Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение городского округа Королёв Московской области

«Детский сад комбинированного вида №46 «Солнышко»

(МБДОУ «Детский сад №46»)

« Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Детский сад №46»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.И.Широкова

**Программа адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению**

**педагога-психолога**

**Гуляевой Марии Олеговны**

**2019-2020 учебный год.**

г.Королев

**Введение**

В каком бы возрасте ребенок ни пришел в детский сад, поступление в детское учреждение – серьезное стрессовое переживание, которое отражается на его психофизическое состояние. Это нетрудно понять – ведь ломается стереотип жизни, позволяющий ребенку чувствовать себя спокойно и уверенно, так как он успел к нему приспособиться и уже примерно знал, что за чем в течении дня последует и как это будет происходить. Второй чрезвычайный психотравмирующий фактор – разлука с матерью и другими близкими взрослыми, которые заботились о ребенке с рождения. Это порождает ощущение тревоги, неуверенности, незащищенности, к которому часто примешивается чувство покинутости, брошенности.

В адаптационный период дети испытывают длительные эмоционально- отрицательные переживания: страх, тоску, тревожность, ухудшение самочувствия, частую смену настроения, что в свою очередь часто является источником ряда заболеваний. Совершенно непривычно и представляет значительную нагрузку для нервной системы ребенка пребывание среди 15-20 сверстников. Малыш включается в достаточно сложную систему отношений, распределения игрушек и внимания воспитателя, согласования намерений и желаний разных детей. Даже уровень шума в группе поначалу может быть сильным психотравмирующим фактором. Требуется немало времени, чтобы ребенок привык к новому распорядку дня, общению с незнакомыми ему детьми и взрослыми, осознал требования воспитателя.

Практика показывает, что при поступлении в детский сад ежегодно выделяется небольшая группа детей с осложненным течением адаптационного периода. Диагностическое наблюдение, осуществляемое педагогами ДОУ в период адаптации, подтверждает тот факт, что приблизительно у 5-8% малышей отмечаются ярко выраженные проявления тяжелого привыкания к новым условиям.

Чтобы адаптация ребенка к детскому саду была максимально безболезненной, усилия педагогов должны быть сконцентрированы на использовании доступных психолого-педагогических средств для нивелирования симптоматики вновь прибывших малышей.

Основными условиями нормального психического развития ребенка признаются, в первую очередь, спокойная, доброжелательная обстановка, принимающее безусловное поведение педагогов и родителей. Практика подтверждает, что благоприятная психологическая атмосфера; правильно организованный педагогический процесс; здоровосберегающая среда, обеспечивающая потребности ребенка в движении, творчестве, общении; добрый и справедливый педагог, внимательный и чуткий к любым проявлениям ребенка, - условия, обеспечивающие психоэмоциональное благополучие малыша. В связи с этим при сопровождении вновь прибывших в детский сад детей на первый план выдвигается задача улучшения их психоэмоционального благополучия в адаптационный период вспомогательными психолого-педагогическими средствами.

**Пояснительная записка**

Направленность программы по адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению по функциональному предназначению является специальной (организация адаптационного периода детей раннего возраста); по форме организации – групповой; по времени реализации — на период адаптации

**Новизна Программы** состоит в том, что расширено взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи: родители детей раннего возраста имеют возможность получать квалифицированную помощь по развитию и воспитанию детей. К числу наиболее актуальных проблем относятся: разработка и внедрение форм и методов организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения, создание единого благоприятного образовательно-воспитательного пространства ДОУ и семьи, повышение информационной культуры родителей, повышение профессиональной компетенции сотрудников ДОУ по вопросам адаптации детей этого возраста.

Занятия педагога-психолога с детьми проводятся по авторской программе Ронжиной А. С. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению». Игры и упражнения, составляющие основу занятий, способствуют снятию психоэмоционального напряжения, снижению импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов, оптимизации детско-родительских отношений.

