогическом консилиуме (ПМПК) образовательного учреждения».

1.2. Цели и задачи реализации программы

Целью программы является создание условий, способствующих охране и укреплению психического здоровья детей, обеспечения их эмоционального благополучия в процессе адаптации.

Основной задачей психологического сопровождения детей в период адаптации является сохранение и укрепление психического здоровья ребенка в изменившихся условиях путем оптимальной организации педагогического процесса через:

- 1) Создание благоприятного психологического климата в группе детей;

- 2) Формирование у ребенка положительного отношения к окружающей действительности на основе активной познавательной и игровой деятельности;
- 3) Формирование у детей доверительных взаимоотношений с новым взрослым;
- 4) Помощь каждому из детей в установлении контакта со сверстниками с учетом возрастных и индивидуальных возможностей;
- 5) Помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в новых жизненных обстоятельствах, с другими родителями и детьми, с сотрудниками детского сада.

1.3. Принципы и подходы, осуществляемые в процессе реализации программы

Концептуальной основой программы являются следующие принципы:

1. Принцип гуманизма как основополагающий.

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

2. 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.

3. Принцип развития

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

приспособительной концепции адаптации противостоит конструирующая концепция.

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

Предполагает, что взрослые овладевают методами и приемами психолого-педагогического воздействия в зависимости от характера поведения ребенка.

5. Принцип взаимодействия семьи и дошкольного учреждения

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

1.4. Характеристики особенностей развития детей, значимые для разработки и реализации программы

Раннее детство — возраст от рождения до 3 лет — особый период для развития. Рассмотрим особенности данного периода.

Л.И. Божович отмечает, что в раннем детстве развитие идет максимально быстрыми темпами, как ни в каком другом возрасте. Происходит наиболее интенсивное становление и развитие всех особенностей, свойственных человеку: осваиваются основные движения и действия с предметами, закладываются основы для психических процессов и личности.

С точки зрения И.Ю. Кулагиной скачкообразность и неравномерность психического развития в этом периоде выражена ярче, чем в другом возрасте. Медленное накопление тех или иных особенностей стремительно сменяется наиболее быстрыми преобразованиями в психике. Причем темп и значение разных линий психического развития на разных возрастных этапах жизни ребенка неодинаковы. Например, в возрасте 2,5-3 мес. ведущей линией развития психики является формирование зрительных и слуховых ориентировочных реакций. С 3 до 5-6 мес. на основе развития зрительного сосредоточения совершенствуются движения руки, формируется хватание, ребенок начинает манипулировать с предметами. Устанавливаются зрительные, слуховые, тактильные и двигательные взаимосвязи.

Ребенок рождается с минимальным количеством врожденных рефлексов, но с богатым потенциалом жизненного развития. Практически все многообразие форм поведения, как положительных, так и отрицательных, складывается в процессе взаимодействия с социальной средой. И даже само

время возникновения определенных психических реакций может быть ускорено соответствующим влиянием взрослого. Например, если он проявляет к ребенку доброжелательное внимание и заботу, ласково разговаривает, то улыбка у малыша появляется раньше.

В.С. Мухина акцентирует внимание на том, что существенной особенностью раннего детства является взаимосвязь физического и нервно-психического развития. Психическое развитие во многом определяется состоянием здоровья малыша. Незначительное ухудшение здоровья влияет на эмоциональное самочувствие ребенка, болезнь может разрушить сформированные формы поведения. И наоборот, положительные эмоции ускоряют выздоровление.

Психическое и физическое состояние ребенка в этом возрасте очень неустойчиво. Наблюдается большая физическая и психическая ранимость. Дети быстро заболевают, легко утомляются, их настроение часто меняется.

Для детей раннего возраста характерна высокая пластичность всего организма, и в первую очередь психической и высшей нервной деятельности. Данная особенность создает, с одной стороны, огромные возможности для воспитания и обучения, а с другой — дает возможность компенсировать нарушенную функцию с помощью других функций и систем организма.

А.В. Петровский отмечает, что несмотря на богатые возможности развития, формирующиеся умения и навыки малыша неустойчивы, незавершенны и при неблагоприятных условиях легко разрушаются. Так, у детей, посещающих ясли, после нескольких дней отдыха, проведенных дома, приходится снова закреплять навык мытья рук. То есть в раннем возрасте складываются не столько сами умения и навыки, сколько предпосылки для их дальнейшего усовершенствования.

