



Принято
Советом педагогов ДОУ
Протокол № 1 от 30.08.2024

Утверждаю
Приказ № 890/01 от 03.09.24
Заведующий МКДОУ №1 «Малыш» г.Кирс

Н.В. Сысолятина



**Программа «МАЛЫШ»
по адаптации ребенка
к дошкольному учреждению**

МКДОУ № 1 «Малыш» г.Кирс

2024-2029гг.

Разработали:
Н.Н.Окулова, старший воспитатель,
Е.А.Мирошина, воспитатель.

1.1 Пояснительная записка

Сведения, полученные в работах Э. Эриксона, Л. С. Выготского, А. Фрейд, К. Хорни, подчеркивают важность правильного воспитания детей с раннего возраста и гуманного к ним отношения. Чтобы формировать такое отношение, воспитывающим взрослым нужно знать особенности тяжелого периода в этом возрасте – особенности адаптации. В период адаптации у ребёнка происходит перестройка ранее сформированных привычек и уклада жизни. Целесообразно учитывать 3 стороны: родители, воспитатели, дети, так как адаптируется каждый из этих сторон. Но все же общая задача педагогов и родителей – помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Совместная подготовка ребенка к посещению детского сада залог успешной адаптации. Адаптация является активным процессом, который приводит или к позитивным, или к негативным результатам. Позитивный результат – адаптированность, то есть совокупность всех полезных изменений организма и психики; негативный – стресс. Построение целостной модели адаптационного периода обуславливает успешность вхождения ребенка в детский сад.

Данная рабочая программа разработана с учетом основных требований к организации и содержанию службы практической психологии в образовании. разработана в соответствии с

- Федеральным законом 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384) https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022>

Программа призвана помочь педагогу дошкольного образовательного учреждения, реализующего основную образовательную программу МКДОУ № 1 «Малыш» г. Кирс и включена в вариативную часть дошкольного образования, формируемую участниками образовательного процесса.

1.2. Цель и задачи Программы

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

Задачи:

1. помочь детям раннего возраста преодолеть стрессовые состояния в период адаптации к дошкольному учреждению;
2. использовать новые организационные способы привлечения родителей к сотрудничеству с детским садом;

3. Оказывать квалифицированную консультативную и практическую помощь родителям и педагогам по уходу за ребенком, проблемам его воспитания, развития и адаптации к ДО;

4. Вырабатывать единый стиль воспитания и общения с ребенком в ДО и семье;

1.3. Особенности адаптационного периода

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупленность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса: острая фаза или период дезадаптации, подострая фаза или собственно адаптация, фаза компенсации или период адаптированности.

1. Острая фаза – у детей отмечаются стойкие нарушения поведения: они прячутся в укромный уголок и сидят в раздевальной комнате, зовут маму, много плачут, плохо спят, отказываются от еды. В первые дни бурно реагируют на уход родителей, проявляют агрессию к сверстникам, потом становятся вялыми и пассивными. Такие дети, как правило, заболевают ОРВИ в первые 10 дней после поступления в дошкольное учреждение, болеют повторно и с осложнениями. Период адаптации задерживается до 2 – 3 месяцев, иногда дольше. Часть детей с тяжелой адаптацией не болеют, но несмотря на это, у них длительно отмечается неадекватное поведение, некоторые даже перестают говорить. В таких случаях родителям следует повременить с поступлением ребенка в дошкольное учреждение, пока он не окрепнет, а его нервная система не станет более зрелой.

2. Подострая фаза – эмоциональное состояние, аппетит и сон нормализуются медленнее. Кроме того, в первый месяц после поступления многие дети заболевают острой респираторной вирусной инфекцией (ОРВИ), которая длится не более 7, 10 дней и проходит без осложнений.

3. Фаза компенсации – наблюдается временное ухудшение эмоционального состояния. Малыш плохо спит, теряет аппетит, капризничает, отказывается от игр. Однако все эти явления проходят в течение месяца, иногда и раньше – 2, 3 недели.

Характер адаптации зависит от нескольких факторов:

1) Возраста (желательно, чтобы начало посещения детского сада не пришлось на эпикризные сроки: 1г.6 мес., 1г. 9 мес., 2г. 3 мес., 2г. 6 мес., 2г.9мес, и 3 года.).

2) Состояния здоровья и уровня развития ребенка.

3) Биологического и социального анамнеза (протекание беременности матери, осложнения при родах; условия обеспеченные ребенку после рождения – режим дня, питания, игры и т.п.; заболевания в течение первых трех месяцев жизни и др.) В период адаптации ребенок особенно уязвим, не имеет механизмов психологической защиты, не только не может сам удовлетворить свои нужды, но даже понять их.

