

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
Г. НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
№ 35 «СОЛОВУШКА»



«УТВЕРЖДАЮ»  
Заведующий МАДОУ  
«Детский сад  
комбинированного вида  
№35 «Соловушка»  
Му. Н.А. Мушина

Принят на заседании  
педагогического совета  
МАДОУ № 35 «Соловушка»  
протокол № 4  
от «28» мая 2026 года

**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ  
ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ  
К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД**

**ПЕДАГОГ - ПСИХОЛОГ  
ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ КАТЕГОРИИ  
ЛЮДЕСНЫХ Г. Б.**

## Содержание

Пояснительная записка	3
1. Принципы и подходы к формированию программы	3
2. Возрастные особенности психического развития детей 1-3 года	4
3. Возрастные особенности психического развития детей 2-3 лет	6
4. Психологическая характеристика процесса адаптации к ДОУ	7
5. Этапы работы по программе	9
6. Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДОУ	9
7. Технология психолого-педагогической диагностики ребенка в период адаптации к ДОУ	12
8. Технология психологической поддержки детей в адаптационный период	14
Индивидуальное сопровождение ребенка в период адаптации а ДОУ	14
9. Примерное перспективное планирование с 1-3 года	16
10. Список литературы	21
11. Приложения	22

## Пояснительная записка

Современное дошкольное образование развивается в принципиально новых условиях, которые регламентированы приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 14 ноября 2013 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования». Данный документ определяет направления стратегических преобразований, реализация которых приведет к качественно иному уровню функционирования и развития системы образовательных услуг для детей раннего и дошкольного возраста. Центральным моментом, глобальной идеей этих преобразований является психологизация 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. Сохранение, наряду с физическим, психологического 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 психологического 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. 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 ДОУ.

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. Возникает потребность в создании и разработке целостного набора средств, приемов и методов, совокупность которых способствовала бы эффективному повышению адаптационных возможностей детей и содействовала снятию стрессового состояния.

Решение вышеупомянутого вопроса легло в основу разработки программы психолого-педагогического сопровождения ребенка в период адаптации к ДОУ. Данная рабочая программа определяет содержание и организацию деятельности психологической службы ДОУ по сохранению и укреплению психологического здоровья детей раннего возраста в период адаптации к условиям дошкольного учреждения.

**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:

- 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;
- помощь каждому из детей в установлении контакта со сверстниками с учетом возрастных и индивидуальных возможностей;

4) помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в новых жизненных обстоятельствах, с другими родителями и детьми, с сотрудниками детского сада.

Данная рабочая программа разработана с учетом основных требований к организации и содержанию службы практической психологии в образовании, возрастных особенностях детей и реализуется посредством основной общеобразовательной программы, а также в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституцией Российской Федерации;
- Конвенцией о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) в актуальной редакции;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» с изменениями на 28.09.2020г;
- СанПиН 2.3/2.4..3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» 27.10.2020г;
- СанПиН 1.2.3685-21. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» 28.01.2021г;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утверждено приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013г. №1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013г., регистрационный №30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 октября 2022г. №955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023г, регистрационный номер 72264);
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022г. №1028; зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022г., регистрационный номер 71847);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 07.04. 2014 г. № 276 «Об утверждении Порядка проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность»;
- Уставом и локальными актами Учреждения;
- Должностной инструкцией педагога - психолога.

## **1. ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ 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. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 1 - 3 ГОДА**

На втором году жизни развивается самостоятельность детей, формируется предметно-игровая деятельность, появляются элементы сюжетной игры. Общение с взрослым носит ситуативно-деловой характер, затем характер делового сотрудничества. Совершенствуются восприятие, речь, наглядно-действенное мышление, чувственное познание действительности. Для детей второго года жизни характерна высокая двигательная активность. Постепенно совершенствуется ходьба. Дети учатся свободно передвигаться на прогулке: они взбираются на бугорки, ходят по траве, перешагивают через небольшие препятствия, например, палку, лежащую на земле. Исчезает шаркающая походка. В подвижных играх и на музыкальных занятиях дети выполняют боковые шаги, медленно кружатся на месте. После полутора лет у малышей, кроме основных развиваются и подражательные движения (мишке, зайчику). В простых подвижных играх и плясках дети привыкают координировать свои движения и действия друг с другом (при участии не более 8–10 человек).

В разных видах деятельности обогащается сенсорный опыт. В процессе знакомства с предметами ребенок слышит названия форм (кубик, кирпичик, шарик, «крыша» —призма), одновременно воспринимая их (гладит предмет, обводит пальцем по контуру, стучит, бросает и т.п.) и уточняя физические качества. При этом происходит и ознакомление с основными фигурами (квадрат, четырехугольник, круг, треугольник). С помощью взрослого ребенок упражняется в установлении сходства и различий между предметами, имеющими одинаковые названия (большой красный мяч — маленький синий мяч, большой белый мишка — маленький черный мишка и т. д.). При обучении и правильном подборе игрового материала дети осваивают действия с разнообразными игрушками: разборными (пирамиды, матрешки и др.), строительным материалом и сюжетными игрушками (куклы с атрибутами к ним, мишки). Эти действия ребенок воспроизводит по подражанию после показа взрослого. К концу второго года жизни в игровых действиях детей уже отражается привычная им жизненная последовательность: погуляв с куклой, кормят ее и укладывают спать.

Перед едой кукле вымоют руки, завяжут салфетку, проверят, не горяча ли каша, кормить будут ложкой, а пить дадут из чашки. Всего этого на втором году жизни нет. Ребенок просто подносит миску ко рту куклы. Аналогично он поступает и в других ситуациях. Этими особенностями объясняется простота подбора сюжетных игрушек и атрибутов к ним.

