

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Полярные Зори «Детский сад № 3»

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» августа 20 23 г.
Протокол № 1

Утверждена приказом
заведующего МАДОУ № 3
от «30» августа 20 23 г. № 5

ПАРЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«СЧАСТЛИВЫЙ МАЛЫШ»

Возраст обучающихся 1 – 3 года

Срок реализации 1 год

Составитель
Другова Елена Дмитриевна, педагог - психолог

г. Полярные Зори

2023 год

Содержание Программы

1.	Целевой раздел	3
2.	Содержательный раздел	5
3.	Организационный раздел	8

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Актуальность программы

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

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

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

- ✓ создание благоприятного психологического климата в группе детей;
- ✓ формирование у ребенка положительного отношения к окружающей действительности на основе активной познавательной и игровой деятельности;
- ✓ формирование у детей доверительных взаимоотношений с новым взрослым;
- ✓ помощь каждому из детей в установлении контакта со сверстниками с учетом возрастных и индивидуальных возможностей;
- ✓ помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в новых жизненных обстоятельствах, с другими родителями и детьми, с сотрудниками детского сада.

Психологическая характеристика процесса адаптации детей к ДОО

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

Адаптацию необходимо рассматривать не как пассивное приспособление к меняющимся условиям, а как процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в меняющихся условиях и сохранения своего психофизического благополучия.

Адаптация направлена на поддержание равновесия организма и среды в новых для ребенка условиях. Изменения, происходящие в процессе адаптации, затрагивают все уровни организма и психики. Поэтому все адаптационные возможности и адаптационные изменения необходимо рассматривать на трех уровнях: психофизиологическом, индивидуально - психологическом и социально-психологическом.

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

Однако при неверной оценке поведенческих реакций ребенка и последующих ошибочных воспитательных воздействиях взрослого такое деструктивное поведение ребенка может привести к формированию патологических черт характера. У тормозимых, боязливых детей первым является депрессивный этап. Активный протест проявляется с отсрочкой - в домашней обстановке.

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

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

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

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

Планируемые результаты освоения Программы

Для детей:

- положительная адаптация к условиям детского сада;
- сформированные навыки взаимодействия детей раннего возраста со взрослыми и сверстниками;
- созданы благополучные условия для психического здоровья ребенка;
- сформированы начальные формы произвольного поведения;
- развиты игровые навыки.

Для родителей:

- положительное эмоционально-личностное отношение к детскому саду;
- стремление к сотрудничеству с педагогами и администрацией ДОО;
- повышение уровня психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам детского развития, воспитания, обучения;
- осознанное отношение родителей к полноценному личностному развитию детей раннего возраста.

Для воспитателей:

- тесное взаимодействие со специалистами детского сада в решении проблем адаптации детей;
- повышение уровня компетентности воспитателей в организации адаптационного периода.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы может быть в форме:

1. для родителей – анкеты, направленные на оценку адаптированности детей к условиям ДООУ и взаимодействия детского сада и семьи, тест на оценку знаний о развитии, воспитании и обучении детей раннего возраста;

2. для детей – оценка адаптационного листа, на выявление степени адаптации к дошкольному образовательному учреждению (диагностика проводится в первую и последнюю неделю реализации программы);

3. для педагогов – тест на оценку знаний о развитии, воспитании и обучении детей раннего возраста; лист наблюдений за педагогической деятельностью воспитателей в период реализации программы, а также проведение семинаров, круглых столов по обмену опытом, публикаций и т.д.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Этапы работы по программе.

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

1 этап: подготовительный

Цель - изучение факторов риска, прогнозирование хода адаптации детей, разработка мер поддержки. Предполагает мероприятия по повышению профессиональной компетентности педагогов, психологическое просвещение родителей, сбор информации о детях.

2 этап: основной

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

3 этап: заключительный

Цель - анализ хода процесса адаптации детей к условиям ДООУ, формулировка выводов.

