

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Калининграда центр развития ребенка — детский сад №133

Рассмотрена
на заседании ПШк
протокол № 4 от «02» 10 2023 г.

Утверждаю
заведующий МАДОУ ЦРР д/с № 133
Ю.Н. Найкувене
2023 г.



**Рабочая программа
психологического сопровождения воспитанников в
адаптационный период**

на 2023 - 2024 учебный год

Составитель:
Заборская Татьяна Евгеньевна
педагог-психолог МАДОУ ЦРР д/с № 133

г. Калининград

Содержание

1.	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи реализации программы	4
1.3.	Принципы и подходы реализации программы	4
1.4.	Возрастные и индивидуальные особенности детей	5
1.5.	Психологическая характеристика процесса адаптации к ДОУ	12
1.6.	Планируемые результаты освоения программы	15
2	Содержательный раздел	16
2.1.	Этапы работы по программе	16
2.2.	Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДОУ	16
2.3.	Примерный план психолого-педагогического сопровождения вновь прибывших воспитанников	20
2.4.	Календарно-тематический план занятий по профилактике дезадаптации детей 2-4 лет	23
3.	Организационный раздел	25
3.1.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	25
3.2.	Список литературы	26

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МАДОУ ЦРР д/с № 133.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Актуальность:

В дошкольном возрасте проблема сохранения психологического здоровья является наиболее актуальной при вхождении ребенка в образовательную среду при поступлении его в дошкольное учреждение, т.е. в процессе адаптации детей к условиям ДООУ.

Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма, а так как адаптивные возможности ребенка в раннем возрасте ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению психофизического темпа развития.

В связи с этим актуальным является осуществление целенаправленной организации процесса привыкания детей к новым условиям дошкольного учреждения, которое способствовало бы адекватному, безболезненному приспособлению детей к новым условиям, сохранению и укреплению их психического здоровья.

Решение вышеупомянутого вопроса легло в основу разработки программы психолого-педагогического сопровождения ребенка в период адаптации к ДООУ. Данная рабочая программа определяет содержание и организацию деятельности психологической службы ДООУ по сохранению и укреплению психологического здоровья детей раннего возраста (1,5 – 3 года) и дошкольного возраста (3 – 7 лет) в период адаптации к условиям дошкольного учреждения.

1.2. Цель и задачи реализации программы

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

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

- создание условий для организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения;
- создание благоприятного психологического климата в группе детей;
- формирование у ребенка положительного отношения к окружающей действительности на основе активной познавательной и игровой деятельности;
- формирование у детей доверительных взаимоотношений с новым взрослым;
- помощь каждому из детей в установлении контакта со сверстниками с учетом возрастных и индивидуальных возможностей;
- помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в новых жизненных обстоятельствах, с другими родителями и детьми, с сотрудниками детского сада;
- внедрение эффективных форм и методов сотрудничества с родителями, способствующих повышению информационной культуры в практику психолого-педагогического партнерства.

1.3. Принципы и подходы 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. Возрастные и индивидуальные особенности детей

Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста (1,5 - 3 года)

На втором году жизни ведущей деятельностью детей является предметная деятельность, в процессе которой ребенок осваивает культурные способы обращения с предметами окружающего мира. Для ребенка этого возраста характерна ярко выраженная познавательная активность, которая проявляется в любознательности, неумном исследовательском стремлении, в сосредоточенности на действиях с предметами. Предметная деятельность протекает в форме как самостоятельных действий с предметами, так и совместной деятельности, сотрудничестве со взрослым. Неотъемлемой частью такого сотрудничества является ситуативно-деловое общение, которое обслуживает практическую деятельность ребенка.

Предметная деятельность и общение определяют весь ход социально-личностного и познавательного развития ребенка. В процессе ситуативно-делового общения он начинает овладевать культурно-фиксированными действиями с предметами. Так, в процессе ежедневных режимных процедур малыш учится пользоваться предметами утилитарного назначения (ложкой, чашкой, расческой и т.д.), в повседневных совместных занятиях и играх с дидактическими игрушками (пирамидками, вкладышами) он с помощью взрослого знакомится с сенсорными эталонами (формой, цветом, соотношением предметов по величине и др.) и простейшими правилами их использования. В играх с сюжетными игрушками он начинает действовать в

условном плане, отражая доступными для себя способами часто наблюдаемые им действия взрослых.