**Цель программы**: создание благоприятного воспитательно-образовательного пространства для успешной адаптации детей раннего возраста. Повышение уровня психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах эмоционального развития ребенка.

**Задачи программы**:

1. способствовать скорейшему психологически комфортному привыканию ребенка к новой обстановке;

2. создать адекватные условия для реализации эмоционально насыщенной игровой деятельности;

3. содействовать возникновению у малышей игровой мотивации и положительных эмоциональных реакций;

4. обеспечить консультативно-просветительскую поддержку семей воспитанников в вопросах адаптации детей к условиям детского сада и их вовлечение в образовательную деятельность ДОУ.

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

**Программа по адаптации детей раннего возраста**

**Особенности адаптационного периода**

Адаптация *(социальная)* — процесс взаимодействия личности или социальной группы с социальной средой; включает усвоение норм и ценностей среды в процессе социализации, а также изменение, преобразование среды в соответствии с новыми условиями и целями деятельности. Приспособление организма к новым условиям социального существования, новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальной фазе адаптации, которая может затянуться и перейти в дезадаптацию, что может привести к нарушениям здоровья, поведения и психики ребенка. Чтобы избежать осложнений в начальной фазе адаптации и обеспечить оптимальное ее течение, необходим постепенный переход ребенка из семьи в ДОУ.

Четкая, профессионально слаженная и продуманная работа педагогов, психологов и медиков, благополучный микроклимат в дошкольном учреждении, взаимодействие с родителями — залог оптимального течения адаптации детей раннего возраста к детскому саду. Если родители и сотрудники ДОУ объединят свои усилия и обеспечат малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома, то можно с уверенностью сказать, что произошедшее изменение в жизни ребенка — ему на благо.

Длительность периода адаптации зависит от многих причин: от особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка; от наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы; от состояния здоровья; от резкого контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении; от разницы в методах воспитания.

Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными поведенческими реакциями: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, болезнь, страх наказания.

**Этапы адаптационного периода**

**1 этап** – подготовка родителями и воспитателями ребенка к условиям детского сада.

Готовить ребенка к поступлению в детский сад лучше заранее. Для этого необходимо: с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.

В процессе подготовительного этапа нужно будет уделить внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т. д.

В это же время необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

О поступлении в детский сад следует говорить с ребенком как о желанном, радостном событии. Первое посещение ребенком группы детского сада и первые впечатления

**2 этап** – приход мамы с ребенком в группу детского сада.

Здесь очень важна организация привычного приема и первые впечатления ребенка.

Основная задача мамы в данной ситуации – помочь малышу в создании положительного образа воспитателя. Вначале он держится настороженно, старается подсесть ближе к маме. Не следует торопить его, тормошить. Пусть привыкает. Мама помогает ребенку быстрее освоиться, поддерживает его интерес к окружающему: “Как мне здесь нравится!”, “Какие забавные зверушки сидят за столом!” и т. д. Освоившись, ребенок делает первые попытки пройтись по группе. Его тянет посмотреть, что же интересного делает воспитатель. Мама одобряет такие действия малыша, подбадривает его улыбкой, жестами. Взрослый со своей стороны тоже одобрительно улыбается, и ребенок начинает как бы играть: то приблизится к воспитателю, то побежит назад к маме.

**3 этап** – постепенное привыкание.

Постепенная адаптация может включать несколько периодов.

Первый период: “мы играем только вместе”. На данном этапе воспитатель *(педагог-психолог)* и ребенок представляют собой единое целое. Взрослый является проводником и защитником ребенка. Он побуждает его включаться в новые виды деятельности, и сам активно играет с ним во все игры. Такая стратегия поведения сохраняется до тех пор, пока ребенок не перестанет бояться и не начнет отходить от взрослого.

Второй период: “я играю сам, но ты будь рядом”. Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от взрослого на безопасное расстояние.

Взрослый все еще является опорой и защитой. Ребенок уже может находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними. В случае необходимости воспитатель *(педагог-психолог)* приходит ему на помощь, организует совместные игры.