На втором году жизни из отдельных действий складываются элементы деятельности, свойственной дошкольному детству: предметная с характерным для нее сенсорным уклоном, конструктивная и сюжетная игра. В предметной деятельности появляются соотносящие и орудийные действия. Успехи в развитии предметно-игровой деятельности сочетаются с ее неустойчивостью. Имея возможность приблизиться к любому предмету, попавшему в поле зрения, ребенок бросает то, что держит в руках, и устремляется к нему. Постепенно он с помощью взрослого учится доводить начатое до конца, добиваясь результата. Второй год жизни — период интенсивного формирования речи. Дети усваивают названия предметов, действий, обозначения некоторых качеств и состояний. Благодаря этому можно организовать деятельность и поведение малышей, формировать и совершенствовать восприятие, в том

числе составляющие основу сенсорного воспитания. В процессе разнообразной деятельности с взрослыми дети усваивают, что одно и то же действие может относиться к разным предметам: «надень шапку, надень колечки на пирамидку» и т. д.

Важным приобретением речи и мышления является формирующаяся на втором году жизни способность обобщения. Слово в сознании ребенка начинает ассоциироваться не с одним предметом, а обозначать все предметы, относящиеся к этой группе, несмотря на различия по цвету, размеру и даже внешнему виду (кукла большая и маленькая, голышом и одетая, кукла-мальчик и кукла-девочка). Способность обобщения позволяет детям узнавать предметы, изображенные на картинке, в то время

как в начале года на просьбу показать какой-либо предмет малыш ориентировался на случайные несущественные признаки. Малыш привыкает к тому, что между предметами существуют разные связи, а взрослые и дети действуют в разных ситуациях, поэтому ему понятны сюжетные инсценировки (показ игрушек, персонажей кукольного и настольного театра). Активный словарь на протяжении года увеличивается неравномерно. К полутора годам он равен примерно 20–30 словам. После 1 года 8–10 месяцев происходит скачок, развивается активно используемый словарь. В нем много глаголов и существительных, встречаются простые прилагательные и наречия (тут, там, туда и т. д.), а также предлоги. Упрощенные слова (ту-ту, ав-ав) заменяются обычными, пусть и несовершенными в фонетическом отношении. После полутора лет ребенок чаще всего воспроизводит контур слова (разное число слогов), наполняя его звуками-заместителями, более или менее близкими по звучанию слышимому образцу. Попытки улучшить произношение, повторяя слово за взрослым, в этом возрасте не приносят успеха. Это становится возможным лишь на третьем году жизни. Ребенок в большинстве случаев после полутора лет правильно произносит губно-губные звуки (п, б, м), передние небноязычные (т, д, н), задние небноязычные (г, х). Свистящие, шипящие и сонорные звуки, а также слитные фонемы в словах, произносимых ребенком, встречаются крайне редко. Вначале произносимое ребенком слово является целым предложением. Так, слова «бах, упала» в одних случаях обозначают, что малыш уронил игрушку, в других — что он сам упал и ушибся. К полутора годам в высказываниях детей появляются двухсловные предложения, а в конце второго года обычным становится использование трех-, четырехсловных предложений.

Ребенок старше полутора лет активно обращается к взрослым с вопросами. Дети учатся выполнять словесные просьбы взрослого в пределах видимой, наглядной ситуации. На втором году жизни ребенок усваивает имена взрослых и детей, с которыми общается повседневно, а также некоторые родственные отношения (мама, папа, бабушка). Он понимает элементарные человеческие чувства, обозначаемые словами «радуется», «сердится», «испугался», «жалеет». В речи появляются оценочные суждения: «плохой», «хороший», «красивый». Совершенствуется самостоятельность детей в предметно-игровой деятельности и самообслуживании. Малыш постепенно овладевает умением самостоятельно есть любую пищу, умываться и мыть руки, приобретает навыки опрятности, аккуратности. Расширяется ориентировка в ближайшем окружении. Знание того, как называются части помещения группы (мебель, одежда, посуда), помогает ребенку выполнять несложные (состоящие из одного, а к концу года из 2–3 действий) поручения взрослых. Постепенно он привыкает соблюдать элементарные правила поведения, обозначаемые словами «можно», «нельзя», «нужно». Общение с взрослым носит деловой, объектно-направленный характер. На втором году закрепляется и углубляется деловое сотрудничество с взрослым, потребность общения с ним по самым разным поводам. При этом к двум годам дети постепенно переходят от языка жестов, мимики, выразительных звукосочетаний к выражению просьб, желаний, предложений с помощью слов и коротких фраз. Так речь становится основным средством общения с взрослым, хотя в этом возрасте ребенок охотно говорит только с близкими, хорошо знакомыми ему людьми.

На втором году жизни между детьми сохраняется и развивается тип эмоционального взаимодействия. Они самостоятельно играют друг с другом (по двое-трое) в разученные ранее при помощи взрослого игры («Прятки», «Догонялки»). Однако опыт взаимодействия у детей невелик, и основа его еще не сформирована. Имеет место непонимание со стороны предполагаемого партнера. Взаимообщение детей в течение дня возникает, как правило, в предметно-игровой деятельности и режимных процессах. Поскольку предметно-игровые действия и самообслуживание только формируются, самостоятельность, заинтересованность в их выполнении следует всячески оберегать. Детей приучают соблюдать «дисциплину расстояния», и они сначала осваивают умение играть и действовать рядом, не мешая друг другу, а затем играть вместе по 2–3 человека, вести себя в группе соответствующим образом: не лезть в тарелку соседа, подвинуться на диванчике, чтобы мог сесть еще один ребенок, не шуметь в спальне и т. д. При этом они пользуются простыми словами: «на» («возьми»), «дай», «пусти», «не хочу» и др. На фоне «охраны» деятельности каждого малыша нужно формировать совместные действия. Сначала по подсказке взрослого, а к двум годам самостоятельно дети способны помогать друг другу: принести предмет, необходимый соседу для продолжения игры (кубики, колечки для пирамидки, одеяло для куклы). Подражая маме или воспитателю, один малыш пытается «накормить, причесать» другого. Возможны несложные плясовые действия малышей парами на музыкальных занятиях. Одним из главных приобретений второго года жизни можно считать совершенствование основных движений, особенно ходьбы. Подвижность