Программа рассчитана на 8 учебных недель.

1.4. Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста

Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста прописаны в Основной Образовательной программе дошкольного образования МКДОУ №1 «Малыш» г.Кирс 2023-2028г.(п.1.1.3)

1.5. Планируемые результаты освоения программы

1. Преодоление стрессового состояния в период адаптации к ДООУ.
2. Изменение профессиональной позиции педагогов в плане взаимодействия с воспитанниками.
3. Повышение психолого-педагогической компетенции родителей, формирование представлений о значимых факторах облегчения периода адаптации.
4. Наличие у детей положительных эмоциональных отношений со сверстниками и взрослыми, положительного эмоционального настроения в группе.
5. Повышение навыков совместной игры, предметного взаимодействия, уровня развития культурно-гигиенических навыков.
6. Снижение уровня импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии в процессе общения.

2. Содержательный раздел

2.1. Успешность организации адаптационного периода при поступлении ребенка в дошкольное учреждение так же подразумевает последовательность ее этапов.

Первый этап – прогноз адаптации.

Второй этап – взаимодействие педагога психолога с воспитателями группы раннего возраста в виде консультаций.

Третий этап – дети вместе с родителями посещают адаптационную группу.

Четвертый этап – малыши переходят на обычный режим в соответствии, с алгоритмом постепенного вхождения в детский сад.

Пятый этап – проведение занятий по адаптации с детским коллективом.

Прогноз адаптации – это первая встреча с мамой и малышом:

- осуществляется прямой контакт с ребенком, в процессе которого наблюдаются такие параметры, определяющие успешность адаптации, как общий эмоциональный фон малыша, взаимоотношение с незнакомым взрослым, а также уровень развития предметной деятельности;

- выявляются умения и навыки ребенка, облегчающие адаптационный период, через анкетирование родителя. (**Приложение 1** Анкета для родителей: « Мы идем в детский сад» .Психолого-педагогические параметры определения готовности поступления ребенка в дошкольное учреждение Печора К.Л.; Пантюхина Г.В; Голубева Л.Г.)

2.2.Алгоритм постепенного вхождения ребенка в детский сад.

1-й шаг – ребенок завтракает и остается один на 1-2 часа во время прогулки либо во время свободной игровой деятельности;

2-й шаг – ребенок завтракает и остается один на 2- 3 часа;

3-й шаг – ребенок остается один с завтрака до обеда;

4-й шаг – ребенок остается на сон. Но сразу после сна его забирают родители;

5-й шаг – ребенок остается один на целый день. Последовательность в реализации всех этапов алгоритма – залог успешного вхождения малыша в детский сад. Совместная деятельность специалистов детского сада и малыша должна быть направлена на снятие психоэмоционального напряжения. Необходимо организовывать совместную деятельность из множества методов и приемов. Переход на следующий шаг алгоритма вхождения осуществляется только после успешного преодоления ребенком предыдущего. Длительность этапа зависит от степени тяжести адаптации.

3. Диагностика

Мониторинг адаптационного периода педагоги проводят методом наблюдения, результаты фиксируют в индивидуальных картах.

Диагностика проходит по трем направлениям:

1. Заполнение индивидуального листа адаптации ребенка (Приложение 2 «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С.Роньжиной)

2. Диагностика адаптированности. (Приложение 3 «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С.Роньжиной, М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой)

3. По окончании периода адаптации заполняется диагностика уровня адаптированности детей к дошкольному учреждению. Собирается психолого-педагогический консилиум с расширенным составом. Туда входят старший воспитатель, медсестра, воспитатели групп раннего возраста и воспитатели других групп (по приглашению). На нем обсуждаются результаты проведенной работы в период адаптации, положительные моменты, анализируются итоги диагностики, корректируются планы по организации адаптации и намечается дальнейшая работа (составляется протокол). Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

4. Тематическое планирование адаптационной программы.

Программа рассчитана на 8 учебных недель.

В данный период с детьми проводятся, различного характера игры, пальчиковые упражнения, чтение, рассматривание картин, подвижные игры и упражнения, музыкальные игры и упражнения.

Социально-коммуникативное развитие		
	Содержание работы	Задачи
1 нед.	«Гуляем - познаём»	Создание благоприятной эмоциональной атмосферы. Вызвать интерес к наблюдаемым объектам.
2 нед.	«Гуляем - познаём»	Совершенствовать исследовательские действия детей (Рассматривание, ощупывание и пр.). Экспериментирование с водой.