У нормального здорового ребенка в первые три года жизни ярко выражены ориентировочные реакции. Они стимулируют развитие сенсомоторных потребностей в движениях и впечатлениях. Сенсорные потребности побуждают ребенка к двигательной активности. И в свою очередь движения способствуют интеллектуальному развитию малыша. Если же дети ограничены в получении информации, то их психическое развитие значительно задерживается.

Особое значение в психическом развитии имеет эмоциональное состояние ребенка и его отношение к окружающему. Положительные эмоции создают благоприятные условия не только для режимных процессов, но и для формирования поведения. Они влияют на установление социальных связей сначала со взрослыми, а затем со сверстниками, формирование предпосылок личности, поддержание и развитие интереса к окружающему. К тому же

маленький ребенок легко заражается эмоциональным состоянием, настроением воспитывающего его взрослого.

Ведущая роль в психическом развитии ребенка раннего возраста принадлежит взрослому. Он обеспечивает малышу оптимальные условия не только для выживания, хорошего состояния здоровья и физического развития, но заботится и о психическом развитии. Он не только ухаживает за малышом, но и знакомит его с окружающим, направляет и формирует его активность. А в ответ на заинтересованное, доброжелательное отношение взрослого у ребенка очень рано формируется потребность в общении с ним.

Н. М. Щелованов, Н. М. Аксарина, Н. П. Сакулина, Л. А. Венгер и др. считают ранний возраст сензитивным для сенсорного развития детей. Наряду с развитием восприятия при усвоении предметных действий у ребенка формируются и основные компоненты мышления. В процессе манипулятивной деятельности перед ребенком раскрываются связи между предметами, формируются опосредованные действия. Исследуя развитие мышления ребенка, Ж. Пиаже, Л. А. Венгер, С. Л. Новоселова, В. С. Мухина, А. В. Запорожец отмечают, что решение задач путем внешних проб (*наглядно-действенного мышления*) в дальнейшем заменяется их решением во внутреннем плане, на основе оперирования образами (*наглядно-образного мышления*).

В раннем возрасте ребенок овладевает величайшим достоянием человечества — речью. А. В. Запорожец отмечает, что ребенок в раннем возрасте проходит два этапа развития речи: подготовительный (*гукание, гуление, лепет*) и этап собственно речевого развития, когда на основе формирующейся потребности в речевом общении формируется пассивная (*понимание*) и активная речь, которая начинает выполнять основные присущие ей функции: коммуникативную, сигнификативную, обобщения.

К концу третьего года жизни возможности ребенка возрастают, вместе с ними растет желание действовать самостоятельно, выполняя роль взрослого. Разрешению кризиса способствует переход с сюжетно-ролевой игре, в которой ребенок отображает действительность и имеет возможность реализовать желание участвовать во «*взрослой*» жизни.

Итак, можно выделить некоторые закономерности в развитии детей на этапе раннего возраста: быстрый темп физического и психического развития, взаимосвязь первого и второго; приобретение ребенком первоначального социального опыта, привычек поведения; эмоциональность как ведущая характеристика возраста; потребность в индивидуальном контакте со взрослым; зависимость развития от наследственности и развивающей социальной среды и др.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

- успешная адаптация вновь прибывших воспитанников раннего и младшего дошкольного возраста к условиям ДОО.

2. Содержательный раздел

2.1. Этапы реализации программы

I этап: подготовительный

Цель – изучение факторов риска, прогнозирование хода адаптации детей, разработка мер поддержки.

Предполагает мероприятия по повышению профессиональной компетентности педагогов, психологическое просвещение родителей, сбор информации о детях.

II этап: основной

Цель – обеспечение благополучного хода адаптационного процесса, благоприятного психологического климата в адаптационных группах.

Предполагает осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса (систематические наблюдения за поведением детей), корректировку мер их психолого-педагогической поддержки, проведение комплекса адаптационных игр, консультирование родителей и педагогов при возникновении затруднений, психологическое просвещение. Оказание помощи детям на данном этапе предполагает широкое использование индивидуальных форм взаимодействия с целью установления доверительного контакта, торможения негативных эмоциональных состояний и снятию излишнего эмоционального возбуждения.

III этап: заключительный

Цель – анализ хода процесса адаптации детей к условиям ДОО, формулировка выводов.

Предполагает осуществление итоговой диагностики уровня адаптированности (дезадаптации) детей к условиям ДОО, участие в работе психолого-медико-педагогического консилиума, анализ проделанной работы.

