Якобсон Елена Борисовна
Подписано цифровой подписью: Якобсон Елена Борисовна
Дата: 2026.10.23 10:42:32 +03'00'

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 65 комбинированного вида Красносельского района

Принята
На заседании Педагогического Совета
№ 1 от 27.08.2026
протокол № 1

Утверждено
Приказ № 94-фах от 31.08.2026
Заведующий ГБДОУ д/с № 65 комбинированного вида Красносельского района Санкт- Петербурга
Е.Б. Якобсон

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ И АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (с 1 года до 3 лет) И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (с 3 до7 лет) К УСЛОВИЯМ ПРЕБЫВАНИЯ В ДОУ

«В ДЕТСКИЙ САД БЕЗ СЛЁЗ»

(С изменениями, внесенными в Часть, формируемую участниками образовательных отношений, принятыми решением Педагогического Совета ГБДОУ детского сада №65 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга (протокол №1 от 27.08.2026) и утвержденными приказом заведующего ГБДОУ детского сада №65 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга от 28.08.2026 №94-фах с изменениями от 31.08.2026, редакция действует с 01.09.2026)

Составители:
Старший воспитатель
Заика О.Д.
Педагог-психолог
Васильева Ж.Н.

Санкт-Петербург
2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	Страница
I. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цели и задачи реализации программы	5
1.3. Принципы и подходы к формированию программы	5
1.4. Значимые для разработки программы характеристики	6
1.5. Планируемые результаты освоения программы	7
II. Содержательный раздел	
АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (1-3 ЛЕТ) К УСЛОВИЯМ ПРЕБЫВАНИЯ В ДОУ	9
2.1. Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»	9
2.2. Образовательная область Познавательное развитие	9
2.3. Образовательная область Речевое развитие	9
2.4. Образовательная область Художественно-эстетическое развитие	10
2.5. Образовательная область Физическое развитие	10
2.6. Возрастные и индивидуальные особенности развития детей 1-3 лет	10
2.7. Программы и пособия используемые для реализации программы	10
АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-7 ЛЕТ) К УСЛОВИЯМ ПРЕБЫВАНИЯ В ДОУ	13
2.8. Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»	13
2.9. Образовательная область Познавательное развитие	13
2.10. Образовательная область Речевое развитие	13
2.11. Образовательная область Художественно-эстетическое развитие	13
2.12. Образовательная область Физическое развитие	14
2.13. Возрастные и индивидуальные особенности развития детей 3-7 лет	14-15
2.14. Программы и пособия используемые для реализации программы	16
III. Организационный раздел	
3.1. Этапы работы по организации адаптационной группы с детьми раннего дошкольного возраста (1-3 лет)	17
3.2. Значение прогулок для адаптации	17
3.3. Этапы работы по организации адаптационных мероприятий с детьми дошкольного возраста (3-7 лет)	18
3.4. Взаимодействие с семьями воспитанников	19
3.5. Диагностика уровня адаптированности детей раннего дошкольного возраста (1-3 лет) и дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ	20
IV. Приложения	
Приложение 1. «Карта поведенческих реакций ребенка в адаптационной группе»	21

Приложение 2. «Рекомендации по подготовке ребенка раннего возраста к посещению детского сада»	21
Приложение 3. «Анкета - знакомство с родителями детей раннего возраста»	22
Приложение 4. «Анкета для родителей детей раннего возраста поступающих в ДОУ»	22
Приложение 5. Наблюдения в период адаптации (дети дошкольного возраста (3-7 лет)	23
Приложение 6. Анкета для родителей детей (3 – 7 лет), поступающих в детский сад	24
Приложение 7. Анкета для родителей ребёнка 3-7 лет «Давайте познакомимся»	25
Приложение 8. «Рекомендации родителям по подготовке ребёнка 3-7 лет к посещению детского сада»	27
V. Методические разработки	
5.1. Методическая разработка прогулок, с использованием игр, игровых упражнений и действий, для адаптации неорганизованных детей раннего дошкольного возраста (1-3 лет) к условиям детского сада	29
5.2. Методическая разработка адаптационных игр для детей дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ	48
VI. Методическое обеспечение	52

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Особенности организации мероприятий по сопровождению и адаптации детей раннего дошкольного

возраста (1-3 лет) и дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ

Проблемы адаптации ребенка к условиям пребывания в детском саду должны и могут являться

Предметом особой заботы педагогов и руководителей детского сада. Понимая это, коллектив

ГБДОУ д/с № 65 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга

разработал Положение об адаптационных мероприятиях, «ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММАПО СОПРОВОЖДЕНИЮ И АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (с 1 года до 3 лет) И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (с 3 до7 лет)К УСЛОВИЯМ ПРЕБЫВАНИЯ В ДОУ» ; календарно-тематическое планирование работы, методическую разработку игр, игровых упражнений и действий.

Кадровое сопровождение включает в себя педагогических работников, работающих непосредственно с детьми и родителями: заведующий, старший воспитатель, воспитатели, педагог-психолог.

Общие положения

Настоящая дополнительная образовательная программа по адаптации детей раннего дошкольного возраста (1-3 лет) и дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ «В детский сад без слёз» (далее ДОП) разработана совместно педагогом-психологом Васильевой Ж.Н. и старшим воспитателем Заика О.Д.

ДОП разработана в соответствии с

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012
  № 273-ФЗ;
- Федеральный закон от 08.08.2025 № 328-ФЗ "О внесении изменений в статьи 29 и 47 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации"
- Разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264)
- Федеральной образовательной Программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847)
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155), с изменениями на 21 января 2019 года (далее ФГОС ДО);
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций СанПиН 3.3686-21 (утверждены постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации №4от 28 января 2021 г.;
- СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других

объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)".

на основе ООП ДО и АОП ДО ГБДОУ д/с № 65 и направлена на:

- комплексное здоровьесберегающее сопровождение процесса адаптации, социализации;
- облегчение протекания процесса адаптации вновь прибывших детей;
- формирование общей культуры;
- развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств.

ДОП ориентирована на комплексное сопровождение процесса адаптации; создание развивающей среды как системы условий социализации и индивидуализации детей; на создание оптимальных условий для развития ребенка, открывающих возможности для позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей.

Основным приоритетным направлением программы является сближение интересов семьи и детского сада, разработка стратегии совместного воспитания, знакомство родителей с особенностями работы с детьми в условиях ДОО.

1.2. Цели и задачи реализации ДОП

Главной задачей программного документа является организация образовательно-воспитательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Ведущие цели программы — создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи работы по облегчению протекания процесса адаптации вновь прибывших детей:

1. Координация деятельности всех участников адаптационного периода (дети, родители, сотрудники ДОО);
2. Формирование устойчивого интереса к детскому саду у ребенка, заинтересованности в сотрудничестве у родителей;
3. Создание единого информационного поля для всех участников воспитательно-образовательного процесса.
4. Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
5. Создание атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
6. Творческая организация процесса адаптации;
7. Единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;

Решение обозначенных в программе целей и задач воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке различных форм детской активности и инициативы, начиная с первых дней пребывания ребенка в дошкольном образовательном учреждении.

1.3. Принципы и подходы к формированию ДОП

В программе на первый план выдвигается работа по облегчению протекания процесса адаптации вновь прибывших детей.

Программа:

• соответствует принципу развивающего воспитания, целью которого является всестороннее развитие ребенка;

• обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
• предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
• предполагает построение воспитательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.

1.4. Значимые для разработки программы характеристики

Адаптация детей к условиям детского сада.

Многие дети в период адаптации становятся плаксивыми, замкнутыми, агрессивными, тревожными. Это связано с тем, что не удовлетворяется одна из базовых потребностей - потребность в безопасности и защищенности. Ребенок впервые остается без близких людей в незнакомой обстановке. В семье он в центре внимания, а в детском саду один из многих, такой же, как и другие. Это ломает сложившиеся у него стереотипы, требует психологической перестройки, изменения поведения, выработки новых умений. Уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение. К двум-трем годам стереотип поведения ребенка становится довольно устойчивым. При поступлении в детский сад привычные условия жизни в семье (режим, характер питания, микроклимат помещения, приемы воспитания, характер общения) меняются.

Это требует от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу.

Основные особенности нормально текущего периода адаптации:

Нарушения настроения. Слезливость, капризность, подавленное состояние у некоторых детей; возбудимость, гневливость, агрессивные проявления у других (от недели до 1,5 месяца).

Нарушения сна. Дети очень часто начинают хуже спать, с трудом засыпают вечером, могут плакать перед сном; утром же их бывает очень трудно разбудить в нужное время. Некоторые дети не могут заснуть днем в детском саду, переутомляются и быстро засыпают вечером. Другие, перевозбужденные, не могут успокоиться до 22–23 ч. Недостаток сна сказывается на самочувствии детей практически сразу и оказывает комплексное негативное влияние на нервную систему (продолжительность – от 1 до 2 месяцев).

Нарушения аппетита. Дети начинают плохо есть (причем и дома, и в саду) по той причине, что им предлагают непривычную пищу, новые блюда, незнакомые на вкус. Для детей, привыкших к приему протертой пищи в домашних условиях, может оказаться неожиданной консистенция блюд в детском саду. В сочетании с повышенной нервной возбудимостью некоторых детей это может привести к кратковременным желудочно-кишечным расстройствам – рвоте, болям в животе, икоте, иногда – к пищевой аллергии (продолжительность – от 1 недели до 1 месяца).

Понижение иммунитета. Вследствие стресса у маленьких детей страдает иммунная система, они начинают часто болеть (обычно ОРВИ), реагируют на переохлаждение, перегревание, сквозняки гораздо чаще, чем в обычном состоянии; легко заражаются друг от друга (продолжительность – от 2 до 10 месяцев, у некоторых еще дольше).

Нарушение поведения. Дети как бы возвращаются на более ранние ступени развития, хуже играют, игры становятся более примитивными, не могут оторваться от мамы даже дома, начинают бояться чужих людей. У некоторых наблюдается утрата навыков самообслуживания, гигиенических навыков (они не просятся на горшок, испытывают затруднения при необходимости помыть руки и т. д.) (продолжительность – от 1 недели до 2 месяцев).

Критерии адаптации к детскому саду:

Легкая степень адаптации. К двадцатому дню пребывания в ДОУ у ребенка нормализуется сон, он нормально начинает есть. Настроение бодрое, заинтересованное, в сочетании с утренним плачем. Отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребенок поддается ритуалам прощания, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые. Отношение к детям может быть, как безразличным, так и заинтересованным. Интерес к окружающему восстанавливается в течение двух недель при участии взрослого. Речь затормаживается, но ребенок может откликаться и выполнять указания взрослого. К концу первого месяца восстанавливается активная речь. Заболеваемость не более одного раза, сроком не более десяти дней, без осложнений. Вес без изменений. Признаки невротических реакций и изменения в деятельности вегетативной нервной системы отсутствуют.

Средняя степень адаптации. Нарушения в общем состоянии выражены ярче и продолжительнее. Сон восстанавливается лишь через 20—40 дней, качество сна тоже страдает. Аппетит восстанавливается через 20—40 дней. Настроение неустойчивое в течение месяца, плаксивость в течение всего дня. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в ДОУ. Отношение его к близким — эмоционально-возбужденное (плач, крик при расставании и встрече). Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Речь либо не используется, либо речевая активность замедляется. В игре ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная. Отношение к взрослым избирательное. Заболеваемость до двух раз, сроком не более десяти дней, без осложнений. Вес не изменяется или несколько снижается. Появляются признаки невротических реакций: избирательность в отношениях со взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Изменения вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щечки, шелушение кожи (диатез) — в течение полутора-двух недель.

Тяжелая степень адаптации. Ребенок плохо засыпает, сон короткий, вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами; аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, функциональные нарушения стула, бесконтрольный стул. Настроение безучастное, ребенок много и длительно плачет, поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДОУ. Отношение к близким — эмоционально-возбужденное, лишенное практического взаимодействия. Отношение к детям: избегает, сторонится или проявляет агрессию. Отказывается от участия в деятельности. Речью не пользуется или имеет место задержка речевого развития. Игра ситуативная, кратковременная.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты адаптации детей к детскому саду включают позитивные изменения в эмоциональном состоянии, поведении, навыках общения и познавательной активности. Успешная адаптация предполагает преодоление стрессовых состояний, формирование доверительных отношений с воспитателями и сверстниками, развитие самостоятельности и произвольности.

1. Стабильное эмоциональное состояние. Ребёнок демонстрирует радостное или устойчиво-спокойное настроение, отсутствуют тяжёлые эмоциональные проявления (тревожность, агрессия, враждебность).
2. Нормализация поведения. Ребёнок самостоятельно идёт на контакт со взрослыми и сверстниками, проявляет инициативу в общении, формируются доброжелательные отношения со сверстниками и взрослыми.
3. Проявление самостоятельности. Ребёнок стремится проявлять самостоятельность в выборе игрушки и игры с ней, осваивает элементарные культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.
4. Положительное отношение к детскому саду. Ребёнок проявляет интерес к жизни группы, эмоционально вовлечён в действия с игрушками и другими предметами, стремится к достижению результата своих действий.