В общении со взрослыми ребенок приобретает опыт практического взаимодействия с разными людьми. Ребенок чрезвычайно чувствителен к обращениям взрослых, охотно откликается на их инициативу. В то же время малыш и сам проявляет ярко выраженную инициативность, вовлекая взрослых в свои занятия, стремится продлить деловые контакты. В этом возрасте ребенок доверчиво относится не только к близким, но и к посторонним взрослым, с удовольствием предлагает им свои игрушки, охотно выполняет просьбы, способен налаживать совместную деятельность с ними. На втором году жизни взрослый выступает для ребенка в самых разных качествах. Малыш по-прежнему нуждается во внимании и ласке взрослого, но на первый план выдвигается потребность во взрослом как помощнике и доброжелательном соучастнике в действиях с предметами.

Все больше усиливается и роль взрослого как образца действий. На втором году жизни ребенок активно стремится подражать всему, что делают взрослые. Однако в этом возрасте ребенок чаще всего копирует внешнюю картину поведения взрослого, не обращая внимания на результативность того или иного действия. Ребенок раннего возраста очень чувствителен к оценке взрослого. Похвала вызывает радость, стимулирует активность малыша, улучшает его отношение к взрослому, усиливает доверие к нему. Порицание, с одной стороны, огорчает ребенка, иногда даже ведет к прекращению деятельности, с другой – усиливает поиск оценки, что способствует уточнению способов действий с предметами.

На втором году жизни ребенок использует достаточно богатый репертуар коммуникативных средств. К ним относятся экспрессивно-мимические средства, в том числе выразительные жесты (ребенок смотрит взрослому в глаза, улыбается, смеется или сердится, принимает позу, выражающую просьбу взять его на руки, показывает на предметы); предметные действия, такие, как вкладывание игрушки в руку взрослого, обмен игрушками, совместные действия; пред речевые вокализации, среди которых основное место занимает лепет. Основной характеристикой речи на этом этапе остается понимание ребенком речи взрослых.

Активная речь появляется в 1,5 года. Наступает период стремительного обогащения словаря и усложнения грамматического строя речи: на смену отдельным словам, имеющим смысл целого предложения, приходят фразы из двух, трех и более слов. На протяжении второго года артикуляционная сторона речи достаточно быстро совершенствуется.

Общение ребенка со взрослым все больше начинает опосредствоваться словом. К 2 годам малыш может называть многие предметы из своего

окружения, людей, животных, известные ему явления природы, которые наблюдает или видит на картинках в книжках; он обращается с просьбами, рассказывает о чем-либо, задает вопросы. Речь обогащает опыт совместной деятельности с предметами. Ребенок понимает назначение и основные качества употребляемых им предметов, знает свои вещи и с удовольствием демонстрирует их взрослым. Он становится более внимательным при выполнении действий по образцам. Под влиянием взрослого ребенок все чаще отражает элементы своего жизненного опыта в игре с сюжетными игрушками. На втором году жизни начинает развиваться особая форма деятельности ребенка – процессуальная игра. В этот же период складывается его общение со сверстниками. Во второй половине раннего возраста ведущая форма общения ребенка со взрослым остается прежней – ситуативно-деловой. Это общение, как и на предыдущем этапе, протекает на фоне предметной или игровой деятельности и побуждается потребностью в сотрудничестве со взрослым. В то же время на этом этапе возрастного развития в общении ребенка со взрослым происходят существенные изменения, которые связаны с появлением речи.

Интенсивное развитие активной и пассивной речи в этот период приводит к тому, что это общение становится не только предметно-действенным, но и речевым. Дети все чаще обращаются к взрослому, пользуясь словами, и лучше понимают речь взрослого. Развитие активной и пассивной речи на третьем году жизни является важным показателем психического развития ребенка. Речь в этом возрасте включена в общение; она формируется и развивается, прежде всего, как средство общения с взрослым. На третьем году жизни предметная деятельность по-прежнему занимает ведущее место в развитии ребенка, но приобретает новые черты. Ребенок становится все более самостоятельным и умелым. Он уже достаточно хорошо владеет специфическими действиями, знает назначение бытовых предметов (ложки, щетки, расчески и др.) и хорошо умеет пользоваться ими. Во второй половине раннего возраста существенно возрастает познавательная активность ребенка. Познавательная активность и предметная деятельность тесно связаны между собой и представляют собой две стороны одного процесса. Познавательная активность проявляется в отношении детей к разным видам предметных действий, интересе к разного рода предметным задачам, длительности обследования предметов, самостоятельности и настойчивости в решении предметных задач. Ее отличительной чертой на третьем году жизни является настойчивое стремление к достижению результата, что побуждает ребенка обращаться за помощью к взрослому и более внимательно, чем раньше, следовать его инструкциям и пояснениям. К концу раннего детства для ребенка становится

значимым не только процесс действия, но и его результат. Важным компонентом в структуре предметной деятельности становится появление способности самостоятельно оценивать полученный результат в соответствии с исходным замыслом. С возникновением этой способности ребенок обретает такое важное личностное качество, как самостоятельность, т.е. способность без внешних побудителей инициировать, исполнять и оценивать свои действия.