ребенка порой даже мешает ему сосредоточиться на спокойных занятиях. Наблюдается быстрое и разноплановое развитие предметно-игрового поведения, благодаря чему к концу пребывания детей во второй группе раннего возраста у них формируются компоненты всех видов деятельности, характерных для периода дошкольного детства.

Происходит быстрое развитие разных сторон речи и ее функций. Хотя темп развития понимания речи окружающих по-прежнему опережает умение говорить, в конце второго года активный словарь состоит уже из 200–300 слов. С помощью речи можно организовать поведение ребенка, а речь самого малыша становится основным средством общения с взрослым. С одной стороны, возрастает самостоятельность ребенка во всех сферах жизни, с другой — он осваивает правила поведения в группе (играть рядом, не мешая другим, помогать, если это понятно и несложно). Все это является основой для развития в будущем совместной игровой деятельности.

## **2. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 2-3 ГОДА**

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Совершенствуются соотносящие и орудийные действия.

Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.

В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять словесные просьбы взрослых, ориентируясь в пределах ближайшего окружения.

Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых. Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1500–2500 слов.

К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни широко используются действия с предметами-заместителями. Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» — окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п. Для

детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного

человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет

#### **4. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ 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 ДОУ, 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.

## **5. 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 ДООУ, формулировка выводов.

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

**6. СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА  
НА ОСНОВНЫХ ЭТАПАХ РАБОТЫ ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ  
СОПРОВОЖДЕНИЮ АДАПТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА  
В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

<b>Сроки</b>	<b>Работа с детьми</b>	<b>Работа с родителями</b>	<b>Работа с педагогами</b>
<b>I этап: подготовительный</b>			

Июнь-июль	<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 ДООУ в составлении подвижного графика поступления детей в группу;</p> <p>4) участие в комплектовании групп;</p> <p>5) разработка мер психолого-педагогической поддержки детей в период адаптации на основе выявленных индивидуальных особенностей;</p> <p>6) разработка карты индивидуального сопровождения ребенка в адаптационный период <i>(приложение 1)</i>;</p> <p>7) составление психологического заключения по итогам первого этапа.</p>	<p>1) психологическое просвещение:</p> <p>- выступление на родительском Всеобуче на тему: «Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ» <i>(приложение 2)</i>;</p> <p>- создание информационной папки «Советы психолога» - стендовая информация <i>(приложение 3)</i>;</p> <p>- создание памятки «Как подготовить ребенка к детскому саду» <i>(приложение 4)</i>;</p> <p>2) анкетирование с целью составления психологического портрета ребенка, выявления факторов риска дезадаптации <i>(приложение 5)</i>;</p> <p>- индивидуальная консультация детско-родительской пары.</p>	<p>1) психологическое просвещение:</p> <p>- консультация для воспитателей «Степень адаптации детей к условиям детского сада» <i>(приложение 6)</i>;</p> <p>- работа с новинками литературы;</p> <p>- 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>
<b>II этап: основной</b>			
<b>Сроки</b>	<b>Работа с детьми</b>	<b>Работа с родителями</b>	<b>Работа с педагогами</b>

Июль-Август	<p>1) систематические наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса;</p> <p>2) осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: заполнение листов адаптации (<i>приложение 7</i>);</p> <p>3) конкретизация группы адаптации ребенка;</p> <p>4) корректировка мер психолого-педагогического сопровождения;</p> <p>5) разнообразная индивидуальная совместная деятельность с детьми «группы риска» с целью торможения негативных эмоциональных состояний, формирования чувства доверия к новым взрослым и сверстникам;</p> <p>6) реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения, формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.</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 психолого-педагогической 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>
<b>III этап: заключительный</b>			
<b>Сроки</b>	<b>Работа с детьми</b>	<b>Работа с родителями</b>	<b>Работа с педагогами</b>

<p>Август - сентябрь</p>	<p>1) наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения;</p> <p>2) анализ течения процесса адаптации детей ДОУ (данные «Листов адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса;</p> <p>3) анализ причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных детей;</p> <p>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;</p> <p>2) участие в работе психолого-медико-педагогического консилиума с целью:</p> <p>а) системного анализа причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных воспитанников;</p> <p>б) координации действий специалистов по оказанию мер психолого-педагогической поддержки дезадаптированным детям;</p> <p>в) коллективной разработки программ психолого-педагогического сопровождения дезадаптированных детей;</p> <p>г) анализа выявленных психолого-педагогических затруднений в деятельности педагогов и определения путей их преодоления.</p>
--------------------------	--	--	--

## **6. ТЕХНОЛОГИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ РЕБЕНКА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДОУ**

Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребенка к ДОУ проводится в три этапа.

### **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 (приложение 5)**

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.