5. Развитие познавательных процессов. Наблюдается позитивная динамика в развитии внимания, восприятия, речи, воображения, а также в развитии моторики, координации движений и чувства ритма.
6. Формирование произвольного поведения. Развивается умение действовать по сигналу, подчиняться правилам, что способствует снижению импульсивности и излишней двигательной активности.
7. Первичные представления об элементарных правилах поведения. Ребёнок имеет первичные представления об элементарных правилах поведения в детском саду, дома на улице и старается их соблюдать.
8. Для педагогов планируемые результаты могут включать повышение уровня профессиональной компетентности по вопросам адаптации детей дошкольного возраста.
Деятельность педагогов, направлена на знакомство и изучение индивидуальных особенностей детей.
9. Для родителей — повышение психолого-педагогической компетентности в вопросах адаптации детей к условиям ДОУ.

Способы контроля результатов: наблюдение за поведением детей, анкетирование родителей (Приложение 3, 4, 6, 7), диагностика уровня адаптированности ребёнка к условиям ДОУ (Приложение 1, 5).

Диагностика уровня адаптированности ребёнка к условиям ДОУ — это комплексная процедура, которая позволяет оценить, насколько успешно ребёнок привыкает к новым условиям, и вовремя оказать ему поддержку. Она включает наблюдение за поведением, анкетирование родителей и анализ динамики показателей.

Основные критерии оценки

При диагностике специалисты обращают внимание на несколько ключевых аспектов:

*Поведенческие реакции: эмоциональное состояние, социальные контакты, сон и аппетит.

*Уровень нервно-психического развития.

*Заболеваемость и течение болезни (кратность, тяжесть и длительность).

*Антропометрические показатели физического развития (рост, вес).

Этапы диагностики

Работа проводится поэтапно:

*Первичная диагностика. Проводится до поступления ребёнка в группу или в первые дни посещения. Цель — выявить факторы риска и составить предварительный прогноз адаптации.

*Текущая диагностика. Осуществляется в период адаптации (обычно в первые недели посещения). Воспитатели заполняют «Листы адаптации» (Приложение 1, 5), фиксируя динамику показателей.

*Итоговая диагностика. Проводится по завершении адаптационного периода. На этом этапе сравнивают результаты первичной и контрольной диагностики, чтобы оценить эффективность работы.

Важные рекомендации.

*Комплексный подход. Диагностика должна учитывать данные всех участников: ребёнка, родителей, воспитателей, педиатра.

*Конфиденциальность. Результаты диагностики следует хранить в строгом конфиденциальном режиме.

*Поэтапность. Диагностику необходимо проводить несколько раз, чтобы отслеживать динамику.

*Индивидуальный подход. При выявлении низкого уровня адаптации требуется углублённая диагностика и, при необходимости, коррекционная работа с привлечением специалистов (психолога, невролога).

II. Содержательный раздел

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (1-3 ЛЕТ) К УСЛОВИЯМ ПРЕБЫВАНИЯ В ДОУ

2.1. Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости.

Ребенок:

- имеет опыт поведения в среде сверстников, опыт доброжелательных взаимоотношений со сверстниками, эмоционально отзывчив;
- умеет ориентироваться на участке;
- знает понятия «можно - нельзя», «опасно»; сформированы представления о правилах безопасного поведения в играх с песком; правилами безопасного обращения с предметами.

Способы поддержки:

- поощрение стремления детей делать добрые дела, поступки;
- поощрение проявления толерантных отношений к окружающим;
- формирование поискового стиля детского мышления;
- положительная социальная оценка деятельности;
- содействие в приобретении положительного опыта и применении полученных знаний и умений, поощрение и стимулирование поступков детей;
- проявление деликатности и тактичности по отношению к детям;
- уважение личности каждого ребенка.

- формирование основ безопасности: безопасное поведение в природе. Знакомить с элементарными правилами безопасного поведения в природе (не подходить к незнакомым животным, не гладить их, не дразнить; не рвать и не брать в рот растения и пр.).
- формировать представления о правилах безопасного поведения в играх с песком и водой (воду не пить, песком не бросаться и т. д.).

2.2. Образовательная область «Познавательное развитие»

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности.

Ребенок:

- сформированы представления о предметах ближайшего окружения, о простейших связях между ними;
- накопил опыт практического освоения окружающего пространства;
- умеет взаимодействовать с природой, не нанося ей вред; знаком с доступными явлениями природы. Вместе с детьми наблюдает за птицами и насекомыми на участке. Учится основам взаимодействия с природой (рассматривает растения и животных, не нанося им вред).

2.3. Образовательная область «Речевое развитие»

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи.

Ребенок:

- понимает речь взрослого; умеет слушать взрослого;
- показывает и называет знакомые предметы по просьбе воспитателя;
- начинает задавать вопросы;
- употребляет слова в самостоятельной деятельности; отвечает на простейшие вопросы; использует речь как средство общения;

2.4. Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие понимания мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей.

Способы поддержки:

- Учить детей слушать спокойные и бодрые песни и эмоционально реагировать на содержание.
- Развивать эмоциональность и образность восприятия музыки через движения.
- Формировать способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым.
- Совершенствовать умение ходить и бегать.

2.5. Образовательная область «Физическое развитие»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Ребенок:

- умеет играть с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями;
- сформировано умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку;
- воспитано желание выполнять физические упражнения на прогулке;
- сформировано умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.

2.6. Возрастные и индивидуальные особенности развития детей 1-3 лет

Возраст 1–2 года — это период активного, но неравномерного развития, когда закладываются основы личности, речи и предметной деятельности. В это время проявляются как общие для всех малышей закономерности, так и ярко выраженные индивидуальные черты.

Возрастные особенности.

Физическое развитие: темпы роста замедляются по сравнению с первым годом жизни. Совершенствуются основные движения: ребёнок учится бегать, лазать, перешагивать через препятствия, бросать и ловить мяч. Мелкая моторика активно развивается: малыш может собирать пирамидку, нанизывать крупные бусинки, листать книгу.

Познавательное развитие: ведущая деятельность — предметная: ребёнок активно исследует свойства предметов (форму, величину, цвет), учится соотносить и сравнивать их. Развивается наглядно-действенное мышление: малыш решает задачи через пробы и ошибки, экспериментирует с материалами. Совершенствуется сенсорное восприятие: ребёнок учится выделять и называть основные формы (кубик, шарик) и цвета.

Память и внимание носят непроизвольный характер: ребёнок запоминает и концентрируется только на том, что его сильно привлекает.

Речевое развитие: активно растёт словарный запас: к 2 годам ребёнок может знать около 300 слов. Появляется способность объединять слова в простые фразы («дай пить», «мама дай»). Развивается подражание: ребёнок копирует не только слова, но и интонации, звуки.
Социально-эмоциональное развитие: проявляются первые признаки самостоятельности («Я сам», «хочу»). Эмоции яркие, но неустойчивые: смех легко сменяется плачем.
Начинает формироваться чувство привязанности, но уже проявляется стремление к обособлению. В 2 года часто наступает кризис самостоятельности: ребёнок начинает активно отстаивать свои желания, проявляет упрямство.

Индивидуальные особенности.

На развитие каждого ребёнка влияют разные факторы, поэтому в рамках одного возраста могут быть заметные различия:
Темперамент. Одни дети более активные и импульсивные, другие — сдержанные и вдумчивые.
Уровень активности. Один малыш постоянно в движении, другой более спокойный.
Стиль общения в семье. Если с ребёнком много разговаривают, читают, играют, его речь и познавательные навыки развиваются быстрее.
На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются 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 со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации.

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 простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 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 появляются 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 становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

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 со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

2.7. Программы и пособия используемые для реализации программы адаптации детей раннего дошкольного возраста (1-3 лет) к условиям пребывания в ДОУ

№ п/п	Название, автор	Выходные данные	Основная цель
1	«Дружная семейка», Е.О.Севостьянова	Санкт-Петербург, Издательство «Сфера», 2007 г.	Программы психолого-педагогического сопровождения при поступлении ребенка раннего возраста в дошкольное учреждение. Пособия, направлены на рассмотрение проблемы адаптации в ДОУ ребенка раннего возраста: поддержка, сопровождение, налаживание контактов со взрослыми и детьми. Способствуют успешной адаптации детей к условиям детского сада, поддерживать эмоциональный отклик, в соответствии с индивидуальными особенностями детей.
2	«Адаптация детей при поступлении в детский сад», И.В.Лапина	Волгоград, Издательство «Учитель», 2022 г.	
3	"Психолого-педагогическое сопровождение в ДОУ развития ребенка раннего возраста", Ю.А.Афонькина	Москва, Издательство «Аркти», 2022 г.	
4	"Игровая гимнастика", аудио-пособие С.С. и Е.С. Железновы	Санкт-Петербург, Издательство «Весть ТДА», 2005 г. Качество: mp3, 128-320 kbps, stereo.	
5	«Игровые сеансы с детьми раннего возраста», пособие Н.Ю.Галой	Волгоград, Издательство «Учитель», 2018 г.	

6	Программа дошкольного образования "От рождения до школы", под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.	Москва, Издательство «Мозаика-Синтез», 2023 г.	Программный документ по организации образовательно – воспитательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС.

АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-7 ЛЕТ) К УСЛОВИЯМ ПРЕБЫВАНИЯ В ДОУ

2.8. Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости.

Развивается умение детей распознавать собственные эмоции и чувства, понимать чувства и переживания окружающих; понимать эмоциональное состояние сверстников по невербальным признакам (внимание на мимику, позу, поведение).

Расширяются представления о семье, семейных и родственных отношениях: взаимные чувства, правила общения в семье, значимые и памятные события, досуг семьи, семейный бюджет. Обогащаются представления о нравственных качествах людей, их проявлении в поступках и взаимоотношениях. Развивается умение сотрудничать со сверстниками: поддерживается обращенность и интерес к мнению сверстника, ситуации взаимопомощи детей в различных видах деятельности.

2.9. Образовательная область «Познавательное развитие»

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности.

В процессе исследовательской деятельности совершенствуются способы познания свойств и отношений между различными предметами, сравнения нескольких предметов по 4-6 основаниям с выделением сходства, отличия свойств материалов. Поддерживается стремление детей к самостоятельному выбору способов осуществления разных видов познавательной деятельности, обеспечению самоконтроля и взаимоконтроля результатов деятельности и отдельных действий во взаимодействии со сверстниками, использованию разных форм совместной познавательной деятельности. Поощряется умение детей обсуждать проблему, совместно находить способы её решения, проявлять инициативу; обогащаются представления о цифровых средствах познания окружающего мира, закрепляются правила безопасного обращения.

2.10. Образовательная область «Речевое развитие»

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи.

У детей формируются умения подбирать точные слова для выражения мысли; выполнять операцию классификации - деления освоенных понятий на группы на основе выявленных признаков, использовать в речи средства языковой выразительности: антонимы, синонимы, многозначные слова, метафоры, олицетворения. Развивается способность самостоятельно

использовать в процессе общения со взрослыми и сверстниками объяснительную речь, речь-доказательство, речевое планирование, освоение умения самостоятельно сочинять разнообразные виды творческих рассказов. В творческих рассказах закрепляется умение использовать личный и литературный опыт в зависимости от индивидуальных интересов и способностей; развивается у детей умение внимательно выслушивать рассказы сверстников.

2.11. Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие понимания мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей.

Продолжается развитие у детей эстетического восприятия, художественного вкуса, эстетического отношения к окружающему, к искусству и художественной деятельности.

Воспитывается интерес к национальным и общечеловеческим ценностям, культурным традициям народа в процессе знакомства с классической и народной музыкой, с шедеврами изобразительного искусства и народным декоративно-прикладным искусством. Воспитывается любовь и бережное отношение к произведениям искусства.

Совершенствуется умение изображать предметы по памяти и с натуры; развивается наблюдательность, способность замечать характерные особенности предметов и передавать их средствами рисунка. Дети учатся различать оттенки цветов и передавать их в рисунке, развивает восприятие, способность наблюдать и сравнивать цвета окружающих предметов, явлений.

2.12. Образовательная область «Физическое развитие»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Ребенок:

- умеет играть с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями;
- сформировано умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку;
- воспитано желание выполнять физические упражнения на прогулке;
- сформировано умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.

2.13. Возрастные и индивидуальные особенности детей

2.13.1. Возрастные и индивидуальные особенности детей от 3 до 4 лет

В 3-4 года у ребенка многие движения резки и угловаты, низка выносливость мышечной системы.

Из-за этого статическое напряжение мышц кратковременно, малыш не может сидеть или стоять, не меняя позы. Сила мышц кисти рук увеличивается с 3,5-4 кг в возрасте 3-4 лет.

На четвертом году жизни ребенок владеет большим объемом двигательных навыков, способен совершать достаточно сложные действия, соблюдая определенную последовательность.

Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако отмечается еще недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног), не сформирована производительность движений.