2.2. Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДОУ

Сроки выполнения	Работа с детьми	Работа с родителями	Работа с педагогами
1 этап. Подготовительный			
Июль - август	<p>1) первичная диагностика с целью определения сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов дезадаптации, адаптационных возможностей; 2) определение прогноза течения адаптации;</p> <p>3) участие в комплектовании групп;</p> <p>4) разработка мер психолого-педагогической поддержки детей в период адаптации на основе выявленных индивидуальных особенностей.</p>	<p>1) психологическое просвещение: - выступление на родительских собраниях на тему: «Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения» (см. Приложение 1); - создание информационно й папки «Стеновая информация. Советы психолога» (см. Приложение 2); - создание памятки «Готовимся к поступлению в детский сад» (см. Приложение 3);</p> <p>2) анкетирование с целью составления психологического портрета ребенка, выявления</p>	<p>1) психологическое просвещение: - консультация для воспитателей «Степень адаптации детей к условиям детского сада» (см. Приложение 5); - работа с новинками литературы; - информационный обмен;</p> <p>2) консультирование по результатам первичной диагностики с целью индивидуализации педагогом работы с детьми, совместная разработка мер психолого-педагогической поддержки детей «группы риска дезадаптации»;</p> <p>3) помощь педагогам в организации образовательного пространства с учетом адаптационного процесса.</p>

		факторов риска дезадаптации (см. Приложение 4); - индивидуальная консультация детско-родительской пары, родителей.	
II этап: основной			
Август - октябрь	<p>1) систематические наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса;</p> <p>2) осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: заполнение листов адаптации (см. Приложение 6);</p> <p>3) конкретизация степени адаптации ребенка;</p> <p>4) корректировка мер психологопедагогического сопровождения;</p> <p>5) разнообразная индивидуальная совместная деятельность с детьми «группы риска» с целью торможения негативных эмоциональных состояний, формирования чувства доверия к</p>	<p>1) индивидуальное консультирование по запросу или инициативе психолога;</p> <p>2) подготовка рекомендаций, предложений, пожеланий;</p> <p>3) психологическое просвещение (выступления на родительских собраниях в группах на тему «Анализ процесса адаптации детей к ДОУ», стендовая информация в уголках групп, на интернет-сайте ДОУ, подбор и распространение специальной психологопедагогической литературы)</p>	<p>1) консультирование по текущим вопросам хода адаптационного процесса;</p> <p>2) совместная оценка ситуации;</p> <p>3) помощь в осуществлении индивидуального подхода к детям;</p> <p>4) рефлексия собственной деятельности, контроль за выполнением рекомендаций, прогноз результатов.</p>

	<p>новым взрослым и сверстникам;</p> <p>б) реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения, формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.</p>		
III этап: заключительный			
Ноябрь	<p>1. Наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательнообразовательный процесс дошкольного учреждения;</p> <p>2) анализ течения процесса адаптации детей ДООУ (данные «Листов психологической адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса;</p> <p>3) анализ причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательнообразовательный процесс дошкольного учреждения отдельных детей;</p>	<p>1. Индивидуальные консультации для родителей детей с признаками дезадаптации к ДООУ.</p>	<p>1. Составление аналитической справки по результатам адаптационного процесса; 2) участие в работе психолого-медикопедагогического консилиума с целью: а) системного анализа причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательнообразовательный процесс дошкольного учреждения отдельных воспитанников; б) координации действий специалистов по оказанию мер психологопедагогической поддержки дезадаптированным</p>

	4) разработка мер индивидуальной помощи дезадаптированным детям.		детям; в) коллективной разработки программ психологопедагогического сопровождения дезадаптированных детей; г) анализа выявленных психологопедагогических затруднений в деятельности педагогов и определения путей их преодоления.
--	--	--	---

2.4. Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей 2-4 лет

Занятие 1. Тема: «Божья коровка»

Цель занятия: - 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.

Материалы: игрушечная божья коровка, большие и маленькие машинки, матрешки, куклы, кубики и т.п.

Занятие 2. Тема: «Листопад»

Цель занятия: - создание атмосферы эмоциональной безопасности;

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, повышенной двигательной активности;
- развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп;
- развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакций;
- развитие речи, воображения, творческих способностей.