Вопросы в анкете характеризуют следующие особенности ребенка:

1-ая группа – психофизиологические;

2-ая группа – социально-психологические;

3-я группа – стереотипы в общении с взрослым;

В 4-ой группе каждый вопрос характеризует определенное проявление темперамента: 1 – уровень активности, 2 – регулярность, 3 – реакцию на новые ситуации, 4 – приспособляемость, 5 – интенсивность реакции, 6 – характер настроения, 7 – настойчивость и сохранение устойчивого внимания, 8 – отвлекаемость, 9 – чувствительность.

Выявляется тип темперамента и особенности высшей нервной деятельности ребенка.

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.

#### **3) диагностика общения и предметной деятельности**

**Методика:** диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет (Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Ермолова Т.В., Мещерякова С.Ю.).

Целью диагностического обследования является выявление актуального уровня психического развития поступающих в ДООУ детей. Предполагается, что индивидуальные особенности психического развития могут стать фактором, препятствующим благоприятному течению адаптационного периода.

**Результат:** полученные факты сравниваются с таблицей «Показатели адаптационных возможностей ребенка второго-третьего года жизни»

(см. приложение 8), определяется прогноз на течение адаптации и составляется «Карта индивидуального сопровождения ребенка в адаптационный период» (см. приложение 1).

### **2-ой этап. Текущая диагностика**

**Цель:** охарактеризовать ход адаптации, выявить возможные явления дезадаптации.

**Метод:** наблюдение за ребенком во время пребывания в ДООУ (см. приложение 7).

**Организация:** воспитатели и психолог наблюдают за ребенком, совместно заполняют «Листы адаптации». В процессе наблюдения фиксируются и оцениваются также отдельные возможные индивидуальные показатели дезадаптации:

- беспричинный плач;

- двигательное возбуждение;

- отсутствие самостоятельной активности;

- навязчивые движения или действия;

- вредные привычки;

- нарушения тактильных контактов со взрослым.

По каждому параметру дезадаптации указывается степень выраженности реакции по шкале: 5 баллов – очень часто; 4 балла – часто; 3 балла – достаточно часто; 2 балла – редко; 1 балл – иногда; 0 баллов – никогда. На основе суммы баллов определяется уровень дезадаптации:

36-25 баллов – высокий;

25-14 баллов – средний;

13-4 балла – низкий; 3-0 балла – процесс адаптации завершается благополучно.

При необходимости вносятся коррективы в карту индивидуального сопровождения ребенка.

*Результат:* в конце каждой недели выделяют итоговые показатели в отношении каждого ребенка и группы детей. Вносятся коррективы в индивидуальные образовательные маршруты.

### **3-й этап. Итоговая диагностика**

*Цель:* определить уровень адаптированности (дезадаптации) ребенка к ДООУ.

*Метод:* наблюдение

*Организация:* за ребенком наблюдают в течение недели через 3 недели после начала посещения ДООУ.

*Результат:* составляют вывод об уровне адаптированности (дезадаптации) детей группы. Принимается решение о завершении процесса адаптации или об оказании ребенку индивидуальной помощи специалистами ДООУ.

## **7. 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 РЕБЕНКА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ**

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 1—3-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. –М.: Книголюб, 2003

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.

## Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей 1-3 года

№ занятия	Программное содержание	Содержание занятия
Занятие №1	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.	1. Приветствие 2. «Ладушки-Ладюшки» 3. Прощание
Занятие №2	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.	1. Приветствие 2 «Мы ногами топ-топ» 3. Прощание
Занятие №3	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.	1. Приветствие 2. «Мы ногами топ-топ» 4. Прощание
Занятие №4	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие 2. «Маленькие пальчики» 3. Прощание
Занятие №5	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие 2. «Маленькие пальчики» 3. Прощание
Занятие №6	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие 2. «Мы ногами топ-топ» 3. Прощание
Занятие №7	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; развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие. 2. Пальчиковая гимнастика 3. Прощание
Занятие №8	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие 2. «Ладушки- ладошки» 3. Прощание
Занятие №9	Создание положительного эмоционального настроения в группе; развитие умения действовать соответственно правилам игры; развитие координации движений, общей и	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика

	мелкой моторики, ориентации в собственном теле; развитие зрительного восприятия (цвета, формы); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	3. Прощание
Занятие №10	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.	1. Приветствие 2. «Мой веселый звонкий мяч» 3. «Прыгающие мячики» 5. Прощание
Занятие №11	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.	1. Приветствие 2. «Прыгающие мячики» 3. Прощание
Занятие №12	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.	1. Приветствие 2. «Какой мяч» 3. Прощание
Занятие №13	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.	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика 3. Прощание
Занятие №14	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.	1. Приветствие 2. «Мы ногами топ-топ» 3. Прощание
Занятие №15	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.	1. Приветствие 2. «Ладушки- ладошки» 5. Прощание
Занятие №16	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.	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика 5. Прощание
Занятие №17	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.	1. Приветствие 2. «Какой мяч» 3. Прощание

Занятие №18	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.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Пальчиковая гимнастика</li> <li>3. Прощание</li> </ol>
Занятие №19	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.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Мой веселый звонкий мяч»</li> <li>3. Прощание</li> </ol>

### Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей 2-3 года

№ занятия	Программное содержание	Содержание занятия
Занятие №1	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.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Выдувание мыльных пузырей»</li> <li>3. «Ладушки-Ладочки»</li> <li>4. «Полет пузырей»</li> <li>5. Аппликация «Разноцветные пузыри»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
Занятие №2	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.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Выдувание мыльных пузырей»</li> <li>3. «Надувайся пузырь»</li> <li>4. «Мы ногами топ-топ»</li> <li>5. Аппликация «Большие и маленькие пузыри»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
Занятие №3	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.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Выдувание мыльных пузырей»</li> <li>3. «Пузыри, собирайтесь в баночку»</li> <li>4. «Один шарик»</li> <li>5. Групповой рисунок «Мыльные пузыри»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
Занятие №4	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Знакомство с божьей коровкой»</li> <li>3. «Поймай божью коровку»</li> <li>4. Маленькие пальчики»</li> <li>5. Аппликация «Божья коровка»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
Занятие №5	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"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Знакомство с божьей коровкой»</li> <li>3. «Божья коровка, улети на небо»</li> </ol>