2.13.2. Возрастные и индивидуальные особенности детей от 4 до 5 лет

В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, в том числе – нервно - психической регуляции её функций. К пяти годам заметно увеличивается масса мускулатуры, особенно резко возрастает мускулатура нижних конечностей, возрастает сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) еще недостаточно развиты, из-за чего детям легче даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами.
Условные рефлексы вырабатываются быстро, но закрепляются не сразу, поэтому навыки ребёнка вначале непрочны и легко разрушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко распространяются, поэтому внимание у детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Нет уравновешенности, преобладает возбуждение, торможение обычно достигается с трудом. Этим можно объяснить непосредственность и искренность ребёнка, так же, неуравновешенность детей. В связи с этим дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно очень трудно сконцентрироваться на решении какой-нибудь задачи.
Тем не менее на пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание.

2.13.3. Возрастные и индивидуальные особенности детей от 5 до 6 лет

В период от пяти до шести лет детям доступно опосредованное запоминание. Эффективность запоминания с помощью внешних средств (картинок, пиктограмм) может возрастать в 2 раза. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д. Эгоцентризм детского мышления сохраняется. Основой развития мыслительных способностей в данном возрасте является наглядно-схематическое мышление, начинают развиваться основы логического мышления. Формируются обобщения, что является основой словесно-логического мышления. Интенсивно формируется творческое воображение. Увеличивается устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Развитие речи идет в направлении развития словаря, грамматической стороны речи, связной речи, ребенку доступен фонематический анализ слова, что является основой для освоения навыков чтения. Проявляется любознательность ребенка, расширяется круг познавательных интересов. Складывается первичная картина мира.
В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям,дружба.
В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.

2.13.4. Возрастные и индивидуальные особенности детей от 6 до 7 лет

К этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения, в том числе к такой важнейшей функции как письму – отдельные

элементы письма объединяются в буквы и слова. К шести годам в значительной степени развивается глазомер. Дети называют более мелкие детали, присутствующие в изображении предметов, могут дать оценку предметов в отношении их красоты, комбинации тех или иных черт.
Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров.
Качественные перестройки нейрофизиологических механизмов организации системы восприятия позволяют рассматривать этот период как сенситивный для становления когнитивных функций, в первую очередь произвольного внимания и памяти. Время сосредоточенного внимания, работы без отвлечений по инструкции достигает 10-15 минут. Детям становятся доступны формы опосредованной памяти, где средствами могут выступать не только внешние объекты (картинки, пиктограммы), но и некоторые мыслительные операции (классификация). Существенно повышается роль словесного мышления, как основы умственной деятельности ребенка, все более обособляющегося от мышления предметного, наглядно-образного. Формируются основы словесно-логического мышления, логические операции классификации, сериации, сравнения. Увеличивается длительность произвольного внимания (до 30 минут). Развитие речи характеризуется правильным произношением всех звуков родного языка, правильным построением предложений, способностью составлять рассказ по сюжетным и последовательным картинкам.
В общении со взрослыми интенсивно проявляется внеситуативно-личностная форма общения. В общении со сверстниками преобладает внеситуативно-деловая форма общения. Характер межличностных отношений отличает выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастание просоциальных форм поведения, феномен детской дружбы, активно проявляется эмпатия, сочувствие, содействие, сопереживание.
Формируется соподчинение мотивов. Социально значимые мотивы регулируют личные мотивы, «надо» начинает управлять «хочу». От преобладающей роли эмоциональных механизмов регуляции постепенно намечается переход к рациональным, волевым формам. Формируется дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, соотнесение с названием своего места жительства, со своей культурой и страной); первичная картина мира, которая включает представление о себе, о других людях и мире в целом, чувство справедливости.

2.14. Программы и пособия используемые для реализации программы адаптации детей дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ

№ п/п	Название, автор	Выходные данные	Основная цель
1	«Пора в детский сад! Самоучитель для родителей», Безингер А.	Ростов-на-Дону, Издательство «Феникс», 2013 г.	Программы психолого-педагогического сопровождения при поступлении детей дошкольного возраста в дошкольное образовательное учреждение.
2	«Мой ребёнок с удовольствием ходит в детский сад!», Быкова А.	Москва, Издательство «АСТ», 2018 г.	

3	«Адаптация к детскому саду без проблем. Практическое руководство для родителей», Махмутова Н.Н.	Москва, Издательство «Эксмо», Издательский бренд БОМБОРА, 2024 г.	Направлены на рассмотрение проблемы адаптации: поддержка, сопровождение, налаживание контактов со взрослыми и сверстниками, в соответствии с индивидуальными особенностями детей.
4	«Ребёнок идёт в детский сад», Цветкова Т.В.	Санкт-Петербург, Издательство «Сфера», 2021 г.	
5	Программа дошкольного образования "От рождения до школы", под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.	Москва, Издательство «Мозаика-Синтез», 2023 г.	Программный документ по организации образовательно – воспитательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС.

III. Организационный раздел

3.1. ЭТАПЫ РАБОТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ АДАПТАЦИОННОЙ ГРУППЫ (С ДЕТЬМИ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (1-3 ЛЕТ)

1. Подготовительный.

Оформление договора между родителями и дошкольным учреждением и медицинской карты.

За 6 месяцев до прихода детей в группу проводится собрание родителей будущих воспитанников, на котором разъясняются все моменты, характерные для периода адаптации. В первую очередь, уточняются режимы — и семье рекомендуется перевести ребенка на соответствующий возрасту режим. Затем обращается внимание на навыки, привычки, которыми должны владеть дети того или иного возраста, способы кормления, укладывание, сон и так далее.

2. Основной.

В апреле, родители вновь принятых детей раннего возраста, на сайте детского сада записываются на посещение адаптационной (прогулочной) группы.

Организация работы прогулочной группы включает в себя несколько направлений:

- здоровьесберегающее сопровождение процесса адаптации;
- информационное сопровождение;
- педагогическое сопровождение адаптационного периода;
- психологическая коррекция осложнений и консультирование родителей.

Впервые ребенка приводят на прогулку в детский сад к 10.00, на участок детей группы раннего возраста и забирают примерно в 11.00–11.30. Малыш с утра завтракает дома. Воспитатель совместно с детьми и родителями организует знакомство, наблюдения, беседы и игры, после чего прощается и приглашает их прийти завтра.

Взаимодействие с ребенком строиться в присутствии родителя.

Период работы адаптационной группы со второй недели мая по третью неделю августа.

3. Заключительный.

В августе, педагоги группы раннего возраста, педагог-психолог, беседуют с родителями о режиме дня ребенка, о том, как его укладывают спать, о характере его бодрствования, общения и так далее. Педагогам важно знать, какие игрушки предпочитает малыш, как его ласково называют дома, чтобы можно было переключить внимание, увлечь и успокоить ребенка. Они объясняют, почему усилия родителей должны быть направлены на установление контакта ребенка с воспитателями и как это важно для адаптации малыша.

3.2. Значение прогулок для адаптации

Важно, что адаптационная группа может находиться на площадке с организованными детьми.

Это даже рекомендовано, так как связано с рядом положительных моментов:

- родители воочию видят работу педагога в реальных условиях, что позволяет развить чувство доверия к воспитателю;
- возникает «круг доверия»: ребенок убеждается в безопасности нового места для игр (детской площадки), знакомиться с новым взрослым в его окружении и привязывается к нему, внутренне принимает новый режим дня;
- малыши тянуться к более старшим детям во время игры, отвлекаются от матери, что стимулирует скорость социализации ребенка.

3.3. ЭТАПЫ РАБОТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ АДАПТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-7 ЛЕТ) К УСЛОВИЯМ ПРЕБЫВАНИЯ В ДОУ

1. Подготовительный

На этом этапе важно заложить основу для успешной адаптации.

Работа с родителями. Проводится анкетирование, чтобы собрать информацию: особенности характера, привычки, уровень навыков самостоятельности, состояние здоровья. На основе этого дают рекомендации: приблизить домашний режим к режиму сада, поработать над навыками самообслуживания. Организовывается мини-библиотека с литературой по теме и папка-передвижка с советами.

Знакомство с детским садом. Проводится экскурсия: показывают помещения, территорию, знакомят с воспитателями и другими специалистами.

Работа с педагогами. Проводится консультация для воспитателей: обсуждаются возрастные особенности детей 3–7 лет, составляются индивидуальные планы адаптации с учётом данных из медкарты ребёнка.

2. Основной

Здесь реализуется практическая работа по введению ребёнка в новую среду.

Постепенное погружение («мягкий вход»). Время пребывания в саду увеличивается постепенно. Сначала ребёнок остаётся на завтрак, прогулку, затем до обеда, а в финале — на полный день. Для детей 3–7 лет этот этап обычно занимает 2–4 недели.

Создание психологической безопасности. Воспитатель устанавливает доверительный контакт: использует улыбки, мягкий голос, тактильный контакт (объятия, поглаживания). В группе могут появиться «знаки дома» — любимая игрушка ребёнка, фотография семьи в шкафчике.

Установление чёткого распорядка. Стабильный режим (регулярное питание, прогулка, тихий час, игры) даёт ребёнку ощущение предсказуемости. Важно, чтобы все сотрудники сада придерживались одинаковых требований.

Организация игровой деятельности. Проводятся специальные адаптационные игры. Они помогают снять эмоциональное и мышечное напряжение, сформировать основы общения со сверстниками и взрослыми, развить игровую деятельность.

Мониторинг состояния. Воспитатель ежедневно наблюдает за ребёнком: фиксирует изменения в настроении, аппетите, сне, играх. Для систематизации наблюдений часто используют «адаптационный лист» (Приложение 5).

Корректировка поддержки. Если в ходе наблюдений выявляются сложности (например, стойкая плаксивость, нарушения сна), педагог вместе с педагогом-психологом корректирует индивидуальную стратегию: может потребоваться дополнительная поддержка или консультация других специалистов (невролога, логопеда).

Взаимодействие с родителями. Регулярный обмен информацией: родители делятся деталями о поведении и самочувствии ребёнка дома, а воспитатели дают обратную связь.

3. Заключительный

Цель этого этапа — проанализировать, как прошла адаптация, и сделать выводы.
Итоговая диагностика. Повторно оценивают уровень адаптированности ребёнка (по таким критериям, как аппетит, сон, эмоциональное общение, активность в играх).
Обсуждение на консилиуме. В работе участвует команда: педагог-психолог, воспитатели, учитель-логопед, медицинский работник, старший воспитатель. Обсуждаются успешные практики, сложности, намечаются дальнейшие шаги для детей, которым нужна дополнительная помощь.
Важное общее правило: не стоит сравнивать детей — темп адаптации у всех разный. Главная задача взрослых — проявить терпение, создать атмосферу доверия и последовательно поддерживать ребёнка. Если возникают стойкие трудности, не нужно пытаться решить их в одиночку — лучше привлечь профильных специалистов.

3.4. Взаимодействие с семьями воспитанников

Работа в команде – залог успешности сопровождающего развития по облегчению протекания процесса адаптации вновь прибывших детей и родители полноправные члены этой команды.
Работа с родителями в период адаптации детей к условиям детского сада — это не разовое мероприятие, а системный процесс, который начинается ещё до поступления ребёнка и продолжается на всех этапах его пребывания в саду. Его главная цель — создать единое воспитательное пространство, где требования семьи и сада согласованы, а родители становятся активными помощниками педагогов.
Основные задачи работы с родителями:
1. Просвещение. Помочь родителям понять природу адаптационного стресса, его проявления и факторы, влияющие на длительность привыкания.
2. Сбор информации. Выявить индивидуальные особенности ребёнка (привычки, навыки самообслуживания, тип темперамента) и семьи (стиль воспитания, ожидания) для составления индивидуального плана сопровождения (Приложение 3, 4, 6, 7).
3. Практическая поддержка. Дать конкретные рекомендации по подготовке ребёнка (режим дня, питание, развитие самостоятельности) (Приложение 2, 8) и по взаимодействию в период адаптации.
Укрепление доверия. Сформировать атмосферу партнёрства и взаимопонимания между педагогами и родителями.
Формы работы с родителями:
*Индивидуальные формы:
Предварительные беседы. На этапе подготовки к поступлению важно собрать информацию о ребёнке и семье, выяснить отношение родителей к предстоящему событию.
Консультации. Например, на темы «Как помочь ребёнку в период адаптации?», «Что делать, если ребёнок плачет при расставании с родителями?».
Индивидуальные рекомендации. На основе беседы педагог даёт советы по подготовке ребёнка и по тому, как лучше взаимодействовать с ним в адаптационный период.
*Коллективные формы:
Родительские собрания. На них обсуждают особенности адаптационного периода, режим дня в группе, дают общие рекомендации.
Наглядно-информационные формы. Оформление стендов, папок-передвижек, буклетов с практическими советами.
Ключевые направления работы:
Психологическое просвещение. Разъяснение природы адаптационного стресса, этапов привыкания, факторов риска и способов поддержки ребёнка.
Помощь в подготовке ребёнка. Рекомендации по формированию навыков самостоятельности, приближению домашнего режима к режиму детского сада, развитию умения общаться со сверстниками (Приложение 2, 8).

