

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 75 КИРОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»
400079, Волгоград, ул. им. Быстрова, 86 а тел (8442)448193, E-mail: dou75@volgadmin.ru

СОГЛАСОВАНО
на Совете МОУ

Протокол № 4 от 08.07.2021

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МОУ детского сада № 75
Деньгова С.А. Деньгова

Приказ № 216 от 08.07.2021

СОГЛАСОВАНО
С учетом мнения родителей
(законных представителей)
Председатель родительского комитета
Бекмухамедова Д.Р. Бекмухамедова

ПРОГРАММА АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОУ

(для детей 5-7 лет)

Срок реализации: до 2 месяцев.

I. Целевой раздел Программы.

1.1. Пояснительная записка.

В настоящее время признан приоритет семейного воспитания детей, однако современные социальные условия вынуждают родителей прибегать к общественным формам воспитания ребенка. Особенности старшего и подготовительного возраста взаимосвязаны с психофизическим развитием. Дети данного возраста отличаются неустойчивостью эмоционального состояния. Разлука с близкими людьми и изменение привычного образа жизни вызывают у детей негативные эмоции и страхи. От того, насколько ребенок подготовлен к переходу из одного знакомого, привычного окружения, где у него сложились отношения в коллективе, есть друзья, привязанности, переход из одного учреждения в другое, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. В дошкольном возрасте проблема сохранения психологического здоровья является наиболее актуальной при вхождении ребенка в образовательную среду при поступлении его в дошкольное учреждение, т.е. в процессе адаптации детей к условиям ДОО.

Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма, а так как адаптивные возможности ребенка в возрасте 5-7 лет ограничены в связи с его возрастными особенностями, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению психофизического темпа развития.

В связи с этим актуальным является осуществление целенаправленной организации процесса привыкания детей к новым условиям дошкольного учреждения, которое способствовало бы адекватному, безболезненному приспособлению детей к новым условиям, сохранению и укреплению их психического здоровья. Возникает потребность в создании и разработке целостного набора средств, приемов и методов, совокупность которых способствовала бы эффективному повышению адаптационных возможностей детей и содействовала снятию стрессового состояния.

Решение вышеупомянутого вопроса легло в основу разработки программы психолого-педагогического сопровождения ребенка в период адаптации к ДОО. Программа по адаптации детей в условиях ДОО (далее – Программа) разработана в соответствии с Законом об образовании в Российской Федерации. Содержание рабочей программы соответствует требованиям ФГОС.

Данная рабочая программа определяет содержание и организацию деятельности психологической службы ДОО по сохранению и укреплению психологического здоровья детей в период адаптации к условиям дошкольного учреждения.

Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима профессиональная помощь семье. В этом отношении активную помощь могли бы предоставить педагоги дошкольного образовательного

учреждения, поскольку обладают определёнными потенциальными возможностями.

Направленность программы по содержанию является социально педагогической; по функциональному предназначению - досуговой, специальной (организация адаптационного периода детей) по форме организации - групповой; по времени реализации— от 2 недель до 2 месяцев.

Новизна программы состоит в том, что расширено взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи: имеют возможность вместе с ребенком посещать детский сад, а также получать квалифицированную помощь по развитию и воспитанию детей.

1.2.Актуальность программы.

Актуальность программы обуславливается тем, что переход от одной системы воспитания к другой, смена окружения требует разработки новых педагогических принципов, методов и технологий работы с детьми, составной частью которых являются разработки системы комплексной помощи сопровождения адаптации ребенка к новому дошкольному учреждению. Несомненная значимость данной проблемы послужила основанием для разработки программы по адаптации детей старшего дошкольного возраста к условиям смены дошкольного образовательного учреждения.

Большинство родителей не обращают внимание на психическое и физическое состояние ребенка при смене окружения, при переезде на новое место жительства и т.д. Программа адаптации детей 5-7 лет в ДОО позволяет восполнить этот пробел. Воспитатели предоставят семье квалифицированные консультации, дадут рекомендации о путях социализации ребенка, для того чтобы облегчить ему безболезненный процесс адаптации, сохранить физическое и психическое здоровье, обеспечит своевременное развитие. Родители получают уникальную возможность осваивать полученные знания на практике под чутким руководством специалистов.

1.3.Цели и задачи Программы.

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

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

1. создание благоприятного психологического климата в группе детей;
2. формирование у ребенка положительного отношения к окружающей действительности на основе активной познавательной и игровой деятельности;
3. формирование у детей доверительных взаимоотношений с новым взрослым;

4. помощь каждому из детей в установлении контакта со сверстниками с учетом возрастных и индивидуальных возможностей;
5. помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в новых жизненных обстоятельствах, с другими родителями и детьми, с сотрудниками детского сада.