Самостоятельно и правильно выполненное действие доставляет ребенку огромное удовольствие, дает чувство собственной компетентности и независимости. Именно в этом возрасте ребенок начинает произносить известную фразу «я сам» и ограничивать участие взрослых в своих делах. Однако, несмотря на относительную самостоятельность, ребенок испытывает потребность в одобрении собственных действий, в подтверждении их правильности и успешности со стороны взрослого.

Все большее значение в развитии предметной деятельности начинает приобретать речь. Ребенок все чаще комментирует свои действия, обращается к взрослому с вопросами и просьбами, что помогает ему лучше регулировать свою деятельность.

Возрастные особенности психического развития детей 3 - 4 лет
Общение становится внеситуативным.

Игра становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является её условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесённость к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями.

В младшем дошкольном возрасте происходит переход к *сенсорным эталонам*. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определённой организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются *память и внимание*. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3 – 4 слова и 5 – 6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться *наглядно-действенное мышление*. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учётом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение. Взаимоотношения детей: они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребёнка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

Поведение ребёнка ещё ситуативное. Начинает развиваться самооценка, продолжает развиваться также и половая идентификация.

Новообразования:

1. Усвоение первоначальных нравственных норм.
2. Самооценка.
3. Появление элементов партнерского общения.

Возрастные особенности психического развития детей 4 - 5 лет

В игровой деятельности появляются ролевые взаимодействия. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Формируются навыки планирования последовательности действий.

Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку – величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина.

Начинает складываться произвольное внимание.

Начинает развиваться образное мышление. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи.

Увеличивается *устойчивость внимания*. Ребёнку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15 – 20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

Речь становится предметом активности детей. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослыми становится вне ситуативной.

В общении ребёнка и взрослого ведущим становится познавательный мотив.

Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, появляются постоянные партнёры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность.

Новообразования:

1. Контролирующая функция речи: речь способствует организации собственной деятельности.
2. Развитие способности выстраивать элементарные умозаключения.

Возрастные особенности психического развития детей 5-6 лет

Дети могут распределять роли до начала игры и строить своё поведение, придерживаясь роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчинённость позиций в различных видах деятельности взрослых. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения.

Это возраст наиболее активного рисования. Рисунки приобретают сюжетный характер; по рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображённого человека.

Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Продолжает совершенствоваться *восприятие* цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до 10 различных предметов.

Восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться *образное мышление*. Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического мышления.

Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Начинается переход от произвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе её звуковая сторона.

Развивается *связная речь*. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в *игровой деятельности*; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщённого способа обследования образца; усвоением обобщённых способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных

средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Возрастные особенности психического развития детей 6-7 лет

Дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей. Игровое пространство усложняется. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек.

При правильном педагогическом подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

Они свободно владеют обобщёнными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объёмными предметами.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ещё ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным.

В результате правильно организованной образовательной работы у дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребёнок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

Новообразования возраста:

1. Планирующая функция речи.
2. Предвосхищение результата деятельности.
3. Начало формирования высших чувств (интеллектуальные, моральные, эстетические).

1.5. Психологическая характеристика процесса адаптации к ДОУ

Адаптация – это реакция организма и психики на меняющиеся условия среды. Она происходит постоянно, имеет защитный характер, потому что позволяет человеку перестраивать свою деятельность с учетом обстоятельств и повышать ее продуктивность, т.е. развиваться.

Адаптацию необходимо рассматривать не как пассивное приспособление к меняющимся условиям, а как процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в меняющихся условиях и сохранения своего психофизического благополучия. Адаптация направлена на поддержание равновесия организма и среды в новых для ребенка условиях. Изменения, происходящие в процессе адаптации, затрагивают все уровни организма и психики. Поэтому все адаптационные возможности и адаптационные изменения необходимо рассматривать на трех уровнях: психофизиологическом, индивидуально-психологическом и социально-психологическом.