Материалы: Большой зонт; запись шума дождя и медленной спокойной музыки; два кленовых листа (для каждого ребенка).

Занятие 3. Тема: «Мячик»

Цель занятия: - 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.

Материалы: Большой мяч; матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине).

Занятие 4. Тема: «Прогулка в осенний лес»

Цель занятия: - 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.

Материалы: 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.

Занятие 5. Тема: «Весёлый Петрушка»

Цель занятия: - 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.

Материалы: 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).

Занятие 6. Тема: «Мячики»

Цель занятия: - 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.

Материалы: Большой красный мяч и маленький синий мячик; мячи среднего размера (для каждой пары детей); запись спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии.

Занятие 7. Тема: «Зайка»

Цель занятия: - 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.

Материалы: Мягкие игрушки: заяц и лиса; запись веселой плясовой музыки; матерчатый мешочек с набором пластиковых овощей.

Занятие 8. Тема: «Мыльные пузыри»

Цель занятия: - 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.

Материалы:

Набор для выдувания мыльных пузырей; запись плавной мелодии; мячи; мячи для подскоков (хоппы).

Занятие 9. Тема: «Мишка»

Цель занятия: - 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;

- развитие координации движений, общей и мелкой моторики;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: Игрушечный медвежонок; запись пения птиц.

Занятие 10. Тема: «Непослушные мышата»

Цель занятия: - 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.

Материалы: Игрушечная мышка; розовый и черный косметические карандаши; большие игрушечные часы; запись плясовой музыки.

Занятие 11. Тема: «Колобок»

Цель занятия: - 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.

Материалы: Куклы бибобо (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).

Занятие 12. Тема: «Котята»

Цель занятия: - формирование положительной самооценки;

- развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга;
- снятие мышечного напряжения;
- развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость);
- развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки;
- развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле;
- развитие пространственных представлений;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы: Запись с голосами животных и птиц; желтые, красные, синие, зеленые бабочки размером с детскую ладошку (по количеству

детей); игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цвета.

3. Организационный раздел

3.1. Образовательная нагрузка

Форма занятий – подгрупповая.

Каждое занятие проводится поэтапно. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие, варьируются педагогом.

Занятия длительностью *10-15 минут* проводятся *1 раз в неделю*. Повторяемость игр предусмотрена по 2-3 раза, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила.

Работа по каждому из разделов 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.

Приемы торможения отрицательных эмоций:

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

Список литературы:

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие /Авт.- сост. Белкина Л.В. – Воронеж «Учитель», 2006 2.
2. Адаптация ребенка к детскому саду. Советы педагогам и родителям: Сборник. – СПб.: Речь, Образовательные проекты; М.: Сфера, 2010
3. Болотина Л.Р. Дошкольная педагогика / Л.Р. Болотина — М.: Культура: Акад. проект, 2014. — 238 с.
4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте: учеб. пособие/ Л.И. Божович. — М.: Просвещение, 2013. — 426 с.

5. Бордовская Н.В. Педагогика/ Н.В. Бордовская- СПб.: «*Питер*», 2012. — 304 с.
6. Виноградова Н.А. Дошкольная педагогика: учебник для бакалавров / Н. А. Виноградова, Н. В. Микляева. — М.: Юрайт, 2014. — 510 с.
7. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский – М.: Просвещение, 1986. – 284 с.
8. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. Учебное пособие. — М.: Просвещение, 2009. — 234с.
9. Гогоберидзе А.Г. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева. — СПб.: Питер, 2015. — 464 с.
10. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. — Минск: Университет, 2009. — 459 с.
11. Дубровина В.И. Психология: учеб. для студ. сред. пед. учеб. заведений/ В.И. Дубровина. — М.: Академия, 2014. — 320с.
12. Закон Российской Федерации «*Об образовании*». — М.: Издательство «*Омега*», 2008. — 98 с.
13. Занков Л.В. Избранные педагогические труды/ Л.В. Занков. – М., 2012. – 434 с.
14. Запорожец А.В. Психологическое развитие ребенка/ А.В. Запорожец. — М.: Педагогика, 2014. — 360 с.
15. Зимняя И.А. Педагогическая психология/ И.А. Зимняя. — Ростов н / Д: «*Феникс*», 2014. – 480 с.

Приложение 1.