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

I этап: подготовительный (август - сентябрь):

- 1) выступление на родительском собрании (март) на тему: «Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ»;
- 2) первичная диагностика с целью определения сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов дезадаптации, адаптационных возможностей;
- 3) определение прогноза течения адаптации;
- 4) участие совместно с администрацией ДОУ в составлении подвижного графика поступления детей в группу;
- 5) участие в комплектовании групп;
- 6) разработка мер психолого-педагогической поддержки детей в период адаптации на основе выявленных индивидуальных особенностей;
- 7) разработка карты индивидуального сопровождения ребенка в адаптационный период;
- 8) создание информационной папки «Адаптация к ДОУ: советы психолога»;
- 9) создание памятки «Как подготовить ребенка к детскому саду»;
- 10) консультация для воспитателей «Степень адаптации детей к условиям детского сада»;
- 11) помощь педагогам в организации образовательного пространства с учетом адаптационного процесса.
- 12) работа с новинками литературы;
- 13) информационный обмен.

II этап: основной (сентябрь – март):

- 1) систематически наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса;
- 2) осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: заполнение листов адаптации;
- 3) конкретизация группы адаптации ребенка;
- 4) корректировка мер психолого-педагогического сопровождения;
- 5) разнообразная индивидуальная совместная деятельность с детьми «группы риска» с целью торможения негативных эмоциональных состояний, формирования чувства доверия к новым взрослым и сверстникам;
- 6) реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения, формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.
- 7) индивидуальное консультирование родителей и педагогов по запросу или инициативе психолога;
- 8) групповые встречи с родителями «В гостях у Танюшки»;
- 9) психологическое просвещение (выступления на родительских собраниях; стендовая информация в уголках групп).

III этап: заключительный (апрель – май):

- 1) наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения;
- 2) анализ течения процесса адаптации детей ДОУ (данные «Листов адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса;
- 3) анализ причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных детей;
- 4) индивидуальные консультации для родителей детей с признаками дезадаптации к ДОУ.

**Перспективное планирование занятий
по профилактике дезадаптации детей раннего возраста**

№	Тема занятия	Цель занятия	Материалы
1	«Божья коровка»	<ul style="list-style-type: none"> - создание положительного эмоционального настроения в группе; - развитие умения действовать соответственно правилам игры; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле; - развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов); - развитие внимания, речи и воображения. 	игрушечная божья коровка, большие и маленькие машинки, матрешки, куклы, кубики и т.п.
2	«Листопад»	<ul style="list-style-type: none"> - создание атмосферы эмоциональной безопасности; - снятие эмоционального и мышечного напряжения; - снижение импульсивности, повышенной двигательной активности; - развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп; - развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакций; - развитие речи; воображения, творческих способностей. 	большой зонт; магнитофон, кассета с записью шума дождя, кассета с записью медленной спокойной музыки; два кленовых листа (для каждого ребенка)
3	«Мячик»	<ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы, - развитие умения взаимодействовать со сверстниками; - повышение эмоционального тонуса; - развитие чувства ритма, координации движений; - развитие ориентации в пространстве; - обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов; - развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения. 	большой мяч; матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине)
4	«Прогулки в осенний лес»	<ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы, развитие эмпатии; - развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию; - снижение излишней двигательной активности; - обучение различению цветов, 	картина или фотография «Осенний лес»; игрушечный ежик; игрушки (куклы бибабо): лиса, волк, медведь; красный, желтый и зеленый кленовые листья