Новые условия, характеризующие ДОУ, объединяются в три группы:

1. Условия, связанные с новой организацией взаимодействия с взрослым:

- знакомство с новым взрослым и необходимость выполнять его требования;
- очень активные, неожиданные или незнакомые ребенку действия взрослого, адресованные ребенку или выполняемые поблизости от него;
- жесткая регламентация условий выполнения задач;
- изменение ситуации общения с взрослым, когда ребенок становится не единственным объектом внимания, а членом детской группы;
- поощрение и порицание взрослым действий;
- ограничение времени на выполнение действий, в том числе бытовых.

2. Условия, связанные с новой организацией среды:

- выход за пределы знакомого помещения;
- необходимость действовать самостоятельно в организованной свободной деятельности.

3. Условия, связанные с взаимодействием со сверстниками:

- встреча с коллективом ровесников;
- необходимость осуществлять все процессы жизнедеятельности вместе с другими детьми;
- наличие у ровесников незнакомых ребенку форм поведения в типичных ситуациях.

Для успешной адаптации решающее значение имеют:

- функциональное состояние организма, показателем которого является работоспособность;
- особенности обменных процессов;
- тип нервной системы и темперамента;

- тренированность нервно-психических механизмов, которая достигается постепенным дозированием нагрузок на психику, связанных с новыми впечатлениями;
- психологическое состояние ребенка в момент привыкания к новым условиям, например, стабильность положительных эмоций, чувство защищенности, доверия к окружающим, уверенность в себе и близких людях.

Трудности адаптации обычно возникают в случае, если ребенок изолирован от повседневной адаптации к меняющимся условиям. Родители, которые стремятся поддерживать неизменность окружающей обстановки, стремительно устраняя все препятствия, возникающие в жизни и деятельности ребенка, снижают защитные силы психики. Не умея адаптироваться к минимальным изменениям, «изнеженные» дети испытывают серьезные трудности при значительных переменах в их жизнедеятельности.

Утрата многих традиций семейного воспитания привела к тому, что у многих детей, поступающих в ДОУ, не формируются в соответствии с возрастом навыки самообслуживания и общения. Их коммуникативный опыт ограничивается родителями. А общая нестабильность социальной ситуации приводит к дестабилизации детско-родительских отношений и, как следствие, к невротизации ребенка в ранние периоды развития.

Тяжело протекает адаптация также в том случае, если она неправильно организована:

- не изучен исходный уровень адаптационных возможностей ребенка или выбраны неправильные приоритеты в их диагностике;
- процесс адаптации ускоряется взрослыми;
- неправильно оценивается процесс привыкания ребенка к новым условиям.

Проявления дезадаптации зависят от типа нервной системы ребенка (Е.И. Морозова). У возбудимых, расторможенных детей *первый этап адаптации* является негативистическим. Их поведение характеризуется острыми реакциями протеста и выраженными проявлениями аффективной и другой психопатологической симптоматики. Активный протест может вести к преодолению стрессовой ситуации.

Однако при неверной оценке поведенческих реакций ребенка и последующих ошибочных воспитательных воздействиях взрослого такое деструктивное поведение ребенка может привести к формированию патологических черт характера.

У тормозимых, боязливых детей первым является депрессивный этап. Активный протест проявляется с отсрочкой – в домашней обстановке. В ДОУ дети внешне выглядят послушными и спокойными, что создает ложное

впечатление хорошей адаптации. Дети безучастны к происходящему, пассивны, необщительны, отказываются от игры. Не наблюдается экспрессивных проявлений, недовольства. Попытки взрослого установить контакт с детьми и вовлечь их в совместную деятельность вызывают тревогу, растерянность, которые переходят в беззвучный плач или бесцельное блуждание по групповой комнате. Возникают навязчивые движения, а также поведенческие и эмоциональные признаки регрессии: утрата навыков опрятности, самообслуживания, появление симбиотической привязанности к матери, предпочтение тактильного контакта в общении с взрослым всем остальным формам общения.

Второй этап получил название псевдо адаптации. Дети по-своему приспосабливаются к психотравмирующей ситуации. В привычной и стабильной обстановке их поведение более адекватное. Общая подавленность иногда, например, на интересных занятиях, сменяется заинтересованностью. Свободная игра протекает в одиночестве, имеет нестойкий, кратковременный характер. На данном этапе фиксируются и стабилизируются невротические проявления, что выражается в нарастании тревожности, сензитивности, ранимости, пассивной подчиняемости, повышенной зависимости от взрослого. Возникает и усиливается невротическая тревога, проявляясь в ритуальном поведении – приверженности к строгому соблюдению порядка действий, например, при укладывании спать, на прогулке. Глубина депрессии и негативизма уменьшается, но расширяется круг невротических проявлений. Приспособление имеет «болезненный характер». Реакции псевдо адаптации распространяются на другие, не связанные с ДООУ, ситуации.