Выступление на родительском собрании на тему:

«Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения»

Адаптация – это приспособление к новым условиям, причем она необходима не только при поступлении в детский сад, но и после болезни, летних каникул и т.д. Адаптация – это трудный период в жизни ребенка связанный с сильными стрессовыми переживаниями.

Приведя ребенка в детский сад, нужно помнить о том, что в детском саду ребенка ждут новые социальные отношения. Т.е. отношения с новыми людьми: взрослыми (воспитателями, младшим воспитателем и специалистами) и сверстниками. И разбираться во всех тонкостях этих отношений, налаживать контакты ребенку придется уже без помощи папы и мамы. Такое с ним случилось в-первые в жизни, ребенок начинает самостоятельно представлять себя во “внешнем мире”, отличном от привычного домашнего мира. У детей в возрасте до 3-х лет обычно еще плохо развита речь, ему трудно выразить словами свои чувства и желания, нет навыков общения со сверстниками. Это влечет за собой эмоциональное неудовлетворение. Обращайте внимание на эмоциональное состояние ребенка, ему необходима ваша помощь.

Вы боитесь за него, и это естественно, однако ваше настроение мгновенно передается ребенку. Поэтому если вы будете излучать уверенность в том, что ребенку в группе будет хорошо, эта уверенность передастся ребенку. Расскажите ребенку о том, как хорошо детям в детском саду, зачем они туда приходят, чем занимаются.

В период адаптации у некоторых детей происходит потеря уже имеющихся навыков. Например, дома просился на горшок, а в детском саду отказывается, или например, более примитивной становится речь. Не стыдите и не ругайте своего малыша, пройдет 1 – 2 недели и все навыки восстановятся.

Хочу предупредить вас, что адаптация к детскому саду может протекать очень болезненно. Причин много: резкая смена условий, ломка привычных форм жизни, отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое число детей, новый распорядок дня и т.п. Все это может вызвать бурные реакции. Помните, что оставляя ребенка в детском саду он психологически считает себя брошенным и сильно переживает по этому поводу. Объясните ему зачем необходимо ходить в детский сад, что его там ждут дети, игрушки. Обязательно расскажите малышу о том, что вы скоро придете за ним, или расскажите о том, кто за ним придет и когда. Чаще напоминайте о том, что вы его любите.

Познакомьтесь с воспитателем группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается. Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь «уговорить ее» переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Если ребенок на это не согласится,

пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал. Таким образом, вы сможете узнать, как ваш малыш себя чувствовал в детском саду.

Вхождение ребенка в детский сад должно быть постепенным: сначала нужно привести его в группу, познакомить с воспитателем, сверстниками. Затем несколько дней пребывания в детском саду должны ограничиваться временем до дневного сна, а в дальнейшем, в зависимости от состояния ребенка, это время может постепенно увеличиваться.

Дети раннего возраста, сильно устают в детском саду. И наиболее распространенной причиной усталости является присутствие большого числа людей вокруг и необходимость сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению. Поэтому, забрав ребенка постарайтесь не слишком спешить домой. Сделав небольшой круг по окрестным дворам, вы позволите своему малышу перейти на вечерний режим и перестроиться на домашнюю обстановку. Будет лучше, если вы не станете сопровождать эту прогулку беседой с кем – либо из своих знакомых, а пообщаетесь со своим малышом.

Помните, что ребенок соскучился по вам, поэтому придя домой не бросайтесь сразу же к выполнению хозяйственных дел. Пусть малыш посидит рядом с вами, расслабится от ваших прикосновений. Поиграйте с ним, поговорите. Дайте малышу самому выбрать, во что вы будете играть. А при необходимости сами предложите какую-нибудь спокойную игру.

Кроме того, и особенно в этот период, нельзя пугать детей (ни дядей, ни волком, ни Бабой Ягой). По мере развития ребенка можно указывать ему на реальные опасности, но никогда не запугивать мнимыми, придуманными коллизиями. Нельзя стыдить ребенка за испытываемый им страх. Насмешки над боязливостью ребенка - жестокость. Из чувства стыда он будет скрывать страх, который только усилится. Следует ограничить просмотр ребенком телепередач: долгое сидение перед телевизором притупляет собственную активность ребенка, мешает формированию его индивидуальных интересов. Не следует оставлять ребенка одного в незнакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление чего-либо неожиданного для него. Для полноценного развития ребенка важно общение не только с близкими взрослыми, но и со сверстниками, поэтому нужно учить его знакомиться с детьми во дворе, в кружках и секциях, в детском саду. Поскольку за всеми детскими страхами стоит неосознанный или осознаваемый страх смерти, то и профилактика страхов - воспитание ребенка, уверенного в себе, самостоятельного, знающего то, что положено знать по возрасту опасностях и угрозах, но относящегося этому оптимистично. Важно помнить ребенку, лишенному помощи взрослых не познать мир без лишних страхов.