1.4. Принципы, положенные в основу Программы.

Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей старшего возраста.

Программа направлена на:

создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Концептуальной основой программы являются следующие принципы:

1. **Принцип гуманизма как основополагающий**
Предполагает отношение к ребенку как к безусловной ценности. Принимая во внимание, что приход ребенка в дошкольное учреждение – ситуация стрессовая, необходимым является проявление максимума терпения, чуткости и доброжелательности со стороны взрослых. Требования должны быть посильными и развивающими.
2. **Принцип природосообразности и индивидуализации**
Предполагает учет возрастных и индивидуальных особенностей детей при организации процесса адаптации: учет индивидуального опыта поведения и общения, потребностей, привычек и т.д. Взрослые выстраивают линию взаимодействия с ребенком, двигаясь, прежде всего, от ребенка.
3. **Принцип развития**
Предполагает, что смысл адаптационного процесса состоит не в том, чтобы приспособить ребенка к включению в процесс решения дидактических задач, а в том, чтобы в ходе игрового взаимодействия ребенка со взрослым помочь ему в выработке нового способа жизнедеятельности, перестроить его активность в соответствии с условиями воспитания и коллективного обучения, тем самым оказав развивающее влияние на его психику. Таким образом, приспособительной концепции адаптации противостоит конструирующая концепция.
4. **Принцип индивидуального подхода в создании специальных условий для деятельности и общения с ребенком**
Предполагает, что взрослые овладевают методами и приемами психолого-педагогического воздействия в зависимости от характера поведения ребенка.
5. **Принцип взаимодействия семьи и дошкольного учреждения**

Акцентирует внимание на повышении роли семейного воспитания в развитии и воспитания ребенка, установлении партнерских отношений «семья - дошкольное учреждение».

1.5. Характеристики особенностей развития детей старшего дошкольного возраста

Старший дошкольный возраст (5-7 лет) является этапом интенсивного психического развития. Именно в этом возрасте происходят прогрессивные изменения во всех сферах, начиная от совершенствования психофизиологических функций и кончая возникновением сложных личностных новообразований. В сфере ощущений отмечается существенное снижение порогов всех видов чувствительности. Повышается дифференцированность восприятия.

Особую роль в развитии восприятия в старшем дошкольном возрасте играет переход от использования предметных образов к сенсорным эталонам — общепринятым представлениям об основных видах каждого свойства. К 6-летнему возрасту развивается четкая избирательность восприятия по отношению к социальным объектам. В дошкольном возрасте внимание носит произвольный характер. Состояние повышенного внимания связано с ориентировкой во внешней среде, с эмоциональным отношением к ней. При этом содержательные особенности внешних впечатлений с возрастом изменяются. Переломный момент в развитии внимания связан с тем, что дети впервые начинают сознательно управлять своим вниманием, направляя и удерживая его на определенных предметах. Для этой цели старший дошкольник использует определенные способы, которые он перенимает у взрослых. Таким образом, возможности этой новой формы внимания — произвольного внимания — к 5-7 годам уже достаточно велики.

В значительной степени этому способствует совершенствование планирующей функции речи, которая является «универсальным средством организации внимания». Речь дает возможность заранее, словесно выделить значимые для определенной задачи предметы, организовать внимание, учитывая характер предстоящей деятельности.

Подобные возрастные закономерности отмечаются и в процессе развития памяти. Память в старшем дошкольном возрасте носит произвольный характер. Ребенок лучше запоминает то, что для него представляет наибольший интерес, дает наилучшие впечатления. Таким образом, объем фиксированного материала во многом определяется эмоциональным отношением к данному предмету или явлению. По сравнению с младшим и средним дошкольным возрастом относительная роль произвольного запоминания у детей 5-7 лет несколько снижается, вместе с тем прочность запоминания возрастает. В старшем дошкольном возрасте ребенок в состоянии воспроизвести полученные впечатления через достаточно длительный срок. Одним из основных достижений старшего дошкольника является развитие произвольного запоминания. Некоторые формы этого

запоминания можно отметить у детей в возрасте 4-5 лет, однако значительного развития оно достигает к 5-7 годам. Во многом этому способствует игровая деятельность, в которой умение запоминать и вовремя воспроизводить необходимые сведения является одним из условий достижения успеха.