Третий этап предполагает подлинную адаптацию. О завершении процесса адаптации свидетельствуют следующие критерии:

- положительный эмоциональный фон;
- продуктивность действий в новых условиях;
- гибкость реакций на изменение привычной ситуации;
- инициативность в контактах со взрослым, сверстником;
- организованность поведения, отсутствие дискомфорта при выполнении режима дня, бытовых процессов;
- наличие самостоятельной деятельности по интересам.

Для успешной адаптации необходимо организовать удовлетворение основных потребностей ребенка, как органических (в отдыхе, в пище и пр.), так и социальных (в доверительных контактах и сотрудничестве со взрослым, познании, признании, одобрении и т.п.), в новой среде и новыми средствами.

1.6 Планируемые результаты освоения программы

По результатам успешной адаптации ребенка к ДОУ у ребенка:

- ✓ формируются такие качества как доброжелательность, общительность, инициативности, эмоциональная удовлетворенность от сотрудничества в процессе пребывания в группе с другими детьми, активное усвоение ребенком норм и правил социального поведения;
- ✓ формируются навыки игровой деятельности с предметами, с заместителями
- ✓ ребенок научиться пользоваться предметами обихода, сформированы простейшие навыки самообслуживания;
- ✓ сформированы основы доверительного отношения детей к взрослым, в частности доверие и привязанность к воспитателю;
- ✓ сформированы основы доброжелательного отношения детей друг к другу.

Программа обеспечивает:

- ✓ Повышение эффективности взаимодействия ДОУ с родителями;
- ✓ Оптимизацию взаимодействия родителей и детей;
- ✓ Оптимизацию взаимодействия ДОУ с семьями воспитанников.

2. Содержательный раздел

2.1. Этапы работы по программе

Программа работы по сопровождению периода адаптации детей к ДОУ 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 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 снятия излишнего эмоционального возбуждения.

III этап: заключительный

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

Предполагает осуществление итоговой диагностики уровня адаптированности (дезадаптации) детей к условиям ДОУ, 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

В основе практической работы лежит взаимодействие воспитателя, родителей и детей, направленное на создание благоприятной эмоциональной атмосферы в группе, которое создаёт основу для благоприятной адаптации детей раннего и дошкольного возраста.

Технология психолого-педагогической диагностики ребенка в период адаптации

1-ый этап. Первичная диагностика

Цель: определить факторы, которые могут затруднить адаптацию, сильные и слабые стороны развития ребенка, его адаптационные возможности.

Методы:

1) анкетирование родителей:

Анкетирование проводится до прихода ребенка в группу. Анкеты раздаются родителям в ходе первичного знакомства на общей встрече либо заполняются ими в ходе индивидуальной консультации у педагога-психолога, у заведующего ДОО.

Вопросы в анкете характеризуют следующие особенности ребенка:

- ✓ психофизиологические;
- ✓ социально-психологические;
- ✓ стереотипы в общении с взрослым.

Определяются типичные образцы взаимодействия с близкими взрослыми, чтобы избежать ломки коммуникативных стереотипов в адаптационный период. Выявленные в результате анкетирования индивидуальные особенности ребенка позволяют составить его целостный психологический портрет, а также ориентировочно выявить возможные факторы дезадаптации.

2) данные анкетирования дополняются *беседой с родителями*.

Задачи первой встречи с семьей:

- выявить особенности семейного воспитания;
- дать возможность родителям проговорить свои опасения, связанные с помещением ребенка в детский сад;
- прояснить намерения и возможности родителей в организации первого месяца пребывания ребенка в детском саду;
- дать индивидуальные консультации при подготовке ребенка к посещению детского сада.

Текущая диагностика

Цель: охарактеризовать ход адаптации, выявить возможные явления дезадаптации.

Метод: наблюдение за ребенком во время пребывания в ДОО.

Разработанные критерии и уровни оценки результативности основываются на критериях, предложенных педагогами-психологами из г. Краснодара Меркуловой В.Н. и Самоходкиной Л.Г.

Организация: воспитатели и психолог наблюдают за ребенком, совместно заполняют «Листы адаптации». В процессе наблюдения фиксируются и оцениваются следующие параметры:

- ✓ Эмоциональное состояние;

- ✓ Сон;
- ✓ Аппетит;
- ✓ Активность в различных видах деятельности;
- ✓ Социальные контакты.