Согласование требований семьи и сада. Выработка единого подхода к режиму, питанию, гигиеническим процедурам.
Поддержка родителей:
Помощь в преодолении тревожности, обучение эффективным способам взаимодействия с ребёнком в период адаптации.
Важные принципы взаимодействия:
1. Доверительность и партнёрство. Важно выстраивать отношения на основе взаимного уважения и сотрудничества.
2. Индивидуальный подход. Учёт особенностей характера, привычек и уровня развития каждого ребёнка.
3. Систематичность. Работа должна вестись на протяжении всего адаптационного периода, а не ограничиваться только первыми днями.
4. Обратная связь. Регулярный обмен информацией о самочувствии и поведении ребёнка.
Документационное сопровождение:
Для отслеживания динамики адаптации используются специальные формы:
Анкета «Готовность ребёнка к поступлению в детский сад» (Приложение 4, 6). Помогает оценить уровень готовности ребёнка и спрогнозировать возможные сложности.
«Лист адаптации». В него воспитатель ежедневно фиксирует наблюдения за аппетитом, сном, эмоциональным состоянием, общением ребёнка в группе (Приложение 1, 5).

Родители, как правило, с интересом вступают в диалог, успокаиваются.
Во время посещения адаптационных мероприятий, они наглядно видят работу педагогов и принимают в ней непосредственное участие, что положительно сказывается на отношении к детскому саду, и родителей, и детей.
Успешная адаптация возможна только при тесном взаимодействии семьи и детского сада.

3.5. Диагностика уровня адаптированности детей раннего дошкольного возраста (1-3 лет) и дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ

В проведении диагностики участвуют воспитатели групп, педагог-психолог. Основная задача заключается в том, чтобы определить степень адаптации каждого ребенка:
- раннего возраста после посещения адаптационной прогулочной группы;
- выявить индивидуальные особенности развития каждого ребенка 3-7 лет;
- наметить индивидуальный маршрут воспитательно-развивающей работы для максимального раскрытия потенциала детской личности.
Форма проведения диагностики преимущественно представляет собой наблюдение педагога-психолога за активностью ребенка в различные периоды пребывания в дошкольном учреждении, а также, беседы и наблюдения, организуемые воспитателями.
Педагоги ежедневно отслеживают особенности поведения каждого ребенка. Учитывая настроение, характер бодрствования, индивидуальные особенности, черты личности.
Данные о результатах диагностики заносятся в специальную таблицу, разработанную педагогом-психологом «Карта поведенческих реакций ребенка в адаптационной группе», «Наблюдения в период адаптации (дети дошкольного возраста (3-7 лет)» (Приложение 1, 5).
Оценка уровня адаптации:
Высокий уровень - настроение бодрое, заинтересованное, отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребенок быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые. Отношение к детям может быть, как безразличным, так и заинтересованным. Ребенок может откликаться и выполнять указания взрослых. Признаки невротических реакций и изменения в деятельности вегетативной нервной системы отсутствуют.
Средний уровень - настроение неустойчивое, плаксивость. Отношение к близким — эмоционально-возбужденное (плач, крик). Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Речь либо не используется, либо речевая активность

замедляется. Игра ситуативная. Появляются признаки невротических реакций: избирательность в отношениях со взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Изменения вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щечки, шелушение кожи.

Низкий уровень - настроение безучастное, ребенок много и длительно плачет. Отношение к близким — эмоционально-возбужденное, лишенное практического взаимодействия. Отношение к детям: избегает, сторонится или проявляет агрессию. Отказывается от участия в деятельности. Речью не пользуется или имеет место задержка речевого развития.

IV раздел. Приложения

- Приложение 1

КАРТА ПОВЕДЕНЧЕСКИХ РЕАКЦИЙ РЕБЕНКА
в адаптационной (прогулочной) группе

Дата заполнения_____

№ п/п	Ф. И. ребенка	Возраст	Настроение	Характер бодрствования	Самостоятельность в игре	Инициативность в игре	Результативность действий	Контакт со взрослыми	Контакт с детьми	Индивид. особенности	Примечания

- Приложение 2

«РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЕНКА РАННЕГО ВОЗРАСТА К ПОСЕЩЕНИЮ ДЕТСКОГО САДА»

1. Убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас.
2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад.
3. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло, что он сможет ходить сюда.
4. Рассказывайте родным и близким в присутствии малыша, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.
5. Расскажите ребенку о режиме детского сада подробно. Повторяйте свой рассказ чаще.
6. Поговорите с ребенком о трудностях, о том, к кому можно обратиться за помощью. Проиграйте эти ситуации дома.
7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, взрослыми. Поощряйте общение ребенка.
8. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского

сада и его сотрудников.

9. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
10. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте ребенка.
11. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпускать вас.
12. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.
13. Если через месяц ваш ребенок не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли.
14. Если вы испытываете потребность в помощи, то педагоги и психолог детского сада ждут вас.

- Приложение 3

АНКЕТА - ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

1.Ф.И.ребенка_____
2.Дата рождения ребенка «____»_____200 г.
3.Домашний адрес_____
4.Телефон_____
5.Подвержен ли ребенок простудным заболеваниям_____
6.Как засыпает?_____
7.Как называют ребенка дома?_____
8.Навыки самообслуживания_____
9.Умеет ли ребенок играть сам_____
10.Его любимые игры и игрушки_____
11.С желанием ли играет с другими детьми?_____
12.Делится ли своими игрушками?_____
13.Каковы любимые занятия дома?_____
14.Вне дома?_____
15.Хочет ли посещать детский сад?_____
16.С какими трудностями сталкиваетесь в воспитании_____
17.Что бы Вы хотели получить от пребывания ребенка в детском саду?_____

Дата заполнения «_____» _____200 г.
Ф.И.О. родителя_____

- Приложение 4

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПОСТУПАЮЩИХ В ДОУ

1.Состав семьи (количество):____взрослых ___детей___
2.Возраст: матери ____ отца ____ ребенка____
3.Социальное положение: мать_____
отец_____
4.Образование: мать _____отец_____

5.Знаете ли Вы, как проходит процесс привыкания детей раннего возраста к детскому учреждению_____
6.Готовили ли Вы ребенка к поступлению в детское учреждение_____
7.Кто в основном занимался воспитанием ребенка_____
8.Посещал ли ребенок раньше дошкольное учреждение_____
9.По какой причине отдаете ребенка в дошкольное учреждение в данном возрасте_____
10.Соблюдается ли режим дня ребенка в семье_____
11.Есть ли у ребенка привычки: -засыпать на руках_____ -засыпать приукачивании_____
-сосать палец, соску_____ -пить из бутылочки_____
12.Как ребенок относится к режимным процессам (хорошо, спокойно, отрицательно). Уточните отдельные моменты:
-укладывание на сон_____
-кормление_____
-умывание_____
-одевание_____
-туалет_____
13.Как Вы поощряете ребенка:
-за хорошее поведение_____
-за послушание_____
14.Как Вы наказываете ребенка, если он не слушается? _____
15.Единодушны ли члены семьи в выражении:
- поощрений_____ - наказаний_____
- запрещений_____ - разрешений_____
16.Как проходит привыкание Вашего ребенка к дошкольному учреждению:
-длительно, тяжело, быстро, легко, без особых осложнений, есть случаи заболевания?
17.Изменилось ли поведение ребенка дома:
-да
-нет
18.Ваши предложения и пожелания по организации приема в дошкольное учреждение_____

Дата заполнения «_____» _____20 г.

- Приложение 5

Н А Б Л Ю Д Е Н И Я В П Е Р И О Д А Д А П Т А Ц И И

(дети дошкольного возраста (3-7 лет)

Фамилия, имя ребенка

_____

Дата рождения _____ Возраст_____ Дата поступления в ДОУ

	дата	Д н и н а б л ю д е н и й																			
1	**Эмоциональное состояние**																				
	положительное (3)																				
	неустойчивое (2)																				
	отрицательное (1)																				
2	**Аппетит**																				
	хороший (3)																				
	избирательный (2)																				
	плохой/ отказ от еды (1)																				
3	**Сон:**																				
	спокойный (3)																				

	неустойчивый (2)																			
	беспокойный/ не спит(1)																			
4	**Познавательная/игровая активность**																			
	активен (3)																			
	активен при поддержке взр. (2)																			
	пассивен/ протест (1)																			
5	**Взаимоотношения с детьми**																			
	инициативен (3)																			
	при поддержке взросл.(2)																			
	уход от контакта/ протест (1)																			
6	**Взаимоотношения со взрослыми**																			
	инициативен (3)																			
	принимает инициативу взр. (2)																			
	уход от контакта/ протест (1)																			

РЕКОМЕНДАЦИИ по заполнению листа адаптации

Первые 2 недели посещения (10 дней) – ежедневное наблюдение

С 3-й недели – наблюдения через день (пн, ср, пт, вт, чт)

При легкой адаптации – наблюдения 2 раза в неделю (начало недели и конец – пн,пт)

После болезни в период адаптации – первые 3 дня ежедневное наблюдение, затем через день

Выводы о степени адаптации: легкая / средняя / тяжелая

Подсчитывается средний балл по каждому критерию (сумма баллов «Эмоциональное состояние» 2 + 3 + 2 + 2 = 9 и делится на их количество 9: 4 = 2,25).

Затем высчитывается общий средний балл. Набранные баллы по каждому критерию суммируются (2,25 + 2,1 + 1,7 + 2,1 + 2,4 + 2,9 = 11,05). Данная сумма делится на 6 (количество критериев) – 11,05: 6 = 1,8. Это число соотносят с уровнем адаптированности ребенка к ДОУ.

2,6 – 3 балла – высокий уровень адаптированности. Преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Ребенок активно контактирует с детьми, взрослыми. Проявляет познавательную и игровую активность.

1,6 – 2,5 баллов – средний уровень адаптированности. Эмоциональное состояние нестабильно, новый раздражитель возвращает ребенка в отрицательное эмоциональное состояние. При поддержке взрослого проявляет познавательную и поведенческую активность.

1 – 1,5 балла – низкий уровень адаптированности. Преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия, отказ от еды). Активность либо деструктивная, либо отсутствует. Эмоциональные фон пониженный (хныкание, тихий плач, отказ от активных движений, подавленность, напряженность) или отрицательный (крик, бунт-протест, агрессивные реакции)

- Приложение 6

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ (3 – 7 ЛЕТ), ПОСТУПАЮЩИХ В ДЕТСКИЙ САД

Уважаемые родители!

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

Ребенок:

Ф.И.____
Дата рождения____
Домашний адрес, телефон____
Мать:
Ф.И.О.____
Год рождения____
Образование, специальность, место работы__________ ______________________________
Отец:
Ф.И.О.____
Год рождения____
Образование, специальность, место работы____
Состав семьи (кто постоянно проживает с ребенком) _______________________________
Есть ли в семье другие дети, их возраст, каковы взаимоотношения с ними_______________
К кому из членов семьи ребенок больше привязан___________ __________________________
Часто ли болеет ребенок, какие тяжелые заболевания, травмы перенес____________________
Основные виды игр и занятий дома____
Какие игрушки любит, кто их убирает____

,,

1. Охотно ли вступает в контакты, общение (нужное подчеркнуть):
— с детьми своего возраста да нет
— с детьми старшего возраста да нет
— с незнакомыми взрослыми да нет
— с родными да нет
2. Каким Вы считаете своего ребенка (подчеркните):
спокойным; малоэмоциональным; очень эмоциональным
3. Что умеет делать ребенок самостоятельно_________________________ ________________
4. Выполнение каких режимных моментов доставляет Вам больше всего трудностей дома (нужное подчеркнуть): подъем, умывание, кормление, укладывание спать, другое (допишите)_____________________ ____
*Какой аппетит у Вашего малыша (нужное подчеркнуть): хороший; ест все; плохо и мало; в зависимости от того, что в тарелке.
*Как Вы его кормите дома (нужное подчеркнуть): он ест сам; сначала ест сам, потом докармливаем; чаще его кормят с ложки взрослые; ест аккуратно; не очень аккуратно; мы добиваемся, чтобы он ел все, что дают; мы разрешаем не есть то, чего он не хочет; пусть ест, сколько хочет; тарелка должна быть чистой.
Как засыпает ребенок дома (нужное подчеркнуть): быстро; медленно; сам; с ним рядом сидит кто-то из взрослых; иногда мочится во сне; раздевается перед сном сам; одевается после сна сам; его раздевают и одевают взрослые.