	(цвета, формы); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	4. «Согрей божью коровку» 5. Рисование «Точки на спинках» 6. Прощание
Занятие №6	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие 2. «Знакомство с божьей коровкой» 3. «Божья коровка, улети на небо» 4. «Божьи коровки и небо» 5. Лепка «Ножки для божьей коровки» 6. Прощание
Занятие №7	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; развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие. 2. Пальчиковая гимнастика 3. Игра «Найди пару» 4. Музыкально-ритмическая часть 5. Прощание
Занятие №8	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика 3. «Собери по цветам» 4. Музыкально-ритмическая часть 5. Прощание
Занятие №9	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); развитие внимания, речи, памяти и воображения.	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика 3. «Подбери пару» 4. Музыкально-ритмическая часть 5. Прощание
Занятие №10	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.	1. Приветствие 2. «Какой мяч» 3. Мой веселый звонкий мяч» 4. «Прыгающие мячики» 5. Аппликация «Разноцветные мячи» 6. Прощание
Занятие №11	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.	1. Приветствие 2. «Какой мяч» 3. «Прыгающие мячики» 4. «Прятки» 5. Аппликация «Большие и маленькие мячи» 6. Прощание
Занятие №12	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.	1. Приветствие 2. «Какой мяч» 3. «Прятки» 4. «Найди мячик» 5. «Чудесный мешочек» 6. Лепка «Разноцветные мячи» -

		коллективная работа 7. Прощание
Занятие №13	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.	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика 3. Игра «Надувайся пузырь» 4. Музыкально-ритмическая часть 5. Прощание
Занятие №14	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.	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика 3. Игра «Паровозик» 4. Музыкально-ритмическая часть 5. игра «Шалтай-болтай» 6. Прощание
Занятие №15	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.	1. Приветствие 2. Музыкально-ритмическая часть 3. Игра «Найди игрушку» 4. Пальчиковая гимнастика 5. Прощание
Занятие №16	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.	1. Приветствие 2. Музыкально-ритмическая часть 3. Игра «Чьи вещи?» 4. Пальчиковая гимнастика 5. Прощание
Занятие №17	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.	1. Приветствие 2. «Угадай, кто мяукает» 3. «Кошка с котятами» 4. «Бабочки» 5. Рисование «Бабочка» 6. Прощание
Занятие №18	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.	1. Приветствие 2. Пальчиковая гимнастика 3. Игра «Кто это?» 4. Музыкально-ритмическая часть 5. Прощание
Занятие №19	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.	1. Приветствие 2. Игра «Покажи нос, руки...» 3. Игра «Как пройти?» 4. Прощание

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

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 2-3 раза в неделю.

Каждое из занятий повторяется по 4-5 раз, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр.

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;
- пальчиковые игры, сжимание пальцев (игрушки-пищалки);
- спонтанные, раскрепощающие движения (надувать щеки, рвать бумагу, топтать ногами);
- игры с озвученными игрушками (бубен, барабан, погремушка и т.д.).

### **Список литературы**

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие / Авт.-сост. Белкина Л.В. – Воронеж «Учитель», 2006
2. Адаптация ребенка к детскому саду. Советы педагогам и родителям: Сборник. – СПб.: Речь, Образовательные проекты; М.: Сфера, 2010
3. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: 2-е изд., доп. и перераб. - СПб.: Речь, 2005
4. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практ. пособие / Н.В. Кирюхина. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2006
5. Терехина О.А. Здравствуй, детский сад!: психолого-педагогическое сопровождение в период адаптации к дошкольному учреждению / О.А. Терехина, В.С. Богословская. – Мозырь, ООО ИД «Белый ветер», 2006
6. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. - М.: Книголюб, 2003
7. Смирнова Е.О., Галигузова Л. Н., Ермолова Т. В., Мещерякова С. Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет — М.: АНО «ПЭБ», 2007
8. Психологическая безопасность ребенка раннего возраста. Современные технологии. Программа адаптации. Диагностические методики. Игровой материал / авт.-сост. Ю.А. Афонькина. - Волгоград: Учитель, 2012

**КАРТА  
индивидуального сопровождения ребенка  
и адаптационный период**

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Возраст на момент поступления \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

<b>Компонент адаптации</b>	<b>Показатели</b>		<b>Приемы поддержки</b>
	<i>сильные стороны развития</i>	<i>факторы риска дезадаптации</i>	
психофизиологический			
индивидуально-психологический			
социально-психологический			

Примечание

---



---



---



---



---

**Выступление на родительском собрании на тему:  
«ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К УСЛОВИЯМ ДОО»**

Уважаемые родители!

Рада приветствовать Вас в нашем дошкольном учреждении! Я – педагог-психолог – буду совместно с воспитателями и персоналом ДОО сопровождать ваших детей в процессе их привыкания к условиям дошкольного учреждения.

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение нескольких часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение и новые взрослые. Все это изменения не следуют один за другим, а обрушиваются на ребенка как «снежный ком», вызывая стрессовую ситуацию. Малышу необходимо «адаптироваться», т.е. приспособиться к этому «новому». Согласитесь, любой (даже самый здоровый) малыш в данной ситуации растеряется.