По каждому параметру указывается степень выраженности реакции по шкале от + 3 до – 3.

Если ребенок заболел, то в таблице отмечается период его отсутствия в детском саду и диагноз. Например, 29.04.-10.05.2007 –ОРЗ. Таким образом, учитывается такой психосоматический фактор адаптации, как заболеваемость (её частота и тяжесть заболеваний).

В столбце «Примечания» могут отмечаться индивидуальные особенности ребенка в период адаптации, не учтенные в других графах. Например, появление дневного мочеиспускания, запоров, особенности засыпания, прощания с родителями и т.д.

Адаптационный период считается законченным, если у ребенка наблюдается благополучный уровень по всем показателям (степень выраженности критериев соответствует +3, +2 баллам).

В зависимости от сроков завершения адаптации выделяют 4 степени адаптации:

1. Легкая адаптация – до 10 дней;
2. Средняя адаптация – до 25 дней;
3. Усложненная адаптация – до 45 дней;
4. Деадаптация – более 45 дней.

Течение адаптации (уровень):

1. Легкой степени тяжести (высокий уровень) – + 15 ... +10 баллов;
2. Средней степени тяжести (нормальный) – + 9 ... + 5 баллов;
3. Тяжелой степени тяжести (удовлетворительный) – + 4 ... - 9 баллов;
4. Деадаптация (критический) – - 10 ... - 15 баллов.

Итоговая диагностика

Цель: определить уровень адаптированности (деадаптации) ребенка к ДООУ.

Метод: наблюдение

Организация: за ребенком наблюдают в течение 4 недель после начала посещения ДООУ.

Результат: составляют вывод об уровне адаптированности (деадаптации) детей группы, о продолжительности, уровне и особенностях адаптации ребенка к условиям детского сада. При оценке результатов учитывается наличие соматических заболеваний, протекающих в адаптационный период, и деадаптивных форм поведения: агрессивных (в т.ч. аутоагрессивных) и избегающих (в т.ч. самовольные уходы). Принимается решение о завершении

процесса адаптации или об оказании ребенку индивидуальной помощи специалистами ДООУ. Анализ-заключение делает психолог.

Технология психологической поддержки детей в адаптационный период

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

Индивидуальное сопровождение осуществляется при тяжелой степени адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения. Работа строится по результатам диагностики, исходя из конкретной ситуации (трудностей у ребенка, эмоциональных проявлений, поведенческих реакций). Обязательно сотрудничество с взрослыми (консультирование педагогов, родителей). Используется метод игровой терапии.

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

Методическое обеспечение: Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. – М.: Книголюб, 2013.

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

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

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

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 5 раз в неделю в течение месяца. Каждое из занятий повторяется по 2 раза, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр. Кроме того, дети раннего

возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Они выполняют их с большим интересом и радостью.

2.3. Примерный план психолого-педагогического сопровождения вновь прибывших воспитанников

Сроки: Август		
Работа с детьми	Взаимодействие с родителями	Взаимодействие с воспитателями
<p>1) первичная диагностика с целью определения сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов дезадаптации, адаптационных возможностей;</p> <p>2) определение прогноза течения адаптации;</p> <p>3) участие совместно с администрацией ДОУ в составлении подвижного графика поступления детей в группу;</p> <p>4) разработка мер психолого-педагогической поддержки детей в период адаптации на основе выявленных индивидуальных особенностей.</p>	<p>1) психологическое просвещение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выступление на родительском собрании на тему: «Особенности адаптации детей к условиям ДОУ»; - создание памяток, буклетов «Как подготовить ребенка к детскому саду»; <p>2) анкетирование «Давайте познакомимся»;</p>	<p>1) психологическое просвещение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - консультация для воспитателей младших групп «Адаптации детей к условиям детского сада»; - информационный обмен. <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>
Сроки: Сентябрь-Октябрь		
<p>1) систематические наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса;</p> <p>2) осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: заполнение листов адаптации;</p> <p>3) разнообразная индивидуальная совместная деятельность с детьми «группы риска» с целью торможения негативных эмоциональных состояний, формирования чувства</p>	<p>1) индивидуальное консультирование по запросу или инициативе психолога;</p> <p>2) подготовка рекомендаций, предложений, пожеланий;</p> <p>3) психологическое просвещение (стендовая информация в уголках групп).</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>доверия к новым взрослым и сверстникам; 4) реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения, формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.</p>		
<p>Сроки: Ноябрь</p>		
<p>1) наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения; 2) анализ течения процесса адаптации детей ДОУ (данные «Листов адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса; 3) анализ причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных детей; 4) разработка мер индивидуальной помощи дезадаптированным детям.</p>	<p>1) индивидуальные консультации для родителей детей с признаками дезадаптации к ДОУ.</p>	<p>1) составление аналитической справки по результатам адаптационного процесса; 2) участие в работе психолого-медико-педагогического консилиума с целью: а) системного анализа причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно-образовательный процесс ДОУ отдельных воспитанников; б) координации действий специалистов по оказанию мер психолого-педагогической поддержки дезадаптированным детям; в) анализа выявленных психолого-педагогических затруднений в деятельности педагогов и определения путей их преодоления.</p>
<p>Сроки: В течение года</p>		
<p>Сопровождение режимных моментов (в случае необходимости)</p>	<p>Консультативный пункт – диагностика, консультации (в течение всего периода)</p>	<p>Индивидуальные консультации воспитателей по проблеме адаптации и особенностям психического развития в дошкольном возрасте</p>
<p>Наблюдение за ходом</p>	<p>Индивидуальные</p>	<p>Оформление</p>