Важной особенностью этого возраста является то обстоятельство, что перед ребенком 5-7 лет может быть поставлена цель, направленная на запоминание определенного материала. Наличие такой возможности связано с тем, что ребенок начинает использовать различные приемы, специально предназначенные для повышения эффективности запоминания: повторение, смысловое и ассоциативное связывание материала. Таким образом, к 5-7 годам структура памяти претерпевает существенные изменения, связанные со значительным развитием произвольных форм запоминания и припоминания. Непроизвольная память, не связанная с активным отношением к текущей деятельности, оказывается менее продуктивной, хотя в целом она сохраняет господствующее положение.

Подобное соотношение произвольной и непроизвольной форм памяти отмечается в отношении такой психической функции, как воображение. Большой скачок в его развитии обеспечивает игра, необходимым условием которой является наличие замещающей деятельности и предметов-заместителей. В старшем дошкольном возрасте замещение становится чисто символическим и постепенно начинается переход к действиям с воображаемыми предметами. Формирование воображения находится в непосредственной зависимости от развития речи ребенка. Д.Б. Эльконин отмечал, что «...воображение в этом возрасте расширяет возможности ребенка во взаимодействии с внешней средой, способствует ее усвоению, служит вместе с мышлением средством познания действительности».

Развитие пространственных представлений ребенка к 6-7 годам достигает высокого уровня. Для детей этого возраста характерны попытки провести анализ пространственных ситуаций. Хотя результаты не всегда хорошие, анализ деятельности детей указывает на расчлененность образа пространства с отражением не только предметов, но и их взаимного расположения.

Развитие представлений во многом характеризует процесс формирования мышления, становление которого в этом возрасте в значительной степени связано с совершенствованием возможности оперировать представлениями на произвольном уровне. Эта возможность существенно повышается к шести годам, в связи с усвоением новых способов умственных действий. Формирование новых способов умственных действий в значительной степени опирается на основании определенных действий с внешними предметами, которыми ребенок овладевает в процессе развития и обучения.

Дошкольный возраст представляет наиболее благоприятные возможности для развития различных форм образного мышления. В возрасте 6-7 лет происходит интенсивное формирование и развитие навыков и умений, способствующих изучению детьми внешней среды, анализу свойств

предметов и воздействие на них с целью изменения. Данный уровень умственного развития, т.е. наглядно-действенное мышление, является как бы подготовительным. Он способствует накоплению фактов, сведений об окружающем мире, созданию основы для формирования представлений и понятий. В процессе наглядно-действенного мышления проявляются предпосылки для формирования более сложной формы мышления — наглядно-образного мышления. Оно характеризуется тем, что разрешение проблемной ситуации осуществляется ребенком в русле представлений, без применения практических действий.

К концу дошкольного периода преобладает высшая форма наглядно-образного мышления — наглядно-схематическое мышление. Отражение достижения ребенком этого уровня умственного развития является схематизм детского рисунка, умение использовать при решении задач схематические изображения. Наглядно-схематическое мышление создает большие возможности для освоения внешней среды, будучи средством, для создания ребенком обобщенной модели различных предметов и явлений. Приобретенная черта обобщенного, эта форма мышления остается образной, опирающейся на реальные действия с предметами и их заместителями. В то же время данная форма мышления является основой для образования логического мышления, связанного с использованием и преобразованием понятий.

Таким образом, к 6-7 годам ребенок может подходить к решению проблемной ситуации тремя способами: используя наглядно-действенное, наглядно-образное и логическое мышления. Старший дошкольный возраст следует рассматривать только как период, когда должно начаться интенсивное формирование логического мышления, как бы определяя тем самым ближайшую перспективу умственного развития. Накопление к старшему дошкольному возрасту большого опыта практических действий, достаточный уровень развития восприятия, памяти, воображения и мышления повышают у ребенка чувство уверенности в своих силах. Это выражается в постановке все более разнообразных и сложных целей, достижению которых способствует волевая регуляция поведения.

Ребенок 6-7 лет может стремиться к далекой (в том числе и воображаемой) цели, выдерживая при этом сильное волевое напряжение в течение довольно длительного времени. При выполнении волевых действий значительное место продолжает занимать подражание, хотя оно становится произвольно управляемым. Вместе с тем, все большее значение приобретает словесная инструкция взрослого, побуждая ребенка к определенным действиям.

У старшего дошкольника отчетливо выступает этап предварительной ориентировки. Игра и требует заранее выработать определенную линию своих действий. Поэтому она в значительной степени стимулирует совершенствование способности к волевой регуляции поведения.

В этом возрасте происходят изменения в мотивационной сфере ребенка: формируется система соподчиненных мотивов, придающая общую

направленность поведению старшего дошкольника. Принятие наиболее значимого на данный момент мотива является основой, позволяющей ребенку идти к намеченной цели, оставляя без внимания ситуативно возникающие желания. В этом возрасте одним из наиболее действенных в плане мобилизации волевых усилий мотивов является оценка действий взрослыми.