Третий период: “иди, я немножко поиграю один”. Рано или поздно настает момент, когда малыш сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре. Когда наступает такой момент, взрослый может ненадолго отлучиться. Главным моментом в этой ситуации является то, что педагог-психолог предупреждает ребенка о том, что она ненадолго уйдет и скоро вернется. Важно обратить внимание ребенка на момент возвращения педагога-психолога.

Четвертый период: “мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя”. И, наконец, наступает день, когда малыш соглашается остаться в группе один и спокойно отпускает взрослого. Воспитательница должна поддерживать в нем уверенность, что мама обязательно за ним придет после того, как он поспит и покушает.

**Воспитательные задачи на адаптационный период**:

1. Создать для детей атмосферу психологического комфорта.

2. Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию детей: а) организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий каждому ребенку физический и психический комфорт;

б) формировать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать простейшие навыки самообслуживания;

в) обеспечить понимание детьми смысла выполнения режимных процессов;

г) воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.

3. Закладывать основы будущей личности:

а) воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, инициативность, самостоятельность;

б) закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и привязанность к воспитателю;

в) закладывать основы доброжелательного отношения детей друг к другу.

Для организации успешной адаптации детей раннего возраста, воспитатели, педагог-психолог выбирают разнообразные методы и приемы работы с детьми: развлечения, интересные для детей дидактические игры, подвижные игры, способствующие возникновению положительных эмоций у детей, элементы устного народного творчества. Используют формы организации детей, как в групповой комнате, так и на свежем воздухе.

Основной формой организации детей в адаптационный период является игра, она доступна, привлекательна и органична. Игра способствует сохранению их душевного равновесия, дает ощущение психологического комфорта, доставляет радость и удовольствие. Игровая деятельность носит эмоциональный характер и создает возможность регулирования настроения ребенка.

Также для облегчения адаптации коллектив нашей группы в первые дни рекомендует родителям укороченное пребывание ребенка в детском саду с постепенным увеличением на 1-2 часа в день в зависимости от поведения малыша.

**Блок 1. Работа с воспитателями.**

Взаимодействие педагога –психолога с воспитателями можно условно разделить на три этапа:

1 этап - подготовительный.

Педагог-психолог совместно с воспитателями до прихода детей занимаются подготовкой группы, подборе дидактического материала, игрушек. Также педагог-психолог дает консультации по возрастным особенностям детей, индивидуальных особенностях.

2 этап - практический.

знакомство с детьми, родителями. Беседы педагога психолога по индивидуальным особенностям каждого ребенка, совместное проведение игр, занятий, заполнение адаптационных листов.

3 этап - заключительный.

Анализ листов адаптации, подведение итогов по результатам адаптации детей. Простраивание дальнейшей работы.

**Направления деятельности педагога-психолога**.

1. Консультативная работа, направленная на улучшение работы воспитателя с родителями и информирование об индивидуальных особенностях детей.

2. Психопрофилактическая работа, направленная на профилактику стрессовых состояний воспитанников.

3. Совместная работа по улучшению прохождения детьми адаптационного периода.

Консультация для воспитателей.

1. Проблемы адаптационного периода.

2. Игры в период адаптации.

3. Игры на сплочение детского коллектива.

**Блок 2. Работа с родителями**.

Взаимодействие педагога-психолога с родителями является значимой и весьма продуктивной составляющей всего педагогического процесса в целом. Это, в частности, выражается в общей заинтересованности родителей в сотрудничестве с педагогом-психологом; в их активном участии в различных мероприятиях, проводимых как в традиционных, так и не в традиционных формах; а также в частоте обращений родителей за консультацией по проблемам социально-психологической адаптации и развития дошкольников (трудности детей связанные с общением как со сверстниками, так и со взрослыми; трудности связанные со спецификой возраста, эмоциональные проблемы детей; проблемы связанные с развитием и др.).