адаптации (занятия, режимные моменты)	консультации для родителей детей с тяжелой адаптацией	<p>рекомендаций по работе с детьми в адаптационный период:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Этапы привыкания ребенка к условиям детского сада, методы и приемы педагогического воздействия в соответствии с потребностями ребенка ✓ Адаптационные игры для снятия эмоционального и мышечного напряжения ✓ Алгоритм прохождения адаптации, основные принципы работы ✓ Возрастные особенности детей
Оформление листов адаптации	<p>Стендовая информация:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ «Как подготовить ребенка к детскому саду» ✓ «Способы уменьшить стресс ребенка» ✓ «Избегайте ошибок» ✓ Буклет для родителей «Привыкаем к детскому саду» 	
Индивидуальная работа с детьми с тяжелой адаптацией: сказко-терапия, игры с водой, песком, релаксационные и дыхательные техники		Оформление листов адаптации
		Составление аналитической справки по результатам адаптационного процесса на конец года

2.4. Календарно-тематический план занятий по профилактике дезадаптации детей 2-4 лет

№	Тема занятия	Сроки	Цель занятия	Содержание
1.	БОЖЬЯ КОРОВКА		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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Встреча с божьей коровкой. 2. Пальчиковая гимнастика «Божья коровка» 3. Дыхательная гимнастика 4. Психогимнастика 5. Подвижная игра;
2.	ЛИСТОПАД	1-я неделя сентября	- создание атмосферы эмоциональной безопасности; - развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа – приметы осени, игра «Прогулка в осенний лес» 2. Игра «Дождик и солнышко» 3. Игра «Листопад»
3.	МЯЧИК	1-я неделя сентября	- сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками; - повышение эмоционального тонуса; - развитие чувства ритма, координации движений; - развитие ориентации в пространстве.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с мячиком 2. Стихотворение «Мой веселый звонкий мяч» 3. Игра «Разноцветные мячи» 4. Игра «Найди мячик» 5. Игра «Что в мешочке?»
4.	ЕЖИК	2 – я неделя сентября	сплочение группы, развитие эмпатии, слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию, снижение излишней	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прогулка в осенний лес. 2. Встреча с Ежиком 3. Игра «Покажи ежа» 4. Игра «Разложи листочки» 5. Игра «Ежик»