Необходимо отметить, что к моменту достижения старшего дошкольного возраста происходит интенсивное развитие познавательной мотивации: непосредственная впечатлительность ребенка снижается, в то же время он становится более активным в поиске новой информации. Существенные изменения претерпевает и мотивация к установлению положительного отношения окружающих. Выполнение определенных правил и в более младшем дошкольном возрасте служило для ребенка средством получения одобрения взрослого. Однако в старшем дошкольном возрасте это становится осознанным, а определяющий его мотив — «вписанным» в общую иерархию. Важная роль в этом процессе принадлежит коллективной ролевой игре, являющейся шкалой социальных нормативов, с усвоением которых поведение ребенка строится на основе определенного эмоционального отношения к окружающим или в зависимости от характера ожидаемой реакции. Носителем норм и правил ребенок считает взрослого, однако при определенных условиях в этой роли может выступать и он сам. При этом его активность в отношении соблюдения принятых норм повышается.

Постепенно старший дошкольник усваивает моральные оценки, начинает учитывать, с этой точки зрения, последовательность своих поступков, предвосхищает результат и оценку со стороны взрослого. Дети 6-летнего возраста начинают осознавать особенности своего поведения, а по мере усвоения общепринятых норм и правил использовать их в качестве мерок для оценки себя и окружающих людей. Основой первоначальной самооценки является умение сравнивать себя с другими детьми. Для 6-леток характерна в основном не дифференцированная завышенная самооценка. К 7-летнему возрасту, она дифференцируется и несколько снижается. Появляется отсутствующая ранее оценка сравнения себя с другими сверстниками. Недифференцированность самооценки приводит к тому, что ребенок 6-7 лет рассматривает оценку взрослым результатов отдельного действия как оценку своей личности в целом, поэтому использование порицания и замечаний при обучении детей этого возраста должно быть ограничено. В противном случае у них появляется заниженная самооценка, неверие в свои силы, отрицательное отношение к учению.

Обобщая наиболее важные достижения психического развития ребенка 6-7 лет, можно заключить, что в этом возрасте дети отличаются достаточно высоким уровнем умственного развития, включающим расчлененное восприятие, обобщенные нормы мышления, смысловое запоминание. В это время формируется определенный объем знаний и навыков, интенсивно развивается произвольная форма памяти, мышления, воображения, опираясь

на которые можно побуждать ребенка слушать, рассматривать, запоминать, анализировать. Старший дошкольник умеет согласовывать свои действия со сверстниками, участниками совместных игр или продуктивной деятельности, регулируя свои действия с общественными нормами поведения. Его собственное поведение характеризуется наличием сформированной сферы мотивов и интересов, внутреннего плана действий, способностью к достаточно адекватной оценке результатов собственной деятельности и своих возможностей.

Таким образом, важнейшие достижения, происходящие с ребенком в старшем дошкольном возрасте, способствуют успешному дальнейшему обучению ребенка в школе.

Психологическая характеристика процесса адаптации детей к ДОУ

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

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

Новые условия, характеризующие ДОУ, объединяются в три группы:

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

- знакомство с новым взрослым и необходимость выполнять его требования;
- очень активные, неожиданные или незнакомые ребенку действия взрослого, адресованные ребенку или выполняемые поблизости от него;

2. Условия, связанные с новой организацией среды:

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

3. Условия, связанные с взаимодействием со сверстниками:

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

Для успешной адаптации решающее значение имеют:

- функциональное состояние организма, показателем которого является работоспособность;
- особенности обменных процессов;
- тип нервной системы и темперамента;
- тренированность нервно-психических механизмов, которая достигается постепенным дозированием нагрузок на психику, связанных с новыми впечатлениями;
- психологическое состояние ребенка в момент привыкания к новым условиям, например, стабильность положительных эмоций, чувство защищенности, доверия к окружающим, уверенность в себе и близких людях. Трудности адаптации обычно возникают в случае, если ребенок изолирован от повседневной адаптации к меняющимся условиям. Родители, которые стремятся поддерживать неизменность окружающей обстановки, стремительно устраняя все препятствия, возникающие в жизни и деятельности ребенка, снижают защитные силы психики. Не умея адаптироваться к минимальным изменениям, «изнеженные» дети испытывают серьезные трудности при значительных переменах в их жизнедеятельности.

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

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

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

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

У тормозимых, боязливых детей первым является депрессивный этап.