То, насколько быстро и легко ваш малыш справится с новыми условиями, во многом зависит от нас с вами – взрослых. Поэтому я призываю Вас: не бросайте ребенка в воду, не научив плавать! Как показывает практика, чем лучше родители подготовят своего ребенка к детскому саду, тем быстрее он адаптируется.

Привыкание детей к новым условиям протекает на уровне физиологическом и на уровне психологическом:

<b>Физиологический</b> (надо привыкнуть)	<b>Психологический</b> (предстоит привыкнуть)
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Новый режим</li> <li>2. Новая пища</li> <li>3. Новая микросреда</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отсутствие значимого взрослого</li> <li>2. Невозможность уединения</li> <li>3. Требования к самостоятельности (необходимость самому справляться с возникающими проблемами)</li> <li>4. Необходимость самоограничения</li> </ol>
<b>Зависит от:</b>	<b>Зависит от:</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Возраста</li> <li>2. Состояния здоровья, уровня иммунитета</li> <li>3. Состояния нервной системы</li> <li>4. Образа жизни, привычек семьи</li> <li>5. Сформированности навыков самообслуживания</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Индивидуальных особенностей ребенка (тип темперамента)</li> <li>2. Степени привязанности к взрослым</li> <li>3. Уровня самостоятельности</li> <li>4. Уровня тренированности адаптационных механизмов</li> <li>5. Знания и выполнения простейших социальных навыков</li> <li>6. Психологического состояния на момент поступления в ДОО</li> </ol>

Адаптационный период может быть различен по продолжительности: от 2 недель до 1 мес. и даже полугода. Обычно в первые дни дети с удовольствием идут в детский сад: сказывается «эффект новизны». Наиболее сложными могут быть 3-й, 4-й дни посещения ДОО, когда может появиться плач, нежелание уходить от мамы, отказ идти в группу. Отнеситесь к такому поведению с пониманием, сделайте небольшой перерыв или заберите пораньше, однако не идите на поводу. Не приводите ребенка в детский сад сразу на целый день.

Дети по-разному могут входить в группу: во многом это зависит от их индивидуальных особенностей. Кто с первых минут начинает плакать и не отпускает маму, а кто-то приходит «как к себе домой». И то, и другое – норма. В самый острый период

адаптации многие дети отказываются от еды, плохо спят (чуткий, беспокойный сон), становятся капризными, утрачивают сформированные навыки и достижения развития. Могут появиться соматические расстройства: болит живот, голова, расстройства пищеварения. Но самое главное ребенок будет просить больше, чем обычно, вашего внимания и тепла: может проснуться ночью и звать маму. Все эти проявления выражены тем ярче, чем младше ребенок.

И еще одна ситуация, характерная для детей в период адаптации, о которой часто спрашивают родители: в саду и дома ребенок ведет себя совершенно по-разному (в детском саду послушен, спокоен, а дома в буквальном смысле «стоит на голове»). Это также абсолютно нормальная ситуация, характерная для многих детей. Дело в том, что по природе своей все дети – маленькие исследователи, которым необходимо все изучить и постоянно быть в движении. Однако в саду дети чаще всего не могут реализовать большинство своих импульсов. Так, что в конце дня таких нереализованных движений, эмоций накапливается довольно много. Ребенку необходимо дать возможность выплеснуть их приемлемым способом: дать волю порезвиться на детской площадке, поиграть в подвижные, эмоциональные игры, дать возможность выплакаться, если это необходимо. В противном случае это может вылиться в истерики или повышенную двигательную активность.

По мере привыкания данные негативные проявления постепенно сходят на нет. О том, что малыш адаптировался, вы поймете, когда у него нормализуется аппетит, сон, эмоциональный фон, малыш с удовольствием начнет ходить в детский сад и радовать Вас новыми успехами.

Что можете сделать Вы, чтобы подготовить своего малыша к новым условиям и облегчить адаптационный период:

1. Как вы поняли из предыдущих слов – формировать навыки самообслуживания, подвести режим дня семьи под режим дня ДОУ
2. Эмоционально настраивать малыша на посещение детского сада: всячески подчеркивать, что малышу ужасно повезло, что он пойдет в детский сад
3. Неизвестность всегда страшит. Поэтому необходимо заранее рассказать малышу, что его ждет в детском саду, что и в какой последовательности он будет там делать. Хорошо проиграть это в виде игры.
4. Подготовьте малыша к возможным трудностям, с которыми может столкнуться ваш малыш (захотелось пить, в туалет и т.д.).
5. Поддерживайте контакт с воспитателем: расскажите ему обо всех индивидуальных особенностях вашего малыша.
6. Старайтесь больше времени проводить с малышом, восполняйте недостаток общения.
7. При расставании обязательно говорите малышу, куда вы уходите, когда придете.

*Признаки, которые вас должны насторожить:*

- постоянный плач, не проходящий, доходящий до истерики. Ребенка долгое время не удается успокоить и переключить;
- плач, доходящий до рвоты;
- появление патологических привычек: сосание пальца, грызение ногтей, раскачивается перед сном и т.д.

В данных ситуациях необходимо обратиться ко мне на консультацию!

*Желаю Вам удачи!*

**Стеновая 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  
«КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДЕТСКИЙ САД»**

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. Малышу надо приспособиться к новому ритму и требованиям воспитателя. Чтобы стресс не был болезненным и не затянулся на долгие недели, необходима разумная и последовательная помощь 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. Заботится о том, чтобы вещи были максимально простыми и удобными, 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. Повысить роль закаливающих мероприятий.