			двигательной активности, обучение различению цветов, соотнесению предметов	
5.	КОТЯТА	2 – я неделя сентября	- развитие умения взаимодействовать со сверстниками; - повышение эмоционального тонуса; - развитие ориентации в пространстве.	1. «Кошкин дом» 2. Игра «Котята» 3. Игра «Котенок и собака» 4. Игра «Котята и ручеек»
6.	ПРОГУЛКА В ОСЕННИЙ ЛЕС	2 – я, 3 – я неделя сентября	- сплочение группы; - развитие способности реагировать на инструкцию; - развитие пространственных представлений.	1.Игра «Прогулка в осенний лес» 2. Игра «Прятки с ежиком» 3. Упражнение «Кленовые листочки» 4. Игра-песенка «Ежик»
7.	НЕПОСЛУШНЫЕ МЫШАТА	3-я неделя сентября	- преодоление упрямства, негативизма; - развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигат. автоматизм.	1. Игра «Непослушные мышата» 2. Игра «Мышки-шалунишки» 3. Игра «Мышки и часы» 4. Пальчиковая гимнастика «Мышиная семья»
8.	МЯЧИКИ	3-я неделя сентября	- снижение напряжения; - развитие умения действовать соответственно правилам игры; - развитие зрительного восприятия.	1.Упражнение «Большой, маленький» 2. Упражнение на снятие напряжения «Ветерок» 3. Игра «Мой веселый звонкий мяч...» 4. Рисуем мячики
9.	ЗАЙКА	3-я, 4 - я неделя сентября	- развитие умения подражать движениям взрослого; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики.	1.Игра «Зайка серенький сидит...» 2. Игра «Зайка и лиса» 3. Упражнение «Мешочек овощей»
10.	МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ	4-я неделя сентября	- снятие эмоционального напряжения; - обучение детей установлению контакта друг с другом.	1. Беседа «Мыльные пузыри» 2. «Ладушки – ладошки» 3. Игра «Лопнул пузырь» 4. Упражнение «Мыльные пузыри»
11.	МУЗЫКАНТЫ	4-я неделя сентября	- создание положительной эмоциональной обстановки; - развитие образности слухового восприятия; - развитие речи	1. Беседа о музыкальных инструментах 2. Игра «Угадай что звучит?» 3. Игра «Антошка» 4. Игра на музыкальных инструментах

12.	МИШКА	4-я неделя сентября	- развитие чувства эмпатии; - развитие координации движений; - развитие умения согласовывать свои действия с ритмом стиха.	1. Знакомство с «Мишкой» 2. Игра «Медвежонок в берлоге» 3. Упражнение «Мишка» 4. Игра «Мишка косолапый»
13.	КОЛОБОК	4-я неделя сентября	- формирование положительной самооценки; - развитие умения воспроизводить услышанные звуки; - снятие мышечного напряжения.	1. Сказка «Путешествие колобка» 2. Упражнение «Колобок в мисочки» 3. Игра «Волшебный мешочек» 4. Игра «Колобок»

3. Организационный раздел

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Описание материально-технического обеспечения

1. Групповое помещение для совместных игр
2. Кабинет психолога для консультаций родителей
3. Стол
4. Стулья детские
5. Мягкие ковровые покрытия для релаксаций
6. Колонка с музыкой

Особенности организации предметно - развивающей среды.

1. Карточка релаксаций
2. Карточка подвижных игр
3. Карточка психогимнастик
4. Карточка дыхательных упражнений
5. Карточка адаптационных игр
6. Различные конструкторы
8. Мягкие игрушки (ежик, кукла Маша, мишка)
9. Фонотеки с записями шума моря, природы, пения птиц
10. Игрушки для развития сенсорики.

3.2. Список литературы

1. Занятия психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. / Роньжина А.С. - М.: Книголюб, 2013.
2. Место адаптации в процессе социализации. / К.С.Лебединская - М.: 1999.
3. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ. / Л.В.Белкина - Воронеж, 2004.
4. О психическом развитии ребенка. / Е.А.Бондаренко - С.-П., 1994.
5. Ватутина, Н.Д. Ребенок поступает в детский сад. / Н.Д.Ватутина - М., 1983.
6. Ребенок пришел в детский сад. 2-е изд., / Н.Д.Ватутина - М.,1999.
7. Кроха: методические рекомендации к программе воспитания и развития детей раннего возраста в условиях ДООУ. / Г.Г.Григорьева, И.П.Кочетова - М. .- Просвещение, 2007.
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.
9. Ребёнок третьего года жизни. Пособие для родителей и педагогов / Под ред. С.Н.Теплюк. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.
10. Самые маленькие в детском саду. (Из опыта работы московских педагогов)/Авт.-сост. В. Сотникова. М., ЛИНКА-ПРЕСС. 2005.
11. Найбауэр А.В. «Создание условий адаптации детей раннего возраста к детскому саду». – М.: ТЦ Сфера, 2013.
12. Соколовская Н. В. «Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации». - Волгоград: Учитель, 2008.
13. Ясли – это серьезно. Алямовская В. Г. М.: Линка-пресс, 1999 г.
14. Ребенок от 0 до 3 лет. Как развить врожденные способности. Бредвей Л., Алберс Хил Б. - М.: ЮНВЕС, 1997.
15. Комплексные развивающие занятия для детей раннего возраста – от 1,5 до 3 лет. Учебно-методическое пособие. Губа Г. И. М.: Педагогическое общество России, 2004.