Активный протест проявляется с отсрочкой – в домашней обстановке. В ДОУ дети внешне выглядят послушными и спокойными, что создает ложное впечатление хорошей адаптации. Дети безучастны к происходящему, пассивны, необщительны, отказываются от игры. Не наблюдается экспрессивных проявлений, недовольства. Попытки взрослого установить контакт с детьми и вовлечь их в совместную деятельность вызывают тревогу, растерянность, которые переходят в беззвучный плач или бесцельное блуждание по групповой комнате. *Второй этап* получил название псевдо адаптации. Дети по-своему приспособляются к психотравмирующей ситуации. В привычной и стабильной обстановке их поведение более адекватное. Общая подавленность иногда, например, на интересных занятиях, сменяется заинтересованностью. Свободная игра протекает в одиночестве, имеет нестойкий, кратковременный

характер. На данном этапе фиксируются и стабилизируются невротические проявления, что выражается в нарастании тревожности, сензитивности, ранимости, пассивной подчиняемости, повышенной зависимости от взрослого. Возникает и усиливается невротическая тревога, проявляясь в ритуальном поведении – приверженности к строгому соблюдению порядка действий, например, при укладывании спать, на прогулке. Глубина депрессии и негативизма уменьшается, но расширяется круг невротических проявлений. Приспособление имеет «болезненный характер». Реакции псевдо адаптации распространяются на другие, не связанные с ДООУ, ситуации.

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

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

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

1.6. Предполагаемые результаты реализации Программы:

1. Безболезненная адаптация к условиям ДООУ.
2. Формирование осознанного отношения родителей к личностному развитию детей старшего дошкольного возраста.
3. Сохранение и укрепление физического и психического развития детей.
4. Повышение уровня педагогической компетентности семьи по вопросам детского развития, воспитания, обучения. Родители, получившие возможность изучить жизнь детского сада изнутри, являющиеся непосредственными участниками педагогического процесса, характеризуются высокой общественной активностью и становятся настоящими помощниками педагогов в деле воспитания, обучения и развития детей.
5. У детей, прошедших постепенную своевременную адаптацию, в дальнейшем отмечается высокая познавательная активность.

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

1. для родителей – анкеты, направленные на оценку взаимодействия детского сада и семьи;
2. для детей – оценка адаптационного листа, на выявление степени адаптации к дошкольному образовательному учреждению;

3. для педагогов – проведение семинаров, круглых столов по обмену опытом, публикаций и т.д.

II. Содержательный раздел Программы.

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

Индивидуальное сопровождение ребенка в период адаптации к ДОО.

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.

2.1. Игра – ведущая деятельность.

Содержание Программы разработано исходя из понимания игры как ведущей деятельности ребенка.

Основными возможными целями игр могут являться:

- развитие навыков общения;
- развитие интеллектуальных способностей;
- приобретение новых навыков
- занятие свободного времени;
- возможность проявления определенных человеческих качеств.

Игровая деятельность несет в себе и возможности эмоционального развития детей, и является психотерапевтическим средством. 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

В соответствии с этим разработаны примерные игры адаптационного периода.

Основная задача игр с детьми в адаптационный период – наладить доверительное отношение с каждым ребенком. Подарить воспитаннику минуты радости, попытаться вызвать у него положительное отношение к детскому саду. Чтобы решить эту задачу, воспитатель должен в игровой форме выразить каждому ребенку свое доброжелательное отношение. Поэтому основной игровой целью, которую воспитатель ставит перед собой, должна быть цель проявить заботу, доброжелательность и внимание к каждому ребенку. («Коршун и наседка», «Я вас в гости приглашу».) Иногда цели общения в игре могут объединяться с практическими целями. Так, если вы играете сюжетно-ролевою игру «Столовая» или «Семья», то, угощая их, обязательно найдите для каждого приветливое слово, выражающее ваше отношение к нему.

В адаптационный период нужны фронтальные игры, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игры всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения.

Игры-занятия в адаптационный период.

Цели: знакомство, сближение детей между собой; знакомство с воспитателем, установление открытых, доверительных отношений; знакомство с помещениями группы; знакомство с детским садом; знакомство с другими педагогами ДОУ.

Правила проведения игр-занятий:

1. дети добровольно участвуют в игре.
2. Взрослый должен быть непосредственным участником игры, причем самым активным, эмоциональным и позитивно настроенным.
3. Игры необходимо повторять многократно.
4. Наглядный материал для игр не должен быть повседневным, обыденным.
5. Не оценивайте детей в игре, дайте им проявить, выразить себя.

«Давайте познакомимся!».

«Карусель».

«Чей голосок?»

«Расскажи стихи руками».

«Найди игрушку».

«Скажите, как его зовут?»