6. Как можно раньше познакомить ребенка с детьми и воспитателями в детском саду. Раскрыть 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. Учить ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания.

9. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.

10. Продумать, кто будет приводить и уводить ребенка.

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

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

**Анкета для родителей  
Уважаемые родители!**

Приглашаем Вас принять участие в анкетном опросе. Ваши ответы помогут сотрудникам детского сада узнать индивидуальные особенности и желания Вашего ребенка для создания благоприятных условий его развития.

Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_ Дата рождения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. матери \_\_\_\_\_

Образование, род деятельности \_\_\_\_\_

Ф.И.О. отца \_\_\_\_\_

Образование, род деятельности \_\_\_\_\_

Состав семьи (кто постоянно проживает с ребенком) \_\_\_\_\_

5. Есть ли в семье другие дети, их возраст, взаимоотношения с ними \_\_\_\_\_

7. Основные виды игр и занятий дома? \_\_\_\_\_

8. Может ли ребенок сам найти себе занятие дома? \_\_\_\_\_

**II.** 1. Как Ваш ребенок засыпает (быстро/медленно, спокойно/неспокойно, с дополнительными воздействиями/без дополнительных воздействий)? \_\_\_\_\_

2. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул? \_\_\_\_\_

3. Как ребенок спит? а) спокойно; б) беспокойно (чутко; часто просыпается, но легко засыпает вновь; бывают ночные страхи, страшные сны; разговаривает во сне, др. (подчеркнуть)

4. Как относится к введению новой пищи, аппетит \_\_\_\_\_

5. Заявляет ли о физическом дискомфорте и каким способом: устал, хочет есть, пить, спать, в туалет? \_\_\_\_\_

6. Какими навыками самообслуживания владеет самостоятельно: ест ложкой, пьет из чашки, пользуется горшком, оказывает содействие при одевании? (подчеркнуть)

7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки (сосет палец, раскачивается, крутит головой и т.д.)? \_\_\_\_\_

8. Часто ли болеет? \_\_\_\_\_

**III.** 1. Как переносит разлуки с матерью? \_\_\_\_\_

2. Какова была максимальная длительность такой разлуки? \_\_\_\_\_

3. Подражает ли взрослым, проявляет ли интерес к их делам? \_\_\_\_\_

4. Стремится ли демонстрировать свои достижения, умения взрослым? \_\_\_\_\_

6. Легко ли идет на контакт со взрослыми, сверстниками (легко; избирательно; трудно)? \_\_\_\_\_

**V.** 1. Каковы Ваши действия в следующих ситуациях:

- ребенок отказывается есть \_\_\_\_\_

- ребенок не может заснуть \_\_\_\_\_

- намочил штанишки \_\_\_\_\_

- сломал игрушку или предмет, которым пользуются взрослые \_\_\_\_\_

- не реагирует на запрет и продолжает настаивать на желаемом, капризничает \_\_\_\_\_

2. Как Вы:

ласкаете ребенка: \_\_\_\_\_

поощряете ребенка \_\_\_\_\_

порицаете ребенка \_\_\_\_\_

**VI.** 1. Как передвигается ребенок?

а) преимущественно бегом; б) беготня чередуется со спокойным перемещением.

2. Следует ли ребенку определенному порядку в проявлении своей жизнедеятельности (просыпается и засыпает приблизительно в одно и то же время, съедает ежедневно приблизительно одинаковое количество пищи, проявляет активность или спокойствие в одно и то же время суток)? а) да; б) нет. (подчеркните)

3. Легко ли привыкает к новой ситуации (возникают ли проблемы, когда приходится спать на новом месте, оставаться с новым человеком, сопротивляться тем или иным переменам в повседневной жизни)?

а) да; б) нет. (подчеркните)

4. Как Ваш ребенок выражает свои чувства?

а) протестует активно: если огорчен, заливаясь слезами; если рад, громко хохочет.

б) протестует тихо: от огорчения хнычет, хмурится; от радости улыбается.

5. Какое настроение преобладает?

а) хорошее, бодрое; б) подавленное, вялое или серьезное.

6. Может ли ребенок достаточно долго заниматься каким-то делом, проявлять настойчивость?

а) да; б) нет.

7. Проявляет ли Ваш ребенок особую разборчивость в мелочах (протестует, когда надевают на него несколько тесную одежду; замечает, если несколько меняется вкус любимого блюда; реагирует на запахи и пр.)?

а) да; б) нет.

**СПАСИБО!**

### Консультация для воспитателей

#### «Степень адаптации ребёнка к условиям детского сада»

В каждом детском саду есть уже свой отработанный алгоритм адаптации ребенка. Чаще всего малыш привыкает к новой жизни по такой схеме: чтобы ребенку было проще познакомиться с воспитателями и другими детьми, мама приводит его несколько раз на дневную и вечернюю прогулку. Очень важно, чтобы ребенок видел, как родители приходят за детьми;

- первую неделю малыша приводят к девяти часам, чтобы он не видел слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамой. Желательно, чтобы ребенок был накормлен, потому что многие малыши отказываются кушать в непривычной для них обстановке;

- первую неделю мама находится в группе вместе с малышами, чтобы он чувствовал себя спокойнее. После утренней прогулки мама забирает ребенка домой;

- вторую неделю малыш остается в группе в течение такого же времени, что и в первую, но уже без мамы. Мама приходит к концу утренней прогулки, и ребенок обедает в ее присутствии;

- третью и четвертую неделю ребенок уже может остаться на дневной сон. Родители могут забрать его сразу, как только он проснется.

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 лучшем 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 уладиться, и это во многом зависит от обстановки дома.

Запомните, что ребенку с тяжелой адаптацией, помимо вас и воспитателей, поможет только педиатр или узкий специалист!