Очень важно, чтобы между вами и сотрудниками детского сада была согласованность. Постарайтесь приблизить режим дня ребенка к детсадовскому, упражняйте его в самостоятельности.

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!**

Памятка для родителей

Готовимся к поступлению в детский сад

Свершилось! Через несколько дней идём первый раз...

Волнительные моменты и для ребенка, и для взрослых. Как сделать выход в детский сад наиболее комфортным?

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. Ребенку надо приспособиться к новому ритму и требованиям воспитателя. Чтобы стресс не был болезненным и не затянулся, необходимо разумное и последовательное поведение 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. Заботиться о том, чтобы вещи были максимально простыми и удобными, свободно одевающимися, без лишних застежек 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.
6. Для знакомства ребенка с детьми и воспитателями подойдите в детский сад заранее. Раскройте 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. Учите ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания.

9. Если сами нервничаете, не показывайте свою тревогу накануне поступления в детский сад, постарайтесь сами успокоиться – дети все чувствуют.

10. Продумайте, кто будет приводить и уводить ребенка.

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

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

Если остались вопросы, обращайтесь. Рады ответить и помочь.

Официальный сайт: <http://detskiysad-23.ucoz.ru/>

Приложение 4.

Анкета «Готовность ребенка к поступлению в детский сад» (заполняется родителями)

Ф.И.О. ребенка _____

1. Какое настроение преобладает у ребенка? (подчеркнуть)

- бодрое, уравновешенное — 3 балла,
- раздражительное неустойчивое — 2,
- подавленное — 1.

2. Как Ваш ребенок засыпает?

- быстро (до 10 мин) — 3,
- медленно — 2,
- спокойно — 3,
- беспокойно — 2.

3. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?

- дополнительное воздействие — 1,
- без воздействия — 3.

4. Какова продолжительность сна ребенка?

- 2 часа — 3,
- менее 1 часа — 1.

5. Какой аппетит у Вашего ребенка?

- хороший — 4,
- избирательный — 3,
- неустойчивый — 2,
- плохой — 1.

6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?

- положительно — 3,
- отрицательно — 1,
- просится на горшок — 3,
- не просится, но бывает сухой — 2,
- не просится и ходит мокрый — 1.

7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?

- сосет пустышку или сосет палец, раскачивается (указать др.) — 1,
- нет отрицательных привычек — 3.

8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?

- да — 3,
- нет — 1,
- иногда — 2.

9. Проявляет ли интерес к действиям взрослых?

- да — 3,
- нет—1,
- иногда — 2.

10. Как Ваш ребенок играет?

- умеет играть самостоятельно — 3,
- не всегда — 2,
- не играет сам — 1.

11. Взаимоотношения со взрослыми:

- легко идет на контакт—3,
- избирательно —2,
- трудно — 1.

12. Взаимоотношения с детьми:

- легко идет на контакт —3,
- избирательно — 2,
- трудно — 1.

13. Отношения к занятиям: внимателен, усидчив, активен:

- да —3,
- нет — 1,
- не всегда — 2.

14. Есть ли у ребенка уверенность в себе?

- есть — 3,
- не всегда — 2,
- нет — 1.

15. Есть ли опыт разлуки с близкими?

- перенес разлуку легко — 3,
- тяжело — 1.

16. Есть ли аффективная привязанность к кому-либо из взрослых?

- есть — 1,
- нет — 3.

Прогноз адаптации

— *Готов к поступлению в д/с* — 55—40 баллов.

— *Условно готов* — 39—24 балла.

— *Не готов* — 23—16 баллов.

Консультация для воспитателей Степень адаптации ребёнка к условиям детского сада

Работаем с детьми мы не первый день и уже некоторые моменты давно отработаны. Давайте вспомним, ведь чаще всего ребенок привыкает к новой жизни по такой схеме: чтобы ему было проще познакомиться с воспитателями и другими детьми, мама приводит несколько раз на дневную и вечернюю прогулку. Очень важно, чтобы ребенок видел, как родители приходят за детьми. Если раньше можно было мам пригласить в группу вместе с ребенком побывать, и обедом покормить, и уложить спать, то в сложившихся условиях, надо объяснять родителям, чтобы те находились постоянно на связи и могли свободно подойти за расстроенным малышом.