«Найди хозяйку»

«Раз-два-три, беги!»

«Каждой игрушке свое место».

«Что за окном».

А эти игры помогут детям справиться с эмоциональным напряжением:

«Если весело живется...»

«Бабушка Ежка».

«Лиса в курятнике».

«Кто громче?»

«Не боимся мы ката».

«Будь внимателен»».

«Хоровод».

«Ловишки».

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно пальчиковыми играми. Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений. Приведенные ниже игры не только ободряют робкого и развеселят плачущего, но и успокоят слишком расшалившегося, переключат внимание и помогут расслабиться рассерженному, агрессивному ребенку.

«Апельсин».

«Автобус»».

«Мы капусту рубим»».

«Семья».

«1,2,3,4,5 –вышли пальчики гулять».

Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить несколько раз в день. Так же следует создавать условия для самостоятельных упражнений, предлагая брать инвентарь из спортивного уголка.

2.2. Виды образовательной деятельности в период адаптации.

Для выполнения поставленных задач в программе предусмотрены следующие виды деятельности.

- Действия с дидактическим материалом, дидактическими игрушками, предметами – орудиями, строительным материалом.
- Развитие активной и пассивной речи через ознакомление детей с окружающим.
- Развитие детского восприятия через подвижные и музыкальные игры.
- Показ и обыгрывание сказок, детских стихов, сюжетов из реальной жизни с использованием кукольного театра, мягких игрушек и т.д.

Реализация программы предполагает использование следующих средств.

- Просветительская деятельность.
- Мониторинг развития ребенка, педагогической компетентности семьи.
- Создание среды развития ребенка.
- Игровые занятия с детьми при участии родителей.

ООД в период адаптации.

Структура ООД адаптационной группы.

1. Социализация (приветствие детей новых героев, приветствие ласковое, приветствие шутливое и т.д.).
2. Развитие мелкой моторики и сенсорики (мозаика, шнуровки, пазлы, вкладыши (дикие и домашние животные, транспорт, игрушки, овощи, фрукты и др.), предметные картинки, разрезные картинки).
3. Познавательный – речевой компонент.
4. Продуктивная деятельность (конструирование, лепка, аппликация, рисование).
5. Развитие движения/музыкальное развитие.
6. Социализация (прощание).

Структура образовательного процесса.

Педагогический процесс включает следующие направления.

1. Организация игровой деятельности с детьми.
2. Работа консультационного характера для родителей (по запросам семей).
3. Организация досугов, развлечений, праздников.

2.3. Требования к созданию психологического микроклимата и эмоционального фона в группе.

1. Минимальное количество ограничений и запретов, кроме обязательных: не бить кого-либо; не ломать.
2. Предоставление, по возможности, максимальной свободы действий.
3. Обеспечение эмоциональной поддержки ребенка. Выполнение этого требования является условием, при котором у ребенка формируется чувство «безопасности».
4. Создание и представление возможности «выплеска» – то есть таких условий, которые способствуют тонической сбалансированности эмоций.
5. Обеспечение только необходимой актуальной помощи ребенку со стороны взрослого, отсутствие прямого контроля и прямого дидактизма.
6. Отсутствие жесткого оценочного фиксирования деятельности ребенка.
7. Демонстрация положительного эмоционально выраженного отношения к детям.
8. Постоянное внимание по всем аффективным проявлениям ребенка.
9. Превалирование приоритета в системе общения: «ребенок – ребенок» и использование лишь по мере необходимости системы общения «ребенок – взрослый». Это требование обусловлено тем, что потребность в самовыражении и в самоутверждении особенно ярко проявляется в совместной деятельности сверстников, где их одобрение как и осуждение более

эмоционально значимы для ребенка. Сверстник имеет близкие: интересы, общие переживания, одинаковый уровень возможностей.

2.4. Формы работы с родителями в период адаптации.

1. Консультация заведующего детского сада.
Цель: информирование о работе детского сада и группы.
2. Консультация медицинских работников.
Цель: информирование о требованиях к посещению детского сада.
3. Знакомство с воспитателями группы, экскурсия по группе.
Цель: положительный настрой родителей на посещение детского сада, снятие тревожности, информирование о работе группы.
4. Консультация «Как помочь ребенку в период адаптации».
Цель: психологическое просвещение родителей.
5. Анкетирование родителей «Давайте познакомимся».
Цель: изучение особенностей семьи.
6. Включение родителей в педагогический процесс.

2.5. Взаимодействие участников образовательных отношений.

Реализация программных задач осуществляется следующими специалистами.

