

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Некрасовский детский сад «Ромашка»  
Советского района Республики Крым**

**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом № 1  
от 30 августа 2022 г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий МБДОУ  
\_\_\_\_\_ О.В.Каракаш  
Приказ № 72 от 30.08.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**психологического сопровождения процесса адаптации воспитанников**

**2 младшей группы раннего развития и младшей группы**

**срок реализации 1 год**

**2022 – 2023 учебный год**

Составитель программы:

Тома Эмина Эмирсеиновна

Должность: педагог - психолог

**Некрасовка 2022 г.**

## **Пояснительная записка**

Поступление малыша в дошкольную образовательную организацию сопровождается изменением окружающей его среды, режима дня, характера питания, приводит к необходимости устанавливать социальные связи, адаптироваться к новым условиям жизни. От того как протекает процесс привыкания ребенка к этим изменениям, зависит его дальнейшее физическое и психическое развитие.

На современном этапе развития нашего социума, приоритет в воспитании детей раннего возраста отдается семейному типу воспитания, однако нынешние социальные условия вынуждают родителей прибегать к общественным формам воспитания уже на самых ранних этапах жизни ребенка. Одной из важнейших особенностей развития ребенка раннего возраста считается быстрый темп развития психофизических характеристик организма малыша. Это единственный короткий период, в течение которого можно наблюдать, как в кратчайшие сроки у беспомощного и не имеющего никаких навыков карапуза формируются рефлекс, привычки, сенсорные навыки и речь, не говоря уже о стремительном физическом развитии.

Дети раннего возраста отличаются неустойчивостью эмоционального состояния. Разлука с близкими людьми и изменение привычного образа жизни вызывают у малышей негативные эмоциональные состояния, тревогу и страхи. Особую чувствительность детки испытывают к разлуке с мамой и к кардинальным изменениям привычных условий жизни. Адаптация к дошкольному образовательному учреждению, чаще всего, проходит для малышей крайне болезненно. Резкий переход ребенка в новую социальную среду и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Но не только малышу приходится в этот период сложно, как правило в таком же стрессе пребывают и самые родные сердцу маленького дошкольника люди. Родители так же трудно переживают период адаптации своего чада к детскому саду: кардинальное изменение в поведении ребенка вызывают тревогу и желание не водить малыша в сад некоторое время, оставляя ребенка в саду в слезах мама переживает и расстраивается, а малыш интуитивно копирует эмоциональное состояние мамы, и процесс его адаптации проходит сложнее. Именно по этой причине, так актуален оказался вопрос тесного сотрудничества воспитателей, специалистов и родителей в период адаптации малыша к дошкольному образовательному учреждению. Если сотрудники ДОО и родители будут нацелены на сотрудничество, то обеспечат малышу благополучные условия для сохранения психологического здоровья, эмоционального комфорта, организуют интересную и содержательно наполненную жизнь в детском саду и дома – и эти усилия могут стать залогом максимально положительного течения адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО

Данная рабочая программа определяет содержание и организацию деятельности психологической службы ДОО по сохранению и укреплению психологического здоровья детей раннего возраста (2 – 4 лет) в период адаптации к условиям дошкольного учреждения.

### **Участники программы**

Воспитанники групп раннего и младшего возраста; воспитатели и помощник воспитателя группы; родители воспитанников групп.

### **Цели и задачи программы**

Цель программы: создание условий для успешной адаптации и развития детей раннего возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

### **Задачи программы:**

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- развитие психических процессов, игровых навыков, начальных форм произвольного поведения, координации движений, крупной и мелкой моторики;
- педагогическое просвещение родителей и педагогов по вопросам организации жизнедеятельности ребенка в ДОУ, обучения, воспитания и развития детей.

Данная рабочая программа разработана с учетом основных требований к организации и содержанию службы практической психологии в образовании, возрастных особенностях детей и реализуется посредством основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой., в основу занятий взята программа Роньжина А. С. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению», а также в соответствие со следующими нормативными документами:

- Законом РФ «Об образовании»;
- Национальной доктриной образования в РФ;
- Концепцией модернизации российского образования;
- Концепцией дошкольного воспитания;
- СанПиН от 22 июля 2010 г. № 91 от 20.12. 2010 г. №164;
- Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации (приказ № 636 от 22.10.1999 г.);

- Утверждение типового положение об образовательном учреждении для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи (приказ № 867 от 31.07.1998);

- письмо Министерства образования РФ от 27.06.2003 г. № 28-51-513/16 «Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования»;

При разработке данной программы опиралась на основной Закон «Об образовании Республики Крым», «Конвенция о правах ребенка», Этический кодекс, Семейный кодекс.

### **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 течение 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).

### **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 минут у второй группы раннего возраста и 15 минут проводятся у младшей группы 1 раз 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.

### **Этапы работы по программе**

Программа работы по сопровождению периода адаптации детей к ДОО предполагает всестороннюю деятельность педагога-психолога в рамках каждого из направлений работы (диагностика, консультирование, просвещение) со всеми участниками образовательного процесса (дети, родители, педагоги).

Работа по программе осуществляется поэтапно.

#### **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 занятий Роньжина А.С. «Занятия психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению», консультирование родителей и педагогов при возникновении затруднений, психологическое просвещение.