		<p>соотнесению предметов по цвету;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей; - развитие общей моторики; - развитие памяти, речи и воображения/ 	(для каждого ребенка); красная, желтая и зеленая корзинки
5	«Веселый Петрушка»	<ul style="list-style-type: none"> - развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха; - закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка, мальчик); - закрепление пространственных представлений («верх», «низ»); - развитие общей и мелкой моторики; - развитие восприятия, речи и воображения. 	игрушки разного цвета; мягкая игрушка или кукла (для каждого ребенка)
6	«Мячики»	<ul style="list-style-type: none"> - развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт; друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера); - снятие эмоционального и мышечного напряжения; - развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха; - развитие ориентации в собственном теле; - развитие общей и мелкой моторики; - развитие зрительного восприятия, речи и воображения 	большой красный мяч и маленький синий мячик; мячи среднего размера (для каждой пары детей); магнитофон, кассета с записью спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии
7	«Зайка»	<ul style="list-style-type: none"> - создание положительного эмоционального настроения в группе; - развитие умения подражать движениям взрослого; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики; - развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; - снижение излишней двигательной активности, импульсивности; - развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения 	мягкие игрушки: заяц и лиса; Магнитофон, запись веселой плясовой музыки; Матерчатый мешочек с набором овощей

8	«Мыльные пузыри»	<ul style="list-style-type: none"> - создание положительного эмоционального настроения; - развитие умения подражать движениям взрослого; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики; - развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; - снижение излишней двигательной активности, импульсивности; - развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения. 	<p>набор для выдувания мыльных пузырей;</p> <p>магнитофон, кассета с записью плавной мелодии; мячи; мячи для подскоков</p>
9	«Мишка»	<ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы, развитие эмпатии; - снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности; - развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики; - развитие внимания, речи и воображения. 	<p>игрушечный медвежонок;</p> <p>магнитофон, запись пения птиц</p>
10	«Непослушные мышата»	<ul style="list-style-type: none"> - преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет; - формирование положительной самооценки; - развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм; - развитие слухового внимания, быстроты реакции; - развитие общей и мелкой моторики; - развитие чувства юмора, речи и воображения. 	<p>игрушечная мышка;</p> <p>розовый и черный косметические карандаши;</p> <p>большие игрушечные часы;</p> <p>магнитофон, кассета с записью плясовой музыки</p>
11	«Колобок»	<ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества; - снятие страхов перед сказочными героями; - развитие общей и мелкой моторики, координации движений; - развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного); - развитие пространственных представлений; - развитие внимания, речи и воображения. 	<p>куклы бибабо (персонажи сказки «Приключения Колобка»);</p> <p>матерчатый мешочек;</p> <p>фрукт и овощ; пластилиновый шарик (для каждого ребенка);</p> <p>дидактический набор</p>

			«Мисочки»; деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик (соразмерные по величине)
12	«Котята»	<ul style="list-style-type: none"> - формирование положительной самооценки; - развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга; - снятие мышечного напряжения; - развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость); - развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки; - развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле; - развитие пространственных представлений; - развитие внимания, речи и воображения 	магнитофон, кассета «Голоса животных и птиц»; желтые, красные, синие, зеленые бабочки размером с детскую ладошку (по количеству детей); игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цвета

Каждое занятие проводится дважды с усложнением содержания в зависимости от степени адаптации детей.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Технология психологической поддержки детей в адаптационный период

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

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

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

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

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

Как правило, занятие начинается с упражнений, требующих согласованности действий

всей группы. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу. В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками. Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями.

Список используемой литературы

1. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. - М.: Книголюб, 2020 (Домодедово: JZPK).- 72 с.
2. Ларечина Е.В. «Развитие эмоциональных отношений матери и ребенка» - СПб. Речь. 2014-160 с.
3. Ребёнок третьего года жизни. Пособие для родителей и педагогов / Под ред. С.Н.Теплюк. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.-256с.
4. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребёнка. Москва: изд. ЛИНКА ПРЕСС, 1993. – 110с.
5. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития. /Т.Н.Доронова, Е.В.Соловьева и др. – М.: Линка-Пресс, 2001.
6. Самые маленькие в детском саду. (Из опыта работы московских педагогов)/Авт.-сост. В. Сотникова. М., ЛИНКА-ПРЕСС. 2005. – 136 с.
7. ТЕРЕМОК