1. Воспитатель

Обеспечивает формирование индивидуального пакета документов на каждого ребенка: общих сведений о семье (социальный срез, уровень педагогической компетентности, стиль семейного воспитания, анкетирование), адаптационный лист.

Организует консультации для родителей

Обеспечивает непосредственное выполнение программных задач, организуя взаимодействие с детьми.

Ведет просветительскую работу с семьей по вопросам воспитания и обучения детей.

2. Музыкальный руководитель

- Организует работу по музыкальному воспитанию детей.
- Обеспечивает развитие детского восприятия, двигательной сферы.
- Развивает эмоциональную сферу детей, создавая положительный эмоциональный фон.
- Организовывает музыкальные праздники.

В своей деятельности педагоги используют **следующие формы работы:**

- Организация учебно-игровой деятельности с детьми при непосредственном участии родителей;
- Индивидуальная работа с детьми под руководством воспитателя;
- Свободная деятельность ребенка при опосредованном участии педагогов и родителей;
- Консультирование;

- Тренинги взаимодействия родителей с детьми;
- Мониторинг.

III. Организационный раздел Программы.

3.1. Материально-технические условия реализации Программы.

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание Программы, предполагают наличие музыкального зала (совмещенного со спортивным), а также оборудованную площадку на участке группы, кабинет учителя-логопеда, музейная комната.

Из дидактического обеспечения необходимо наличие стандартного для групп, музыкальных залов детского сада оборудования, а также необходимых материалов в музыкальном зале.

Игровое оборудование в группе, в музыкальном зале может быть приготовлено с учётом возрастных особенностей детей и на усмотрение педагогов.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1.

Инструкция по приёму детей в ДОУ во время адаптации.

1. Принимать нового ребенка в часы бодрствования по режиму данного ребенка.
2. Не отпускать родителей, если ребенок сильно плачет, отказывается есть, спать.
3. Укороченный день назначается детям всех возрастов. Время пребывания ребенка в группе увеличивается постепенно в зависимости от поведения ребенка.
4. Разговаривать с ребенком ласково, предупреждать отрицательные эмоции, не давать ребенку много плакать.
5. Первые дни организовывать деятельность ребенка в стороне от других детей до тех пор, пока он сам не проявит интереса и желания играть с другими детьми.
6. В период адаптации стараться «держать» нового ребенка поближе к себе, обращаться к нему чаще, чтобы успокоить и направить его деятельность.
7. Все занятия с новым ребенком проводить индивидуально. В групповые занятия вовлекать его постепенно.

ПРИЛОЖЕНИЕ №2.

Памятка по организации педагогического процесса в период адаптации (для воспитателей и помощников воспитателей).

- Во время адаптационного периода необходимо учитывать все индивидуальные привычки ребенка, даже вредные, и ни в коем случае не перевоспитывать его. Не перевоспитывайте и родителей!
- Необходимо подготовить "полочку любимой игрушки", где будут располагаться вещи, принесенные из дома.
- Взрослому следует чаще ласкать ребенка, особенно во время укладывания на сон: гладить ему ручки, ножки, спинку (это обычно нравится детям). Хороший эффект засыпания дает поглаживание головки ребенка и бровей, при этом рука должна касаться лишь кончиков волос.
- Не мешает уже в первые дни показать ребенку детское учреждение с тем, чтобы дать понять ребенку: его здесь любят.

- В психологически напряженной, стрессовой ситуации помогает переключение на древнюю, сильную пищевую реакцию. Необходимо чаще предлагать ребенку попить, погрызть сухарики.
- Затормаживает отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому ребенку предлагаются игры: нанизывать шарики на шнур, соединять детали конструктора "Лего", играть с мозаикой, игры с водой.
- Периодически включать негромкую, спокойную музыку, но строгая дозировка и определение во время звучания обязательны.
- Лучшее лекарство от стресса – смех. Необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся. Используются игры-забавы, мультфильмы и др.
- Необходимо исключить однообразие жизни детей, т. е. определить тематические дни.
- Исключить интеллектуальные и физические перегрузки.
- Необходимо присматриваться к индивидуальным особенностям ребенка и стараться вовремя понять, что стоит за молчаливостью, спокойствием, пассивностью .
- Непреложное правило – не осуждать опыт ребенка, никогда не жаловаться на него родителям. Все проблемы ребенка становятся для педагога профессиональными проблемами.
- Ежедневно беседовать с родителями, вселять в них уверенность, рассеивать беспокойство и тревогу за своего ребенка.
- Не пугать родителей: «Ваш ребенок ничего не ел!», «Ваш ребенок все время плачет!».
- Воспитатель должен быть всегда эмоциональным, улыбающимся и немного ребенком!
- Помощник воспитателя – главный помощник в период адаптации. Ему необходимо всегда быть рядом с воспитателем, выполнять поручения воспитателя.