- Приложение 7

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ РЕБЁНКА 3-7 ЛЕТ
«ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ»

Мы рады видеть Вас и Вашего ребенка в нашем детском саду. Надеемся, что малышу здесь будет уютно, весело и интересно. Ваши ответы помогут нам лучше узнать особенности и желания Вашего ребенка – для создания благоприятных условий его развития.
Фамилия и имя ребенка: ____
Дата рождения: ____
Домашний адрес, телефон: _________________ _____________________________________
Тип семьи (нужное подчеркнуть) полная, неполная, многодетная, опекунство;
Состав семьи ______________ Какой ребенок в семье? ______________________
Мама:
Ф. И. О., год рождения ____ ________________
Образование (высшее, среднее специальное, неполное среднее);

Специальность: _____
Место работы: _____
Папа:
Ф. И. О., год рождения _____
Образование (высшее, среднее специальное, неполное среднее);
специальность _____
Место работы_____
Социальный состав семьи (нужное подчеркнуть) служащие, предприниматели, рабочие, неработающие;
Жилищные условия (нужное подчеркнуть) хорошие, удовлетворительные, плохие.
Другие дети в семье (их возраст, взаимоотношения ребенка с ними) _____
_____
Как вы называете своего ребенка дома (включая ласкательные имена, его любимое имя) _____
К кому из членов семьи ребенок больше привязан _____
Часто ли ребенок болеет (причина, какие заболевания)
_____
Основные виды игр и занятий дома ___
_____
Часто ли плачет ребенок? _____
Как долго ребенок остается расстроенным? _____
Чего боится ребенок? _____
Бывает ли ребенок сердитым, агрессивным? _____
Быстро ли устает ребенок? _____
Как ребенок относится к незнакомым взрослым?
_____
Легко ли рассмешить ребенка_____
Какие игрушки любит, кто их убирает_____
Любимая пища _____
Нелюбимая пища _____
Есть ли у ребѐнка аллергия (на что) _____
Как ребенок просыпается утром: (нужное подчеркнуть)
а) активен, в хорошем настроении б) с капризами
На какие особенности вашего ребенка обратить внимание воспитателя (нужное подчеркнуть):
Застенчивость.
Возбудимость.
Агрессивность.
Желание быть лидером.
Плохой контакт с детьми, взрослыми.
Различные страхи.
Другие особенности (написать) _____
Какие качества Вашего ребенка вы особенно цените? (Доброту, общительность, трудолюбие, усидчивость, послушание, настойчивость и т.д.) _____

Любимые занятия, интересы:
а) лепка, рисование, конструирование
б) подвижные игры, физическая активность
в) книги, познавательные игры
г) другое _____
Какие меры поощрения вы применяете
_____
Выполнение каких режимных моментов, вызывает затруднения дома:

а) подъем
б) умывание
в) кормление
г) укладывание спать
д) другое: _____

Что умеет ваш ребенок делать самостоятельно:

_____

Какой аппетит у вашего ребенка? (нужное подчеркнуть)
а) хороший б) ест все в) ест плохо и мало г) в зависимости от того, что в тарелке;
Как засыпает ребенок дома? (нужное подчеркнуть)
а) быстро; б) медленно; в) сам; г) с ним рядом сидит взрослый; д) иногда мочится во сне;
е) раздевается перед сном сам; ж) одевается после сна сам.
Какие дополнительные сведения о ребёнке должен знать воспитатель?

_____

Ваши пожелания

_____

Дата заполнения «___» _____20_____ г. Подпись_____

- Приложение 8

«РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЁНКА 3-7 ЛЕТ К ПОСЕЩЕНИЮ ДЕТСКОГО САДА»

Подготовить ребёнка к детскому саду действительно важно — так адаптация пройдёт мягче и для малыша, и для вас. Эти рекомендации лучше начинать примерно за 2–3 месяца до первого дня.

1. Сформируйте позитивный настрой

Не делайте из сада проблему и не пугайте им. Проходя мимо, радостно комментируйте: «Смотри, какой красивый садик! Скоро и ты будешь здесь играть». Рассказывайте о садике в позитивном ключе, можно делиться историями из своего детства.

2. Подробно расскажите о режиме

Обсудите, что ждёт ребёнка: завтрак, занятия, прогулка, обед, дневной сон, полдник. Чем детальнее рассказ и чем чаще вы к нему возвращаетесь, тем спокойнее малыш будет чувствовать себя в группе. Можно проиграть: «А если захочешь в туалет — что скажешь воспитателю?»

3. Развивайте самостоятельность

Чем больше навыков самообслуживания у ребёнка, тем легче ему будет в саду. Учите его есть ложкой, пить из чашки, проситься на горшок, мыть руки, частично одеваться и раздеваться. Подберите удобную одежду (на липучках, кнопках) и обувь, чтобы малышу было проще справляться самому.

4. Расширяйте социальные контакты

Поощряйте общение со сверстниками: гуляйте на площадках, ходите в гости к другим семьям с детьми, в развивающие центры. Так ребёнок на практике научится знакомиться, делиться игрушками, решать небольшие конфликты. Можно вместе с малышом придумать «радостную коробочку»: положить туда небольшие игрушки, которыми можно будет поделиться с другими детьми.

5. Приучите к разлуке

Постепенно тренируйте умение оставаться без мамы. Сначала можно оставлять ребёнка с другим близким взрослым (папой, бабушкой, няней), а позже — пробовать оставлять и в саду.

6. Подстройте режим дня

Узнайте, какой режим в выбранном саду (время подъёма, приёмов пищи, дневного сна). Постепенно сдвигайте домашний распорядок ближе к садовскому. Это снизит стресс при перестройке. Если ребёнок не привык к дневному сну, поработайте над этим заранее.

7. Познакомьте с меню

Если есть возможность, узнайте, какие блюда входят в детсадовское меню. Постепенно включайте похожие продукты в домашний рацион — так ребёнку будет проще есть в саду.

8. Познакомьтесь с воспитателями

Перед первым днём поговорите с педагогами. Расскажите об особенностях ребёнка: что ему нравится, что нет, какие у него привычки, в какой помощи он нуждается. Это поможет создать для малыша более комфортную среду.

9. Действуйте постепенно

Не оставляйте ребёнка в саду сразу на весь день. Начните с коротких визитов (например, на 1,5–2 часа, сначала только на прогулку), постепенно увеличивая время. Придумайте короткий ритуал прощания (объятие, особое слово) — это станет опорой. Разрешите взять с собой любимую игрушку из дома: она станет «кусочком дома» и поможет чувствовать себя спокойнее.

Несколько важных предостережений

- **Не манипулируйте.** Не говорите, что сад — это наказание за проступки.
- **Не обсуждайте при ребёнке негативные вещи о садике или воспитателях**.
- **В период адаптации компенсируйте время, которое теперь проводите вместе дома:** больше обнимайте, разговаривайте, играйте.
- **Следите за перепадами настроения** — это нормально при адаптации, но важно вовремя заметить, если что-то идёт не так.
- **Если адаптация даётся тяжело** (длительный плач, отказ идти в сад, серьёзные проблемы со сном или аппетитом), не стесняйтесь обратиться за помощью к психологу или неврологу.

Главное — сохранять спокойствие и поддерживать малыша.

Удачи в адаптации!

V раздел. Методические разработки

5.1. Методическая разработка прогулок, с использованием игр, игровых упражнений и действий, для адаптации неорганизованных детей раннего дошкольного возраста (1-3 лет) к условиям детского сада.

К программе по адаптации детей раннего дошкольного возраста (1,6-3 лет) и дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ «В детский сад без слёз».

Май

День недели	Игра Инструкция	Примечания

Понедельник	***«Мы ногами топ!»*** Мы ногами топ-топ-топ — Дети вместе со взрослыми ходят и топают. А в ладошки хлоп-хлоп-хлоп. Ай да малыши! Ай да крепыши! — Высоко поднимая ладоши, хлопают. По дорожке мы шагаем — Идут за воспитателем. И в ладоши ударяем. — Хлопают в ладоши. Топ-топ, ножки, топ! — Стоя на месте, топают ногами. Хлоп-хлоп, ручки, хлоп! — Хлопают руками. Ай да малыши! Ай да крепыши! — Руки на пояс – кружатся. ***«Здравствуй, песок»*** Педагог предлагает поздороваться с песком: сначала слегка дотронуться, потом погрузить в песок пальчики, затем всеми пальцами одновременно. Ребенок легко/с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу, далее, дотрагивается до песка всей ладошкой - внутренней, затем тыльной стороной. ***"Пропавшие ручки"*** У меня пропали ручки — Спрятать руки за спину. Где вы, рученьки мои? — Посмотреть по сторонам, ища потерянные руки. 1,2,3,4,5 – покажитесь мне опять. — Показать руки. У меня пропали ножки. Где Вы ноженьки мои? — Спрятать ноги, поджав их под себя и сев на них. 1,2,3,4,5 – покажитесь мне опять. — Встать на ноги.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Вторник	***«Зонтик»*** ***Цели:*** привлекать внимание к действиям взрослого; вызывать положительные эмоции. ***Материал:*** разноцветный зонт. ***Ход*** Воспитатель раскрывает зонт, крутит его и говорит: Зонтик разноцветный, Подружись со мной! Ты такой красивый, Яркий и большой! Закрывает зонт, игра повторяется. Можно спрятать детей под зонтик. ***«Ванька-встанька»*** ***Цели:*** вызывать внимание к игровым действиям взрослого; стимулировать подражание действиям с игрушкой; вызывать положительные эмоции. ***Материал:*** неваляшка. ***Ход*** Воспитатель качает неваляшку и читает стихотворение: Ванька-встанька, Ванька-встанька, Будь послушен, ишь, какой! Нам не справиться с тобой! Затем снова читает стихотворение и побуждает детей выполнять действия. ***«Прятки»*** ***Цели:*** вызывать интерес к игрушкам; стимулировать совместные действия с ними, действия по подражанию и по инструкции взрослого. ***Материал:*** кукла. ***Ход*** Воспитатель читает стихотворение и выполняет действия, вызывая ответные. Кукла Ляля убежала, Ах, куда она пропала? Аня *(имя ребенка заменяется),* Аня, поищи, С нашей Лялей попляши. Действия сначала выполняет воспитатель вместе с ребенком, побуждая его словами «иди», «ищи», «пляши». А потом побуждает ребенка самостоятельно выполнять действия. ***«Маленькая детка»*** ***Цели:*** установление тактильных контактов с детьми; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель читает стихотворение и выполняет действия, вызывая ответные: Маленькая детка, Головушка-репка, Роток-говорок, Зубок да зубок, Носик-вопросик, Щечки-колобочки, Глазок с глазком, Бровки домком, Ушко да ушко, Всех выше макушка.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Среда	***«Мельница»*** | Дуйте, дуйте, ветры, в поле,	Ребенок с□дит на коленях у мамы спиной к ней. Тянется звук «у», и мама дует на шейку ребенка.
Чтобы мельницы мололи,	Сначала мама совершает круговые движения с одной рукой малыша, затем с другой.
Чтобы завтра из муки испекли нам пирожки.	Имитация лепки пирожков (ладони ребенка с□единяются). | ***«Любопытная Варвара»*** | Любопытная Варвара	Дети поднимают и опускают плечи.
Смотрит влево,	Поворачивают корпус влево.
Смотрит вправо,	Поворачивают корпус вправо.
Смотрит вверх,	Поднимают голову вверх.
Смотрит вниз,	Опускаю□ голову.
Чуть присела на карниз,	Выполняют легкие полуприседания.
А с него свалилась вниз!	Резко приседают. | ***«Мой малыш»*** ***Цели:*** установление тактильных контактов с каждым ребенком; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Взрослый читает стихотворение и обнимает малышей по очереди: Ой, мой маленький, Ненаглядиенький, Мой хорошенький, Мой пригоженький. ***«Катаем мяч»*** ***Целы*** развивать умение обмениваться со сверстниками действиями. ***Материал***: мяч. ***Ход*** Дети стоят в кругу. Взрослый бросает детям, а дети — друг другу мяч в соответствии со словами: Ты поймай мой яркий мяч И отдай его — не прячь! Мячик, прыгай, не спеши И детишек посмеши!	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Четверг	***«Ручками-хлоп, ножками-топ»*** Мы ногами топ-топ-топ — Дети вместе со взрослыми ходят по комнате и топают. А в ладошки хлоп-хлоп-хлоп Ай да малыши! Ай да крепыши! — Высоко поднимая ладоши, хлопают. По дорожке мы шагаем — Идут за педагогом. И в ладоши ударяем. — Хлопают в ладоши. Топ-топ, ножки, топ! — Стоя на месте топают ногами. Хлоп-хлоп, ручки, хлоп! — Хлопают руками. Ай да малыши! Ай да крепыши! — Руки на пояс – кружатся. ***«Собачка»*** ***Цели***: вызывать интерес к игрушкам; стимулировать игровые действия. ***Материал***: игрушечная собачка. ***Ход*** Воспитатель привлекает внимание детей звукоподражанием, читает стихотворение и совершает действия в соответствии с текстом: Гав-гав! Кто там? Это песик в гости к нам. *(.Показывает собачку.)* Я собачку ставлю на пол. Дай, собачка, Ане *(имя ребенка заменяется***)** лапу! Затем собачка прячется, и игра повторяется. ***«Пичучик»*** ***Цели:*** стимулирование подражания взрослому; развитие умения действовать по речевой инструкции; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель вместе с детьми размахивает руками, изменяя движения в соответствии с текстом стихотворения: Тюшки-тютюшки, На горе пичужки. На гору Ванюшка — Ух-ух-ух! От него пичужка — Фыр-фыр-фыр, Улетела! ***«Ладушки»*** ***Цели:*** установление доверительных контактов ребенка со взрослым на телесно-игровом уровне; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель читает стихотворение и выполняет действия, вызывая ответные: Ладушки, ладушки, Курочки-рябушки, Ладушки, ладушки, Курочки-кладушки. Петушок с хвостом, Гребешок торчком. Крылышками — хлоп-хлоп! А мы их — хоп-хоп! И поймали.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Пятница	***«Ку-ку»*** Цели: установление положительных эмоциональных контактов детей со взрослым; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Взрослый читает стихотворение ***(имя ребенка заменяется)*** и выполняет действия, дети повторяют: Где же, где же наш малыш? Где же, где же паша крошечка? Где же, где же наша Анечка? Где же, где же наше солнышко?! Вот, вот наш малыш, Вот, вот наша крошечка, Вот, вот наша Анечка, Вот, вот наше солнышко! ***«Скачем на лошадке»*** ***Цели***: установление доверительных контактов ребенка со взрослым на телесно-игровом уровне; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Мы скачем, скачем, скачем, Скачем на лошадке! Мы не плачем, нет, не плачем — Все у нас в порядке! ***«Топ-топ»*** **Дели:** стимулирование подражания взрослому; развитие умения действовать по речевой инструкции; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель вместе с детьми топает ногами, изменяя ритм в соответствии с текстом стихотворения: Ай, деточка, Попляши! Твои ножки Хороши! Левая — смелая. Правая — упрямая. Левая — первая, Топы-топы. А вторая — правая, Топ-топ. ***«Солнечные зайчики»*** ***Цели:*** вызвать интерес к действиям взрослого; стимулировать положительные эмоции. ***Материал:*** зеркальце. *Ход* Воспитатель пускает солнечные зайчики и читает стихотворение, побуждая детей выполнять соответствующие действия: Солнечные зайчики Играют на стене. Помани их пальчиком — Пусть бегут к тебе!	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Июнь