Не поощряйте долгие расставания, так как помним, что дети великие манипуляторы!

Желательно, чтобы ребенок утром был накормлен, потому что многие малыши отказываются кушать в непривычной для них обстановке.

Первое время некоторых детей можно не оставлять на дневной сон, либо отправлять сразу после сна домой. И за этим всем стоит постоянная просветительская работа воспитателя с родителями.

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 худшем 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 наладиться, и это во многом зависит от обстановки дома.

Ребенку с тяжелой адаптацией, может понадобиться помощь педиатра или узкого специалиста!

Средняя степень адаптации – в эту группу попадают 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 – у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности. При этом типе адаптации заболеваемость ребенка поможет снизить врач. Чем раньше он назначит корректирующие

мероприятия ребенку, тем меньше вероятность, что малыш заболит, а значит, адаптация его приблизится к благоприятной. И это, в свою очередь, поможет адаптироваться 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 адаптация – наконец, почти половина детей составляет самую благополучную группу – они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием. Обычно период адаптации составляет 3-4 недели. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны вам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, такой 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 адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего – полмесяца.

Каждый ребенок привыкает к жизни в детском саду по-своему. Одному 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.

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 адаптирующегося ребенка, и эмоциональный портрет вновь поступившего в обычный детский сад.

Эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад:

Отрицательные эмоции – как правило, важнейший компонент, встречающийся практически у каждого, 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... И 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 нескольку 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 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, убегающими 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 родители забудут о нем, уйдя из сада на

работу. Боится, что родители не придут 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, 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 нет 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 ребенок, тем раньше проявляются они, похожие на первых ласточек, всем возвещающих о завершении у 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 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 ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт со 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 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. Вчерашний «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 совсем.

Социальные навыки. Под прессом стресса 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 новичок 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 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. Но в любом случае, необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса, задерживается.

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 навряд ли можно назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. Как будто бы он смотрит сон свой в телевизоре, где ясно видит, что с ним происходит. Однако фильм имеет только страшное начало, конец малыш боится посмотреть. И чтобы его действительно не видеть, в испуге, плача, прерывает сон. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.

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

Помня черты поведения в адаптационный период, нам педагогам, в свою очередь легче подобрать форму общения с подопечными и знать в каком ракурсе вести работу с родителями для достижения цели по преодолению адаптационных трудностей.

Успехов нам в этой важной деятельности!

Лист адаптации (бланк)

Ф.И.О. ребенка _____ дата рождения _____
 Возраст к моменту поступления в ДОУ _____ группа здоровья _____

Показатели адаптации	Дни посещения ДОУ количество пропущенных дней	группа здоровья								
		1-ый	2-ой	3-ий	4-ый	2-я неделя	4-я неделя	2-ой месяц	3-ий месяц	6-ой месяц
Аппетит	3 – ест самостоятельно и охотно 2 – позволяет взрослому себя кормить, избирателен в еде 1 – отказывается от еды, капризничает									
Стул*	3 – регулярный 2 – нерегулярный 1 – отсутствие стула									
Сон*	3 – сон спокойный, глубокий, засыпает быстро 2 – засыпает долго, с плачем, беспокойный сон 1 – отсутствие сна, плач									
Общий эмоциональный фон	3 – положительный (уравновешенный) 2 – неустойчивый (подвержен частой смене настроения) 1 – отрицательный (напряженный, печальный, безучастный)									
Взаимодействие со взрослым	3 – инициативен 2 – принимает инициативу взрослого 1 – уходит от взаимоотношений/ реакция протеста									
Взаимодействие с другими детьми	3 – инициативен 2 – принимает инициативу другого ребенка 1 – пассивен/ реакция протеста									
Познавательная и игровая деятельность	3 – активен 2 – активен при поддержке взрослого 1 – пассивен, демонстрирует реакцию протеста									
Сумма баллов										
21-18 баллов – высокий уровень (красный цвет), 17-11 баллов – средний уровень (зеленый цвет), 10-7 баллов – низкий уровень (синий цвет)										

* – В группах ЦИПР, СРП кратковременного пребывания данная строка заполняется медицинским работником ДОУ из бесед с родителями