#### **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.

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

<b>Сроки</b>	<b>Работа с детьми</b>	<b>Работа с родителями</b>	<b>Работа с педагогами</b>
<b>I этап: подготовительный</b>			
август	<p>1) первичная диагностика с целью определения сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов дезадаптации, адаптационных возможностей;</p> <p>2) разработка карты индивидуального сопровождения ребенка в адаптационный период;</p> <p>3) составление психологического заключения по итогам первого этапа.</p>	<p>1) психологическое просвещение: - выступление на родительском собрании на тему: «Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ» - создание информационной папки «Адаптация к ДОУ: советы психолога»; - создание памятки «Как подготовить ребенка к детскому саду»;</p> <p>2) анкетирование с целью составления психологического портрета ребенка, выявления факторов риска дезадаптации; - индивидуальная консультация детскородительской пары.</p>	<p>1) психологическое просвещение: - консультация для воспитателей «Степень адаптации детей к условиям детского сада»;</p> <p>2) помощь педагогам в организации образовательного пространства с учетом адаптационного процесса.</p>
<b>II этап: основной</b>			

Сентябрь - ноябрь	1) систематические наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса; 2) осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: заполнение листов адаптации; 3) реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения, формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.	1) индивидуальное консультирование по запросу или инициативе психолога; 2) подготовка рекомендаций, предложений, пожеланий.	1) консультирование по текущим вопросам хода адаптационного процесса; 2) совместная оценка ситуации.
<b>III этап: заключительный</b>			
Декабрь	1) наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения; 2) анализ течения процесса адаптации детей ДООУ (данные «Листов адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса.	1) индивидуальные консультации для родителей.	1) составление аналитической справки по результатам адаптационного Процесса.

**Тематический план реализации программы второй группы раннего возраста и младшей группы**

№	Название занятия	Игры, упражнения	Примечание
1	Божья коровка	- «Поймай божью коровку»; - пальчиковая гимнастика «Божья коровка»; - упражнение на развитие дыхания «Согреем божью коровку»; - игра «Божьи коровки и ветер»; - рисование «Нарисуем божьей коровке точки»	
2	Листопад	- игра «Зашагали ножки»; - Игра «Солнышко и дождик» - танец «Кленовые листочки» - рисование «Листопад»	

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>	
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» - рисование «Колючий ежик»</li> </ul>	
5	Веселый Петрушка	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подвижная игра «Поезд» - игра-упражнение «Где же наши ручки?»</li> <li>- упражнение «Цветные билеты»</li> <li>- Игра «Карусель»</li> <li>- Заучивание потешки «Прыгай, прыгай веселей!»</li> <li>- рисование «Веселый Петрушка»</li> </ul>	
6	Мячики	<ul style="list-style-type: none"> <li>- этюд «Большой и маленький мячи»</li> <li>- упражнение «Деткимячики»</li> <li>- релаксационное упражнение «Мячики отдыхают»</li> <li>- рисование «Красный и синий мячи»</li> </ul>	
7	Мыльные пузыри	<ul style="list-style-type: none"> <li>отгадывание загадки «Мыльные пузыри»</li> <li>- игра «Ладушки ладошки» с движениями - игра «Пузырь»</li> <li>- упражнение-релаксация «Пузырики отдыхают»</li> <li>- танец «Полет мыльных пузырей» - упражнение на хоппе «Пузыри» рисование «Разноцветные шарики»</li> </ul>	

8	Музыканты	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнение-игра «Заяц и барабан» с музыкальными инструментами - упражнение «Угадай по звуку»</li> <li>- хороводная игра «Танец с Антошкой»</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Музыканты»</li> </ul>	
9	Мамин день	<ul style="list-style-type: none"> <li>- игра «Кто нас очень любит?» - разучивание потешки «Водичка, водичка»</li> <li>- упражнение «Наряди маму»</li> <li>- игра «Узнай по голосу»</li> <li>- разучивание колыбельной «Куколка»</li> </ul>	
10	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» - разучивание стихотворения «Мишка косолапый»</li> <li>- рисование «Банка меда»</li> </ul>	
11	Непослушные мышата	<ul style="list-style-type: none"> <li>- игра-драматизация «Мышкишалунишки»</li> <li>- инсценировка «Скачут мышки»</li> <li>- релаксационное упражнение «Мышки отдыхают»</li> <li>- подвижная игра «Мышки спят - мышки танцуют» - игра «Кот и мыши»</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Мышиная семья»</li> <li>- Рисование «Сыр для мышат»</li> </ul>	
12	Колобок	<ul style="list-style-type: none"> <li>- игра-инсценировка с куклами би-бабо «Колобок» (элементы пальчиковой гимнастики, упражнения на развитие речевого дыхания, физ.упражнения с перекачиванием)</li> <li>- игра «Прятки с волком»</li> <li>- упражнение на развитие тактильных ощущений «Найди грибочек» - песенка–игра «Палец о палец» - Хороводная игра «Колобок-колобок, тоненькие ножки»</li> </ul>	



		- Рисование «Колобок румяный бок»	
13	Котята	- упражнение «Угадай, чей голос» - упражнение «Кошка и собака» - игра «Какого цвета?» - игра-растяжка «Бабочка, лети!» - этюд «Котята боятся»	
14	Зайка	- пальчиковая гимнастика «Мы слепили снежный ком» - разучивание потешки «Зайка серенький сидит» - подвижная игра «Лиса и заяц» - упражнение «Чудесный мешочек с овощами» - рисование «Подарим зайчику морковку»	
15	Новый год	- игра «В нашей группе» - игра-танец «Дети по лесу гуляли» - игра с Дедом Морозом «Ты нам носик заморозь!» - Пальчиковая гимнастика «Пальчики пляшут» упражнение «Найди бутылку с холодной водой» Рисование «Украсим елочку»	

## 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 ДОО. – 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.