День недели	Игра Инструкция	Примечания

Понедельник	***«Бежит мишка»*** Бежит мишка по дорожке, У него устали ножки, Захотелось мишке спать… Выходи, тебе плясать! Дети бегут по кругу, изображая мишек; на слова «Захотелось мишке спать» приседают, на последние два такта педагог надевает на кого-либо из детей шапочку и выводит в центр танцевать. ***«Наши пальчики»*** ***Цели:*** установление тактильных контактов с ребенком; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель играет со своими пальчиками, дети повторяют: Пальчик, толстый и большой, В лес по ягоды пошел. Указательный — с порога указал ему дорогу. Средний — следом побежал. Безымянный — топал рядом И корзиночку держал. А мизинчик, младший братец, На печи весь день лежал. ***«Дождик»*** ***Цели:*** стимулировать подражание действиям взрослого; вызывать спонтанные движения для профилактики отрицательных эмоций и снятия напряжения. **Ход** Взрослый выполняет вместе с детьми действия и читает стихотворение: Дождик, дождик, кап-кап-кап! Мокрые дорожки. *(Пальчиком одной руки ребенка тычем в ладошку другой.)* Нам нельзя идти гулять — Мы промочим ножки. *{Ребенок топает ножками.)* ***«Прячемся от дождика»*** ***Цели***: стимулировать подражание сверстникам; развивать стремление находиться вместе с ними. Материал: ***зонт.*** ***Ход*** Воспитатель привлекает внимание детей, показывая закрытый зонт, и выполняет действия вместе с детьми в соответствии со словами: На прогулку вышел дождик. Кап-кап-кап! *{Движения: пальчик о ладошку.)* Не промочат дети ножки. *{Поднимают ножки.)* Кап-кап-кап! *{Движение: пальчик о ладошку.)* Всех их зонтик соберет, *{Открывает зонт и крутит.)* От дождя убережет. *{Все прячутся под зонтик.)*	+ Участие в общем празднике «Лето». Игры с песком, подвижные игры, настольные развивающие игры по плану воспитателей

Вторник	***«Попрыгушки»*** ***Цели:*** установление тактильных контактов с детьми; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель и дети приседают и подпрыгивают: Тёшки-тетёшки, Овсяные лепёшки. Тюшки-тютюшки, С творогом ватрушки. Тёшки-тетёшки, Встали на ножки. С пятки на носок Прыг-скок, прыг-скок! ***«Баю-баю»*** ***Цели***: установление тактильных контактов с детьми; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель и дети плавно раскачиваются: Скачет-скачет По волнам Лодочкою зыбка. Качи-качи, Прямо к нам Приплывает рыбка. Полдня зыбка С нами, Спи-спи, рыбка, С нами. «***Догонялки-обнималки»*** ***Цели:*** установление тактильных контактов с детьми, снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель организует игру в догонялки: «Догоню, догоню...», а потом обнимает малыша, говоря: Ах ты, моя девочка, Ласковая белочка, Ой ты, моя деточка, Тоненькая веточка! Или: Ах ты, мой сыночек, Ягодный кусточек. Ой ты, мой сынок, Пшеничный колосок. ***«Любопытная Варвара»*** <table><tr><td>Любопытная Варвара</td><td>Дети поднимают и опускают плечи.</td></tr><tr><td>Смотрит влево,</td><td>Поворачивают корпус влево.</td></tr><tr><td>Смотрит вправо,</td><td>Поворачивают корпус вправо.</td></tr><tr><td>Смотрит вверх,</td><td>Поднимают голову вверх.</td></tr><tr><td>Смотрит вниз,</td><td>Опускают голову.</td></tr><tr><td>Чуть присела на карниз,</td><td>Выполняют легкие полуприседания.</td></tr><tr><td>А с него свалилась вниз!</td><td>Резко приседают.</td></tr></table>	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Среда

«Ку-ку»

Цели: установление положительных эмоциональных контактов детей со взрослым; снятие эмоционального напряжения.

Ход

Взрослый читает стихотворение ***(имя ребенка заменяется)*** и выполняет действия, дети повторяют:

Тю-тю! Нету Любушки,
Любушки-голубушки!
Ой да нет ее нигде!
Мы искать ее пойдем
И найдем, найдем, найдем!

«Скачем на лошадке»

Цели: установление доверительных контактов ребенка со взрослым на телесно-игровом уровне; снятие эмоционального напряжения.

Ход

Ехали дрожки По стежке- Дорожке,
По стежке - Дорожке.
Ровнее ладошки.
Лугом, лесочком, Через реку,
Мосточком,
С кочки на кочку
Вприпрыжку, Вприскочку.
По оврагам, По камням,
По ухабам, По корням.
Прямо В яму — БАМ!

«Мы ногами топ!»

Мы ногами топ-топ-топ	Дети вместе со взрослыми ходят и топают.
А в ладошки хлоп-хлоп-хлоп. Ай да малыши! Ай да крепыши!	Высоко поднимая ладоши, хлопают.
По дорожке мы шагаем	Идут за воспитателем.
И в ладоши ударяем.	Хлопают в ладоши.
Топ-топ, ножки, топ!	Стоя на месте, топают ногами.
Хлоп-хлоп, ручки, хлоп!	Хлопают руками.
Ай да малыши! Ай да крепыши!	Руки на пояс – кружатся.

«Бежит мишка»

Бежит мишка по дорожке, У него устали ножки, Захотелось мишке спать… Выходи, тебе плясать!	Дети бегут по кругу, изображая мишек; на слова «Захотелось мишке спать» приседают, на последние два такта педагог надевает на кого-либо из детей шапочку и выводит в центр танцевать.

+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Четверг	***«Зонтик»*** ***Цели:*** привлекать внимание к действиям взрослого; вызывать положительные эмоции. ***Материал:*** разноцветный зонт. ***Ход*** Воспитатель раскрывает зонт, крутит его и говорит: Зонтик разноцветный, Подружись со мной! Ты такой красивый, Яркий и большой! Закрывает зонт, игра повторяется. Можно спрятать детей под зонтик. ***«Ванька-встанька»*** ***Цели:*** вызывать внимание к игровым действиям взрослого; стимулировать подражание действиям с игрушкой; вызывать положительные эмоции. ***Материал:*** неваляшка. ***Ход*** Воспитатель качает неваляшку и читает стихотворение: Ванька-встанька, Ванька-встанька, Будь послушен, ишь, какой! Нам не справиться с тобой! Затем снова читает стихотворение и побуждает детей выполнять действия. ***«Прятки»*** ***Цели:*** вызывать интерес к игрушкам; стимулировать совместные действия с ними, действия по подражанию и по инструкции взрослого. ***Материал:*** кукла. ***Ход*** Воспитатель читает стихотворение и выполняет действия, вызывая ответные. Кукла Ляля убежала, Ах, куда она пропала? Аня *(имя ребенка заменяется),* Аня, поищи, С нашей Лялей попляши. Действия сначала выполняет воспитатель вместе с ребенком, побуждая его словами «иди», «ищи», «пляши». А потом побуждает ребенка самостоятельно выполнять действия. ***«Маленькая детка»*** ***Цели:*** установление тактильных контактов с детьми; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель читает стихотворение и выполняет действия, вызывая ответные: Маленькая детка, Головушка-репка, Роток-говорок, Зубок да зубок, Носик-вопросик, Щечки-колобочки, Глазок с глазком, Бровки домком, Ушко да ушко, Всех выше макушка.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Пятница	***Пальчиковая игра «Рыбка»*** Рыбка плавает в водичке, Соединяем ладошки в хлопке, Рыбке весело играть. одна ладошки снизу, другая сверху. Рыбка, рыбка-озорница, Округляем ладошки. Мы хотим тебя поймать. Рыбка спинку изогнула, Ладошки «открываются». крошку хлебную взяла. Рыбка хвостиком махнула, Взмах ладонями от себя. Рыбка быстро уплыла. Прячем руки за спину. ***«Зайка серенький сидит!»*** Зайка серенький сидит — Взрослый садится. И ушами шевелит. — Взрослый подносит пальцы к голове, шевелит ими, поворачиваясь вправо и влево. Вот так, вот так Он ушами шевелит — Дети подражают движениям взрослого и повторяют за ним слова. Зайке холодно сидеть, Надо лапочки погреть. Вот так, вот так, Надо лапочки погреть! — Взрослый и дети хлопают в ладоши и повторяют две последние строчки. Зайке холодно стоять, Надо зайке поскакать. Вот так, вот так, Надо зайке поскакать! — Взрослый и дети хлопают в ладоши и повторяют две последние строчки. Зайку волк испуга ! — Взрослый рычит! Зайка тут же убежал! — Дети разбегаются врассыпную. ***«Найди прищепку»*** Предлагается нацепить прищепки на одежду малышей, так чтобы они смогли без труда до них дотянуться. Детей побуждают найти на себе прищепки и постараться снять их, можно предложить снимать прищепки названных цветов. Дополнить игру можно складыванием прищепок в прозрачные, пластиковые баночки - это тоже очень нравится детям. По окончании игры малышам предлагают внимательно рассмотреть прищепку, представить, что это крокодильчик, который открывает ротик, и потренироваться в открывании. ***«Тучки»*** К детям приплывают разноцветные тучки (поролоновые губки округлой формы), которые они погружают в воду, надавливают на них, напитывая водой, потом вынимают и отжимают, изображая дождь.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Июль

День недели	Название игры, цель Инструкция	Примечания

<table>
<tr>
<td>Понедельник</td>
<td>
«Флажки»
Цель: развивать умение обмениваться со сверстниками предметами.
Материал: ведерко с флажками.
Ход
Воспитатель показывает детям ведерко с флажками и говорит:
Очень любят малыши разноцветные флажки.
(Дети берут из ведерка по флажку.)
Вы флажками помашите и другой флажок возьмите.
Воспитатель помогает детям обменяться флажками, например: «Дай Сереже флажок, а он тебе даст свой флажок. Помашите вместе флажками».
«Скачем на лошадке»
Цели: установление доверительных контактов ребенка со взрослым на телесно-игровом уровне; снятие эмоционального напряжения.
Ход
Взрослый и дети выполняют движения в такт словам:
Левая — первая, топ-топ.
А вторая — правая, топ-топ.