Первое знакомство психолога с родителями происходит именно тогда, когда они впервые приводят своих детей в детский сад. И именно в этот момент, то есть с самого начала, важно правильно организовать контакт психолога с родителями, прежде всего, соприкосновение с ними; обосновать значимость совместной деятельности, наметить основные пути, формы и средства взаимодействия.

Работу с родителями условно можно разделить на несколько этапов.

Первый этап – предварительный. Педагог-психолог знакомится с родителями будущих воспитанников и самими малышами. Собирает первичную информацию о ребенке, семье, условиях воспитания, предшествующих поступлению ребенка в сад. С родителями проводится анкетирование, в ходе которого они анализируют *«Готов ли их ребенок посещению детского сада?»*.

Второй этап – ознакомительный.

На первый план выступает взаимодействие с родителями на основе диалога. Педагог психолог встречается с ними на индивидуальных либо групповых консультациях. В ходе беседы собираются данные анамнеза, родители делятся впечатлениями о первых днях посещения детского сада. В это же время, заполняется протокол, в котором педагог-психолог отмечает, как проходит период адаптации, и повлияло ли посещение детского сада на поведение ребенка.

Педагог-психолог консультирует родителей по вопросам формирования навыков самообслуживания, по созданию условий, в которых самостоятельность и автономность малышей в детском саду будет развиваться.

Для родителей готовится информация в родительский уголок и информационные стенды.

На третьем этапе – практическом, взрослых необходимо включать в деятельность образовательного учреждения. Они должны быть не сторонними наблюдателями, а участниками педагогического процесса. После месяца посещения детьми детского сада педагог-психолог проводит родительское собрание, на котором говорит об успешной или не успешной адаптации детей, и дает рекомендации по дальнейшей работе.

Данная система взаимодействия с семьями воспитанников позволяет детям пройти адаптацию более успешно, так как родители получают необходимые знания об особенностях адаптации. А также родителям группы сплотиться, помочь родителям быть более уверенными, менее тревожными.

Цель: амплификация взаимодействия с семьей, для более успешной адаптации ребенка к условиям ДОУ.

Основные задачи:

1. Получение родителями рекомендаций по подготовке детей к посещению детского сада.

2. Психолого – педагогическая помощь родителям, направленная, в частности, на информирование об особенностях развития детей раннего возраста, преодоление кризиса 2-3 лет и т. п.

3. Проведение практических занятий для родителей с детьми в условиях ДОУ для успешной адаптации воспитанников.

Формы работы с родителями:

- групповые и индивидуальные консультации

-родительские собрания

-анкетирование

-памятки

-практические занятия для родителей с детьми (родитель-ребенок-педагог-психолог,

Родительские собрания

№ Родительское собрание «Психологические особенности детей раннего возраста. Организация режима дня и его значение для ребенка. Условия успешной адаптации ребенка к условиям ДОУ».

1. Особенности высшей нервной деятельности детей раннего возраста.

2. Ведущая деятельность, ведущие функции. Достижения раннего возраста.

3. Адаптация. Факторы, от которых зависит течение адаптации. Функциональные возможности системы адаптационных механизмов. Причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ. Время адаптационного периода. Сентябрь Педагог-психолог

«Выработка общей стратегии воспитания и развития ребенка в семье и ДОУ. Результаты адаптации воспитанников первых младших групп».

Объединение усилий семьи и ДОУ. Возможности родителей. Задачи ДОУ. Результаты адаптации. Декабрь Педагог-психолог

Консультации.

Цель консультаций: обеспечить консультативно-просветительскую поддержку семей воспитанников в вопросах воспитания и обучения детей раннего возраста.

Примерные темы:

1. Проблемы адаптационного периода.

2. Кризис 3-х лет.

3. Почему ребенок капризничает?

4. Возрастные особенности детей дошкольного возраста.

5. Как помочь ребенку найти общий язык со сверстниками. и др.

Консультации проводятся также по запросу родителей.

Практические занятия для родителей с детьми адаптационной группы.