Консультация для родителей.

Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду.

С поступлением ребенка в новое дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: режим дня, отсутствие родителей, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много интересного, новый стиль общения, новые взрослые люди - воспитатели.

Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям, таким как капризы, страхи, отказ еды, частые болезни, психическая регрессия.

Адаптация - процесс привыкания к новым условиям жизни.

Мы в состоянии помочь ребенку в этот период. Воспитатели нашего детского сада организуют специальные игры, используют специальные приемы в этот период (рассматривание альбомов «Моя семья», игры с водой и песком, релаксацию, гибкий режим дня и т.д.), но без помощи родителей порой обойтись трудно. А бывает так, что родители сами тревожатся больше ребенка и передают свою тревогу детям.

Поэтому вот несколько советов:

- Заранее познакомьтесь с режимом детского сада и максимально приблизьте к нему домашний режим.
- Легче переносят адаптацию дети общительные, поэтому учите своего ребенка общаться со взрослыми и сверстниками: посещайте с ними детские площадки, играйте в песочницах с другими детьми.
Понаблюдайте, каков ваш ребенок в общении: стеснителен, конфликтен, агрессивен.
- Познакомьтесь заранее с воспитателями групп, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, какие методы поощрения приемлемы для вашего ребенка.
- Дайте ребенку в сад любимую игрушку, но не ругайте его, если вечером он заберет ее грязную или сломанную. Расспросите, что происходило с игрушкой в детском саду, понравилось ли ей, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Так вы многое узнаете, каково вашему ребенку в детском саду.
- Главное: вы должны сами твердо верить, что вашему ребенку в детском саду хорошо, что у него заботливые и добрые воспитатели. Помните, что ребенок остро чувствует все ваши тревоги.
- Никогда не обсуждайте при ребенке «плохих воспитателей». Лучше выскажите претензии самим воспитателям.

Советы родителям.

«Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду?».

До поступления в детский сад:

1. Родители! Помните, что ваш эмоциональный настрой передается детям, поэтому вам необходимы спокойствие, доброжелательность и выдержка.
2. Не обсуждайте детсадовские проблемы в присутствии ребенка - это может привести к излишним негативным переживаниям.
3. Ни в коем случае не пугайте ребенка детским садом: «Вот пойдешь в детский сад, там тебя быстро научат...!». В то же время не идеализируйте дошкольное учреждение, лучше всего расскажите, чем занимаются дети в детском саду.
4. Не обещайте ребенку вознаграждения за посещение детского сада, дайте ему понять, что впереди обычная жизнь, и в ней будет много интересного: новые игры, сказки, друзья.
5. Старайтесь настроить на дружелюбное общение с другими детьми.
6. Заранее познакомьтесь с воспитателями группы, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, о его умениях и навыках.
7. Заранее уточните режим дня в детском саду.
8. Утром поднимайте ребенка так, чтобы у вас было время на спокойные сборы в детский сад.
9. Постарайтесь прийти в детский сад чуть позже, чем все остальные дети.
10. Не забудьте принести в детский сад пакет с запасными вещами, вещей положите побольше, так как в период адаптации некоторые дети теряют имеющиеся навыки. После окончания адаптации навыки восстанавливаются.
11. Если ребенок очень переживает расставание - вы можете побыть с ним некоторое время в группе.
12. Не следует затягивать расставание с ребенком, который уже привык к детскому саду, но сегодня плачет - это может быть просто плохое настроение или желание разжалобить вас. Иначе ребенок может еще больше раскапризничаться. Через некоторое время после вашего ухода ребенок спокойно включится в игру.

Список литературы

- Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / Н.В. Соколовская. – Волгоград: Учитель, 2008. – 188 с.
- Давыдова, О.И. Адаптационные группы в ДОУ: Методическое пособие / О.И. Давыдова, А.А. Майер. – М.: ТЦ «Сфера», 2006. – 128 с.
- Заводчикова, О. Г. Адаптация ребенка в детском саду : взаимодействие дошк. образоват. учреждения и семьи : пособие для воспитателей / О. Г. Заводчикова. - М.: Просвещение, 2007. - 79 с.
- Роньжина, А.С. Занятия психолога с детьми 5 – 7 лет в период адаптации к дошкольному учреждению / А.С. Роньжина. – М.: Книголюб, 2003. – 350 с.

Пронумеровано, прошито,
скреплено печатью на 22
(двадцать два) листах.
Заведующий МДОУ
детский сад № 75
Светлана С.А. Деньгова
«09» 07 2024 г.