**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 дети – у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности. При этом типе адаптации заболеваемость ребенка может снизить врач. Чем раньше он назначит корректирующие мероприятия ребенку, тем меньше вероятность, что малыш ваш заболеет, а значит, адаптация его приблизится к благоприятной. И это, в свою очередь, поможет адаптироваться вашему 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 29Амую 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, поэтому 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 ваш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего – полмесяца.

Каждый ребенок привыкает к жизни в детском саду по-своему. Одному ребенку 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. Так что родители должны быть готовы ко всему.

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 ребенка, адаптирующегося к новому организационному коллективу, и эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад.

*Эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад:*

Отрицательные эмоции – как правило, важнейший компонент, встречающийся практически у каждого ребенка, 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... Но, 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 ваш 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». Наверяд 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 вы забудете о нем, уйдя из сада на работу. Малыш боится, что вы предали его, что не придете 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 30Альш ваш, 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 нету 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 ваш ребенок, тем раньше проявляются они, похожие на первых ласточек, всем возвещающих о завершении у вашего 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 ваш 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 ваш ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт с 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 ваш 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. Ваш «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 насовсем.

Социальные навыки. Под прессом стресса ваш 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 ваш малыш 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 с вами 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. Однако в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.

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 очень беспокойный, ребенок во время сна всхлипывает или внезапно пробуждается. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.

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

ФИО ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Дата поступления \_\_\_\_\_

Критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению		Дни наблюдения/число															
Аппетит	Хороший																
	Избирательный																
	Неустойчивый																
	Плохой																
Засыпание	Быстрое (до 10 мин)																
	Медленное																
	Спокойное																
	Неспокойное																
	С доп. воздействиями																
	Без доп. воздействий																
Продолжительность сна	Соответствует возрасту																
	Не соответствует возрасту																
Отношение к туалету	Положительное																
	Отрицательное																
Навыки опрятности	Просится на горшок																
	Не просится, но бывает сухой																
	Не просится, ходит мокрый																
Отрицательные привычки (сосет пустышку, палец раскачивается т.д.)	Нет																
	Есть (какие?)																
Познавательная и игровая деятельность	Активен																
	Активен при поддержке взрослого																
	Пассивен/реакция протеста																
Взаимоотношения со взрослыми	Инициативен																
	Принимает инициативу у взрослого																
	Уход от взаимоотношений/реакция протеста																
Взаимоотношения с детьми	Инициативен																
	Вступает в контакт при поддержке взрослого																
	Пассивен, реакция протеста																
Речь	Нет																
	Ответная																
	Инициативная																
Эмоциональные состояния	Бодрость																
	Спокойствие																
	Уравновешенность																
	Тревожность																
	Раздражительность																
	Гневливость																
	Агрессивность																
	Плаксивость																
	Страхи																
	Резкая смена настроения																
	Склонность к уединению																
Реакция на смену ситуации	Принимает																
	Тревожность																
	Не принимает																

Группа адаптации \_\_\_\_\_

**Показатели адаптационных возможностей ребенка**

Компонент адаптации	Факторы благополучной адаптации	Факторы риска дезадаптации
1	2	3
Психофизиологический	<p>Стабильное чередование сна и бодрствования                      Умение сигнализировать о своих нуждах                      Координация движений, двигательная целенаправленность                      Сформированность мелких движений рук</p>	<p>Нарушения сна.                      Повышенная возбудимость или пассивность, заторможенность.                      Двигательное беспокойство, нецеленаправленность движений.                      Слабая координированность движений.                      Ручная неловкость.                      Избирательность в пище.                      Неумение сигнализировать о своих нуждах, дискомфорте.                      Тремор конечностей.                      Нарушение терморегуляции.                      Повышенная чувствительность к сенсорным раздражителям.</p>
Индивидуально-психологический	<p>Способность к самостоятельным действиям.                      Целенаправленность действий, настойчивость в достижении целей.                      Избирательность, активность внимания.                      Положительный эмоциональный фон.                      Разнообразие эмоций и способов их выражения.                      Любознательность, исследовательская активность.</p>	<p>Пониженный или повышенный фон настроения, резкие перепады настроения.                      Монотонный плач.                      Вредные привычки, невротические действия.                      Частые аффективные реакции.                      Сниженный интерес к окружающему.</p>
Социально-психологический	<p>Доброжелательность.                      Готовность к коммуникативному отклику.                      Инициативность в общении.                      Положительное отношение к поручениям, просьбам взрослого, стремление их выполнять.                      Интерес к действиям взрослого и ровесников.                      Стремление к активному подражанию.                      Умение выражать свои желания, намерения.                      Стремление демонстрировать свои достижения взрослому.                      Положительное отношение к оценке взрослого, адекватная реакция на замечания, запреты.</p>	<p>Негативные личностные образования: замкнутость, застенчивость, пугливость, капризность.                      Недостаточно выраженная способность к активному подражанию.                      Негативный опыт общения с людьми.                      Экзальтированная, тревожная привязанность к одному из членов семьи.                      Эмоциональная холодность в общении с матерью.                      Бедность коммуникативного опыта.                      Пассивность в общении.                      Боязнь новых взрослых, сверстников.</p>

МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №35 «Соловушка»

пропечатавано и прошнуровано

Заведующий МАДОУ №35 «Соловушка»

Н.А. Муслина

Лист

*Семичурова*

МАДОУ №35 «Соловушка»

Учреждение образования «Соловушка»

г. Челябинск, ул. Мухоморова, д. 10

Тел: 253-10-10

Факс: 253-10-10

Сайт: www.solovushka.ru