Занятия проводятся педагогом-психологом совместно с родителями и ребенком по результатам адаптации. Цель таких занятий помочь родителям в организации образовательного и воспитательного процесса в домашних условиях с учетом возрастных особенностей, интересов, желаний и потребностей ребенка Занятие проводится индивидуально, длительностью 30 минут.

Структура занятия:

-теоретическая часть

-практическая часть

Стендовая информация. Примерные темы:

1. Как подготовить ребенка к детскому саду.

2. Адаптация к детскому саду. Как избежать ошибок.

3. Что воспитывает детский сад?

4. Кризис трех лет.

5. Раннее развитие детей.

6. Как снять напряжение у ребенка после дня в детском саду.

7. Как сделать, чтобы ребенок слушался.

8. Как приучить ребенка к порядку?

9. Как бороться с агрессией у ребенка.

10. Соперничество между братьями и сестрами.

11. Лето… Что делать вместе с ребенком.

**Блок 3. Работа с детьми**.

Работа с детьми проводится в течение первых двух месяцев с периода поступления детей в детский сад. Занятия проводятся на протяжении двух месяцев, два раза в неделю. Они направлены на создание положительного эмоционального настроя воспитанников к условиям ДОУ. (Ронжина А. С. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению».

В основу программы занятий с детьми положены принцип развития и принцип концентричности.

Принцип развития предполагает, что смысл адаптационного периода состоит не в том, чтобы приспособить ребенка к включению в процесс решения дидактических задач, а в том, чтобы в ходе игрового взаимодействия ребенка со взрослым помочь ему в выработке нового способа жизнедеятельности, перестроить его активность в соответствии с условиями общественного воспитания и коллективного обучения, тем самым оказав развивающее влияние на его психику.

Принцип концентричности выражается в том, что программа адаптационного периода в ДОУ для ребенка второго-третьего года жизни построена так, что все ее разделы имеют преемственные цели. Такой подход основан на особенно усвоения знаний и формировании навыков в раннем возрасте, а именно детьми этого возраста.

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

В первые дни прихода малышей в детский сад педагог-психолог, воспитатель создают благоприятную атмосферу, используют следующие формы организации: тактильные игры, игры на подражание, игры с игрушками-забавами, игры-шутки, потешки, стихи сказки

Практические занятия с детьми адаптационной группы НОД

Продолжительность 10 минут

Количество в неделю 2 занятия

Периодичность В неделю В месяц

2 занятия 8 занятий

Занятий всего 15

**Блок 4 Адаптация вновь прибывших детей в разные возрастные группы детского сада.**

Воспитателями и педагогом-психологом также ведется работа для успешной адаптации вновь прибывших детей в любых возрастных группах. Это консультация родителей, индивидуальный подход к ребенку, закаливающие процедуры, проведение игр на сплочение коллектива, игры на социализацию ребенка в группе.

Педагог-психолог наблюдает за тем, как ребенок адаптируется в группе, находит ли общий язык со сверстниками, педагогами. Если возникают трудности, то проводятся занятия на сплочение детского коллектива, на развитие эмоциональной сферы детей.

**Блок 5. Результативность**.

Результат адаптации вновь прибывших детей в разновозрастные группы будет анализироваться с помощью адаптационных листов, которые будут заполняться через неделю посещения ребенком детского сада и через месяц. А также будет анализироваться результат анкетирования родителей.

**Оценка результативности**

1. Анализ адаптационных листов вновь прибывших детей.

2. Анализ анкетирования родителей и воспитателей об успешности адаптации детей в ДОУ.

3. Анализ карт наблюдения.

**Ожидаемые результаты**

1. Успешная адаптация детей раннего возраста.

2. Адаптации вновь прибывших детей в разные возрастные группы к условиям ДОУ.

3. Оптимизация взаимодействия воспитателей и родителей в воспитании детей.

4. Активное усвоение ребенком норм и правил социального поведения соответствующих возрастной норме.