«Киска»
<table>
<tr><td>Кисонька-киса</td><td>Дети мягко, плавно передвигаются, имитируя киску.</td></tr>
<tr><td>Маленькая киса</td><td>Садятся на корточки, показывают рукой вершок от пола.</td></tr>
<tr><td>Мохнатенькие ушки</td><td>Дети приставляют ладошки к голове.</td></tr>
<tr><td>Быстрые ножки</td><td>Побежали.</td></tr>
<tr><td>Деток боишься Киска-трусишка</td><td>Дети обхватывают себя руками, изображая страх.</td></tr>
</table>
«Катаем мяч»
Цели: вызвать интерес к действиям взрослого; стимулировать положительные эмоции.
Материал: яркий мяч у педагога и мячики у детей.
Ход
Воспитатель выполняет действия с мячом, побуждая детей ловить, катать, толкать мяч:
Толкаю мой мяч,
Толкаю опять,
Толкаю туда, толкаю сюда.
Мой мячик, катись,
Обратно вернись!
</td>
<td>+ Игры с песком, водой, прищепками, подвижные игры, настольные развивающие игры
по плану воспитателей</td>
</tr>
</table>

Вторник	***«Мельница»*** | Дуйте, дуйте, ветры, в поле,	Ребенок сидит на коленях у мамы спиной к ней. Тянется звук «у», и мама дует на шейку ребенка.
Чтобы мельницы мололи,	Сначала мама совершает круговые движения с одной рукой малыша, затем с другой.
Чтобы завтра из муки испекли нам пирожки.	Имитация лепки пирожков (ладони ребенка соединяются). | ***«Любопытная Варвара»*** | Любопытная Варвара	Дети поднимают и опускают плечи.
Смотрит влево,	Поворачивают корпус влево.
Смотрит вправо,	Поворачивают корпус вправо.
Смотрит вверх,	Поднимают голову вверх.
Смотрит вниз,	Опускают голову.
Чуть присела на карниз,	Выполняют легкие полуприседания.
А с него свалилась вниз!	Резко приседают. | ***«Мой малыш»*** ***Цели:*** установление тактильных контактов с каждым ребенком; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Взрослый читает стихотворение и обнимает малышей по очереди: Ой, мой маленький, Ненаглядиенький, Мой хорошенький, Мой пригоженький. ***«Катаем мяч»*** ***Целы*** развивать умение обмениваться со сверстниками действиями. ***Материал***: мяч. ***Ход*** Дети стоят в кругу. Взрослый бросает детям, а дети — друг другу мяч в соответствии со словами: Ты поймай мой яркий мяч И отдай его — не прячь! Мячик, прыгай, не спеши И детишек посмеши!	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Среда	***«Ручками-хлоп, ножками-топ»*** **Мы ногами топ-топ-топ** — Дети вместе со взрослыми ходят по комнате и топают. **А в ладошки хлоп-хлоп-хлоп Ай да малыши! Ай да крепыши!** — Высоко поднимая ладоши, хлопают. **По дорожке мы шагаем** — Идут за педагогом. **И в ладоши ударяем.** — Хлопают в ладоши. **Топ-топ, ножки, топ!** — Стоя на месте, топают ногами. **Хлоп-хлоп, ручки, хлоп!** — Хлопают руками. **Ай да малыши! Ай да крепыши!** — Руки на пояс – кружатся. ***«Собачка»*** ***Цели***: вызывать интерес к игрушкам; стимулировать игровые действия. ***Материал***: игрушечная собачка. ***Ход*** Воспитатель привлекает внимание детей звукоподражанием, читает стихотворение и совершает действия в соответствии с текстом: Гав-гав! Кто там? Это песик в гости к нам. *(.Показывает собачку.)* Я собачку ставлю на пол. Дай, собачка, Ане *(имя ребенка заменяется***)** лапу! Затем собачка прячется, и игра повторяется. ***«Пичужки»*** ***Цели:*** стимулирование подражания взрослому; развитие умения действовать по речевой инструкции; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель вместе с детьми размахивает руками, изменяя движения в соответствии с текстом стихотворения: Тюшки-тютюшки, На горе пичужки. На гору Ванюшка — Ух-ух-ух! От него пичужка — Фыр-фыр-фыр, Улетела! ***«Ладушки»*** ***Цели:*** установление доверительных контактов ребенка со взрослым на телесно-игровом уровне; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель читает стих. и выполняет действия, вызывая ответные: Ладушки, ладушки, Курочки-рябушки, Ладушки, ладушки, Курочки-кладушки. Петушок с хвостом, Гребешок торчком. Крылышками — хлоп-хлоп! А мы их — хоп-хоп! И поймали.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Четверг	***Пальчиковая игра «Будем пальчики считать»*** Будем пальчики считать - *Показываем кисти рук.* Один, два, три, четыре, пять. *Загибаем поочередно пальчики.* Все такие нужные, *Разжимаем и сжимаем* Крепкие и дружные. *пальцы на каждое слово.* На другой руке опять *Показываем кисти рук.* Будем пальчики считать - Один, два, три, четыре, пять. *Загибаем поочередно пальчики.* Все такие нужные, *Фонарики:* *крутим кистью руки* Крепкие и дружные. *вправо, влево.* ***«Необыкновенные следы»*** По инструкции и примеру педагога, дети выполняют следующие упражнения: • *«Идут медвежата»:* ребенок с помощью взрослого кулачками и ладонями с силой надавливает на песок. • *«Прыгают зайцы»:* ребенок с помощью взрослого кончиками пальцев ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях. • *«Ползут змейки»:* ребенок с помощью взрослого расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях). • *«Бегут жучки-паучки»:* ребенок с помощью взрослого двигает всеми пальцами, имитируя движения насекомых. ***«Песочный дождь»*** Воспитатель сообщает о том, что в Маленькой стране идут песочные дожди и дуют песочные ветры, показывая следующее упражнение: захватывает горсть песка, сильно его сжимает, приподнимает руку и постепенно ослабляет - при этом песок равномерно высыпается, напоминая дождь. Для активизации речевого развития ребенка действия следует сопровождать словами: кап, кап, кап. Упражнение выполняется каждой рукой поочередно и одновременно двумя руками. Во время высыпания песка на него можно слегка подуть — получится песочный ветер. ***«Прищепочки»*** Воспитателю предлагается прикрепить на себя 5-7 прищепок двух цветов там, где ребенок может их достать. Детям необходимо снять прищепку определенного цвета.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Пятница	***Пальчиковая игра «Мы похлопаем сейчас...»*** Мы похлопаем сейчас: Хлопаем в ладоши. Хлоп, раз, еще раз, А теперь скорей, скорей *Шлепаем ладонями* Шлепай, шлепай веселей *быстро и ритмично* ***«Подводные сокровища»*** На дно емкости с водой выкладывают разнообразные привлекательные предметы. Задача состоит в том, чтобы малыши достали со дна емкости с водой предмет и внимательно рассмотрели его вместе со взрослым. ***«Топ-топ»*** **Дели:** стимулирование подражания взрослому; развитие умения действовать по речевой инструкции; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель вместе с детьми топает ногами, изменяя ритм в соответствии с текстом стихотворения: Ай, деточка, Попляши! Твои ножки Хороши! Левая — смелая. Правая — упрямая. Левая — первая, Топы-топы. А вторая — правая, Топ-топ. ***«Солнечные зайчики»*** ***Цели:*** вызвать интерес к действиям взрослого; стимулировать положительные эмоции. ***Материал:*** зеркальце. *Ход* Воспитатель пускает солнечные зайчики и читает стихотворение, побуждая детей выполнять соответствующие действия: Солнечные зайчики Играют на стене. Помани их пальчиком — Пусть бегут к тебе!	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Август

День недели	Название игры, цель Инструкция	Примечания

Понедельник	***«Зайки»*** ***Цель:*** развивать умение выполнять одновременно одинаковые действия по инструкции взрослого, подражать ровесникам. ***Материал:*** игрушечный заяц. ***Ход*** Воспитатель привлекает внимание детей к игрушке, читает стихотворение и побуждает детей вместе выполнять действия: По лесной лужайке Разбежались зайки. Вот какие зайки, Зайки-побегайки! Сели зайчики в кружок, Роют лапкой корешок. Вот какие зайки, Зайки-побегайки! ***«Разноцветные клубочки»*** ***Цели:*** развивать умение выполнять одновременно одинаковые действия и достигать общего результата. ***Материал:*** корзина с разноцветными клубочками. ***Ход*** Воспитатель показывает детям корзину и произносит слова: Разноцветные клубочки укатились от ребят. (Высыпает клубочки.) Будем мы сейчас клубочки Все в корзинку собирать. *(Подходит к каждому ребенку по очереди и обращается к нему.)* Ты клубочек отыщи и в корзинку положи. Когда клубочки собраны, воспитатель показывает детям полную корзинку и говорит: «Все дети собирали. Много разноцветных клубочков». ***«Колечки»*** ***Цели:*** развивать интерес к действиям сверстников, желание демонстрировать им свои умения. ***Материал:*** ленты с колечками, скатанные в рулоны и уложенные в коробку колечками вверх. ***Ход*** Воспитатель привлекает внимание детей к коробке, читает стихотворение и побуждает детей вместе выполнять действия: За колечко потяни, свою ленту разверни, Яркой лентой помаши, всем ребятам покажи. Каждый ребенок достает ленту и свободно играет с ней. ***«Прятки»*** ***Цели:*** вызывать интерес к игрушкам; стимулировать совместные действия с ними, действия по подражанию и по инструкции взрослого. ***Материал:*** кукла. ***Ход*** Воспитатель читает стихотворение и выполняет действия, вызывая ответные. Спрячу куклу Машу, Спрячу куклу нашу, Оля *(имя ребенка заменяется)* к куколке пойдет, Оля куколку найдет. С куклой Машей Оленька попляшет. Хлопаем в ладошки — Пусть попляшут ножки. Воспитатель побуждает детей самостоятельно выполнять действия.	+ Участие в общем празднике «До свидания, лето!» Игры с песком, водой, прищепками. Рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Вторник	***«Будем спать»*** ***Цели:*** учить ориентироваться в нескольких игрушках; подражать действиям взрослого; действовать по инструкции. ***Материал:*** игрушки: собачка, корова, петух. ***Ход*** Воспитатель ставит игрушки рядом и читает стихотворение, побуждая детей выполнять действия сначала совместно, а потом самостоятельно: Ай, бай-бай, Ты, собачка, не лай! Ты, корова, не мычи! Ты, петух, не кричи! Показывать пальчиком на игрушки и грозить им. После каждой строчки воспитатель произносит соответствующее звукоподражание. ***Пальчиковая игра «Осьминожки»*** На внешней стороне ладони педагога изображается личико (глаза, носик, рот). Опустив пальцы вниз, получаем осьминога. По инструкции дети активно двигают пальчиками, изображая щупальца осьминога и приговаривая: «Осьминожек, осьминожек, у тебя так много ножек» (важно побуждать детей повторять за педагогом). ***«Узоры на песке»*** Взрослый, в верхней части песочницы пальцем рисует различные фигуры (волнистые дорожки, заборчики, лесенку, баранку, солнышко и пр.). Потом, управляя рукой ребенка, взрослый повторяет нарисованный узор в нижней части песочницы. Далее, дети, самостоятельно рисуют узоры на песке. ***«Рыбаки и рыбки»*** Емкость с водой заполняется разноцветными деревянными или пластиковыми шариками (это рыбки). Детям (это рыбаки) выдаются стакан и большая пластиковая ложка (это удочка). Необходимо самостоятельно вылавливать шарики из воды ложкой и складывать их в стакан.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Среда	***Пальчиковая игра «Рыбка»*** Рыбка плавает в водичке, Соединяем ладошки в хлопке, Рыбке весело играть. одна ладошки снизу, другая сверху. Рыбка, рыбка-озорница, Округляем ладошки. Мы хотим тебя поймать. Рыбка спинку изогнула, Ладошки «открываются». крошку хлебную взяла. Рыбка хвостиком махнула, Взмах ладонями от себя. Рыбка быстро уплыла. Прячем руки за спину. ***«Зайка серенький сидит!»*** Зайка серенький сидит — Взрослый садится. И ушами шевелит. — Взрослый подносит пальцы к голове, шевелит ими, поворачиваясь вправо и влево. Вот так, вот так Он ушами шевелит — Дети подражают движениям взрослого и повторяют за ним слова. Зайке холодно сидеть, Надо лапочки погреть. Вот так, вот так, Надо лапочки погреть! — Взрослый и дети хлопают в ладоши и повторяют две последние строчки. Зайке холодно стоять, Надо зайке поскакать. Вот так, вот так, Надо зайке поскакать! — Взрослый и дети хлопают в ладоши и повторяют две последние строчки. Зайку волк испугал! — Взрослый рычит! Зайка тут же убежал! — Дети разбегаются врассыпную. ***«Найди прищепку»*** Предлагается нацепить прищепки на одежду малышей, так чтобы они смогли без труда до них дотянуться. Детей побуждают найти на себе прищепки и постараться снять их, можно предложить снимать прищепки названных цветов. Дополнить игру можно складыванием прищепок в прозрачные, пластиковые баночки - это тоже очень нравится детям. По окончании игры малышам предлагают внимательно рассмотреть прищепку, представить, что это крокодильчик, который открывает ротик, и потренироваться в открывании. ***«Тучки»*** К детям приплывают разноцветные тучки (поролоновые губки округлой формы), которые они погружают в воду, надавливают на них, напитывая водой, потом вынимают и отжимают, изображая дождь.	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Четверг	***«Покажи отгадку»*** **Мордочка усатая, Шубка полосатая, Часто умывается, А с водой не знается.** — Кошка **Хвост пушистый, шерсть ярка, И коварна, и хитра. Знают звери все в лесу Ярко-рыжую…** — Лиса **Он в дупло засунул лапу. И давай рычать, реветь. Ох, какой же ты сластена, Косолапенький…** — Медведь **Заворчу, заурчу, В небеса улечу.** — Самолет **Летом в болоте вы ее найдете Зеленая квакушка - Кто это?** — Лягушка **Кто зимой холодной, Бродит по лесу голодный?** — Волк ***«Мы ногами топ!»*** **Мы ногами топ-топ-топ** — Дети вместе со взрослыми ходят и топают. **А в ладошки хлоп-хлоп-хлоп. Ай да малыши! Ай да крепыши!** — Высоко поднимая ладоши, хлопают. **По дорожке мы шагаем** — Идут за воспитателем. **И в ладоши ударяем.** — Хлопают в ладоши. **Топ-топ, ножки, топ!** — Стоя на месте, топают ногами. **Хлоп-хлоп, ручки, хлоп!** — Хлопают руками. **Ай да малыши! Ай да крепыши!** — Руки на пояс – кружатся. ***"Пропавшие ручки"*** **У меня пропали ручки** — Спрятать руки за спину. **Где вы, рученьки мои?** — Посмотреть по сторонам, ища потерянные руки. **1,2,3,4,5 – покажитесь мне опять.** — Показать руки. **У меня пропали ножки. Где Вы ноженьки мои?** — Спрятать ноги, поджав их под себя и сев на них. **1,2,3,4,5 – покажитесь мне опять.** — Встать на ноги. ***«Ку-ку»*** Цели: установление положительных эмоциональных контактов детей со взрослым; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Взрослый читает стихотворение ***(имя ребенка заменяется)*** и выполняет действия, дети повторяют: Тю-тю! Нету Любушки, Любушки-голубушки! Ой да нет ее нигде! Мы искать ее пойдем И найдем,найдем, найдем!	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

Пятница	***«Мельница»*** Дуйте, дуйте, ветры, в поле, — Ребенок сидит на коленях у мамы спиной к ней. Тянется звук «у», и мама дует на шейку ребенка. Чтобы мельницы мололи, — Сначала мама совершает круговые движения с одной рукой малыша, затем с другой. Чтобы завтра из муки испекли нам пирожки. — Имитация лепки пирожков (ладони ребенка соединяются). ***«Прятки»*** ***Цели:*** вызывать интерес к игрушкам; стимулировать совместные действия с ними, действия по подражанию и по инструкции взрослого. ***Материал:*** кукла. ***Ход*** Воспитатель читает стихотворение и выполняет действия, вызывая ответные. Спрячу куклу Машу, Спрячу куклу нашу, Оля *(имя ребенка заменяется)* к куколке пойдет, Оля куколку найдет. С куклой Машей Оленька попляшет. Хлопаем в ладошки — Пусть попляшут ножки. Действия сначала выполняет воспитатель вместе с ребенком, побуждая его словами «иди», «ищи», «пляши». А потом побуждает ребенка самостоятельно выполнять действия. ***«Пичужки»*** ***Цели:*** стимулирование подражания взрослому; развитие умения действовать по речевой инструкции; снятие эмоционального напряжения. ***Ход*** Воспитатель вместе с детьми размахивает руками, изменяя движения в соответствии с текстом стихотворения: Тюшки-тютюшки, На горе пичужки. На гору Ванюшка — Ух-ух-ух! От него пичужка — Фыр-фыр-фыр, Улетела! ***«Дождик»*** ***Цели:*** стимулировать подражание действиям взрослого; вызывать спонтанные движения для профилактики отрицательных эмоций и снятия напряжения. **Ход** Взрослый выполняет вместе с детьми действия и читает стихотворение: Дождик, дождик, кап-кап-кап! Мокрые дорожки. *(Пальчиком одной руки ребенка тычем в ладошку другой.)* Нам нельзя идти гулять — Мы промочим ножки. *{Ребенок топает ножками.)*	+ Игры с песком, рисование на песке, подвижные игры по плану воспитателей

5.2. Методическая разработка адаптационных игр для детей дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ.

К программе по адаптации детей раннего дошкольного возраста (1,6-3 лет) и дошкольного возраста (3-7 лет) к условиям пребывания в ДОУ «В детский сад без слёз».

Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день. Также следует создавать условия для самостоятельных упражнений: предлагать детям кубики, машинки, мячи и т.д. Основными средствами работы служат разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, песенки, стишки, «ладушки» и «догонялки». Они быстро вовлекают детей в свой ритм, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В таких играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно преодолевают внутренний барьер и идут на контакт.

	Направление Название игры	Описание
	Игры, направленные на формирование групповой сплоченности	
1	**«Давайте, познакомимся!»**	Дети с педагогом становятся в круг. Ведущий держит мяч, ребенок называет свое имя и имя того, кому бросает мяч. Названный ребенок ловит мяч, называет имя и имя следующего участника игры. Дети с удовольствием играют в эту игру, но ее можно разнообразить: вместо мяча передавать игрушку (самую красивую) или предложить детям приветствовать друг друга по имени.
2	**«Раздувайся, пузырь!»**	Дети с педагогом создают тесный кружок – это «сдутый» пузырь. Все начинают его «надувать»: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом «вдувании» делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки, идут по кругу со словами: Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, Оставайся такой, да не лопайся! Получается большой растянутый круг. Затем ведущий (сначала педагог, а позже – кто-то из детей) говорит: «Хлоп!» — пузырь лопнул. Все должны разбежаться по комнате (разлетелись).
3	**«Гусеница»**	Дети встают друг за другом и держатся за плечи. В таком положении они преодолевают следующие препятствия: подняться и сойти со стула, проползти под столами, обогнуть «широкое озеро», пробраться через «дремучий лес», спрятаться от «диких животных».
4	**«Медведи»**	Ведущий (сначала это может быть игрушка, затем ребенок) догоняет детей, разбегающихся по комнате. Те, до кого дотронулся ведущий, берутся за руки и образуют «цепочку». Затем ловят «цепочкой» «медведей».
	Игры и упражнения для стабилизации эмоционального состояния Игры с песком	
5	**Отпечатки наших рук**	Поверхность песка ровная; песок влажный. Ребенок и педагог по очереди делают отпечатки кистей рук – то внутренней, то внешней сторонами. Необходимо слегка вдавливать руку в песок, прислушиваться к своим ощущениям. Песок прохладный или теплый, сухой или мокрый, когда двигаем руками по песку – чувствуем маленькие песчинки.

6	**Отпечатки**	Отпечатки кулачков, костяшек пальцев: Задание – найти сходство со знакомыми предметами (цветок, солнышко, ежик).
7	**Скольжение ладонями**	Скользить ладонями по поверхности песка: Задание – показать, как едет машина, ползет змея, карусель, зигзагообразные и круговые движения.
	Игры для налаживания контакта с ребенком	
8	**«Дай ручку!»**	Педагог подходит к ребенку и протягивает ему руку: «Давай здороваться. Дай ручку!» Чтобы не испугать ребенка, не следует проявлять излишнюю напористость: не подходите слишком близко, слова обращения к ребенку произносите негромким, спокойным голосом.
9	**«Привет! Пока!»**	Педагог подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь. «Привет! Привет!» Затем предлагает ребенку ответить на приветствие. «Давай здороваться. Помаши ручкой! Привет!» При прощании игра повторяется — педагог машет рукой. «Пока! Пока!», «Помаши ручкой на прощание. Пока!» Этот ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце занятия. Постепенно ребенок станет проявлять больше инициативы, научится приветствовать педагога при встрече и прощании самостоятельно.
10	**«Коготки-царапки»**	Педагог читает стихотворение и изображает котенка: У белого котенка мягкие лапки (поглаживает одной рукой другую). Но на каждой лапке коготки-царапки (сжимает и разжимает пальцы)! Затем предлагает ребенку изобразить котенка. После того, как ребенок научится изображать котенка, можно предложить игру в паре: педагог сначала гладит руку ребенка, затем делает вид, что хочет поцарапать ее «коготками» (в этот момент ребенок может быстро убирать руки). Затем педагог и ребенок меняются ролями: ребенок сначала гладит руку педагога, затем «выпускает коготки» и пытается легонько царапнуть.
	Игры на снятие эмоционального и мышечного напряжения	
11	**«Кленовые листочки»**	Педагог включает спокойную музыку и каждому ребенку раздает кленовые листочки. Говорятся такие слова: Представьте, что вы-кленовые листочки. Пришла осень, ветер сорвал листочки с деревьев, и они закружились в воздухе. Покажите, как танцуют листочки на ветру. Дети, изображая полет листьев, кружатся под музыку. Листопад, листопад (кружатся, изображая листочки), листья желтые летят (подбрасывают листочки вверх). Под ногой шуршат, шуршат (ходят по листочкам), скоро станет голым сад (ложатся на пол и слушают музыку).
12	**«Поезд»**	Педагог предлагает поиграть в «поезд»: «Я – паровоз, а вы вагончики». Дети встают в колонну друг за другом,

		держась за впереди стоящего. «Поехали»: «Чу-чу-чу». Воспитатель ведет поезд в разных направлениях, потом замедляет ход, останавливается и говорит: «Остановка».
13	**«Догонялки»**	Воспитатель побуждает детей убегать от куклы, прятаться за ширму, кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: «Вот мои ребятки». Вариант: игра с мишкой.
14	**«Чертим разные фигуры»**	Педагог садится с ребенком за стол. Ребенок рисует различные фигуры, проводит зигзагообразные линии. Воспитатель каждый раз повторяет: «Какая хорошая получилась картинка».
15	**«Зайка»**	Дети, взявшись за руки, вместе с воспитателем ходят по кругу. Один ребенок – «зайка» — сидит в кругу на стуле («спит»). Педагог поет песенку: «Зайка, зайка, что с тобой? Ты сидишь совсем больной. Ты не хочешь поиграть. С нами вместе поплясать. Зайка, зайка, попляши и другого отыщи». После этих слов дети останавливаются и хлопают в ладоши. «Зайка» встает и выбирает ребенка, называя его по имени, а сам встает в круг. Игра повторяется.
	Для установления контакта со взрослыми	
16	**«Иди ко мне»**	Взрослый отходит на несколько шагов и манит ребёнка к себе ласковым окликом, а когда тот подходит — обнимает и хвалит.
17	**«Ку-ку!»**	Взрослый прячет лицо и неожиданно «появляется» (ку-ку), чем вызывает у ребенка восторг и укрепляет эмоциональную связь.
18	**«Пришёл Петрушка»**	В гости приходит игрушка (Петрушка), приносит различные спортивные игрушки, раздаёт их детям, и они все вместе играют.
	Подвижные игры для снятия напряжения	
19	**«Поезд»**	Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего. По команде взрослого «Поехали!» они начинают двигаться, произнося «Чу-чу-чу», затем замедляются и останавливаются.
20	**«Солнышко и дождик»**	Дети идут по кругу и проговаривают: «Смотрит солнышко в окошко, светит в нашу комнату». На сигнал «Дождь идёт, скорей домой!» они убегают под зонтик воспитателя.
21	**«Весёлые лягушата»**	Дети превращаются в лягушат, приседают на свой «листик» из бумаги, перепрыгивают с лис тика на листик. Когда появляется «птица» — убегают в «домики» – на стульчики.
	Музыкально-ритмические игры	
22	**«Раздувайся, пузырь!»**	Дети встают в тесный кружок (это «сдутый» пузырь) и, произнося слова, постепенно расширяют его.
23	**«У жирафов»**	Под весёлую музыку дети хлопают по всему телу, называя части тела, как в песенке.

	Игры на сенсорные и тактильные ощущения	
24	**«Чертим разные фигуры»**	Воспитатель рисует на бумаге круг, затем даёт ребёнку карандаш и помогает водить им по бумаге, чтобы получился такой же рисунок. В конце хвалит за результат.
25	**«Чудесный мешочек»**	В мешочке лежат разные приятные на ощупь предметы. Ребёнок на ощупь угадывает, что это, что развивает тактильное восприятие и успокаивает.

VI. Методическое обеспечение

1. Афонькина Ю.А. "Психолого-педагогическое сопровождение в ДОУ развития ребенка раннего возраста", Москва, Издательство "Аркти", 2010.

2. Белкина Л.В. «Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ», Воронеж, Издательство «Учитель», 2006.

3. Веракса А.Н., Гуторова М.Ф. «Практический психолог в детском саду» ", Москва, Издательство "Мозаика-Синтез", 2014.

4. Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильевой М.А.
Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы", Москва, Издательство "Мозаика-Синтез", 2014.

5. Веракса Н.Е, Комарова Т.С, Васильева М.А. «Диагностика психического развития ребенка. Младенческий и ранний возраст», Москва, Издательство "Мозаика-Синтез", 2014.

6. Галой Н.Ю. «Игровые сеансы с детьми раннего возраста», Волгоград, Издательство «Учитель», 2015.

7. Лапина И.В. «Адаптация детей при поступлении в детский сад», Волгоград, Издательство «Учитель», 2009.

8. Лютова Е.К., Монина Г.Б. "Тренинг общения с ребенком в период раннего детства", Санкт-Петербург, Издательство "Речь", 2005.

9. Макарычева Н.В. «Проблемы раннего детства», Москва, Издательство «Аркти», 2005.

10. Махмутова Н.Н. «Адаптация к детскому саду без проблем. Практическое руководство для родителей», Москва, Издательство «Эксмо», Издательский бренд БОМБОРА, 2024 г.

11. Роньжина А.С. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению», Москва, Издательство «Книголюб», 2020.

12. Роньжина А.С., Корепанова М.В., Харлампова Е.В. «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению», Москва, ООО «Национальный книжный центр», 2015.

13. Севостьянова Е.О. «Дружная семейка», Москва, Издательство «Сфера», 2005.

14. Шитова Е.В. "Работа с родителями. В помощь психологу ДОУ", Волгоград, Издательство "Учитель", 2008.