3 нед.	«Мы осваиваемся»	Укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности, адаптации к условиям пребывания в д/с. Формировать умение свободно ориентироваться в группе (приемной, спальне), знать назначение этих помещений, помнить места хранения личных вещей, свое место за столом, свою кровать.
4 нед.	«Мы привыкаем»	Продолжать укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности, адаптации к условиям пребывания в д/с. Формировать умение свободно ориентироваться в группе (приемной, спальне), знать назначение этих помещений, помнить места хранения личных вещей, свое место за столом, свою кровать.
5 нед.	«Мы привыкаем»	Продолжать укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности, адаптации к условиям пребывания в д/с. Формировать умение свободно ориентироваться в группе (приемной, спальне), знать назначение этих помещений, помнить места хранения личных вещей, свое место за столом, свою кровать.
6 нед.	Наши игрушки. Кто, в каком домике живет?	Привлекать детей к формированию групп однородных предметов: животные, игрушки. Дать понятие "много". Слушать и понимать небольшое стихотворение. При повторном чтении проговаривать слова и небольшие фразы.
7 нед.	«Мы играем»	Продолжать укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности, адаптации к условиям

		пребывания в д/с.
8 нед.	Расскажем кукле как мы живем в детском саде.	Продолжать укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности, адаптации к условиям пребывания в д/с. В режимных процессах формировать простейшие навыки самостоятельности, опрятности, аккуратности. Расширять ориентировку детей в ближайшем окружении.
Познавательное развитие		
Весь период	<p>“Музыка кубиков”</p> <p>“Камни прячутся в песке”</p> <p>“Дорожка из камешков”</p> <p>“Отражение в воде”</p> <p>“Теплая холодная вода”</p> <p>“Кому нужна вода?”</p> <p>“Чистая и грязная вода”</p> <p>“Сладкое – соленое”</p>	<p>Формировать начала экологической культуры. Обогащать сенсорный опыт детей. Развивать наблюдательность, умение включаться в игровую ситуацию.</p> <p>Рекомендации: в играх с водой использовать перчатку-капельку. Эти игры проводятся в любые отрезки времени по усмотрению воспитателя.</p>
Пальчиковая гимнастика		
Весь период	<p>“Ути-ути”; “Мальчик с пальчик”;</p> <p>“Кот на печи”;</p> <p>“Мышки”;</p> <p>“Серый заяка умывается”;</p> <p>“Пальчик-зайчик”;</p> <p>“Пирожки”;</p> <p>“Пальчики и мишка”;</p> <p>“Варись кашка!”;</p> <p>“Сорока-белобока”;</p> <p>“Строим дом”;</p> <p>“Пальчики”;</p> <p>“Пальчики проснулись”;</p> <p>“Туки-тук”;</p> <p>“Курочка”;</p> <p>“Цыпленок”.</p>	<p>Развивать мелкую моторику пальцев и кистей рук. Соотносить слово и действие. Стимулировать развитие речи.</p> <p>Рекомендации: комплексы пальчиковой гимнастики по мере изучения, могут использоваться в любые отрезки времени, а также включаться в занятия.</p>
Речевое развитие		
Весь период	Малые формы фольклора: «Баю-бай,	Заинтересованно слушать и понимать небольшие произведения с опорой на

	<p>баю-бай...», «Большие ноги...», «Водичка, водичка...», «Еду-еду к бабе, к деду...», «Как у нашего кота...», «Киска, киска, киска, брысь!..», «Курочка», «Ладушки, ладушки!..», «Наши уточки с утра...», «Пальчик-мальчик...», «Петушок, петушок...», «Пошел кот под мосток...», «Радуга-дуга...», «Сорока, сорока...».</p> <p>Русские народные сказки: «Козлятки и волк» (обработка К. Д. Ушинского), «Колобок» (обработка К. Д. Ушинского), «Золотое яичко» (обработка К. Д. Ушинского), «Маша и медведь» (обработка М. А. Булатова), «Репка» (обработка К. Д. Ушинского), «Теремок» (обработка М. А. Булатова).</p>	<p>иллюстрацию или игрушку. Сопровождать чтение небольших поэтических произведений игровыми действиями. Предоставлять детям возможность договаривать слова, фразы при чтении воспитателем знакомых стихотворений. Поощрять попытки прочесть стихотворный текст целиком с помощью взрослого.</p> <p>Рекомендации: при повторном чтении произведений используются другие виды наглядности (настольный театр, кукольный театр).</p>
--	--	--

Физическая развитие		
1-2 нед.	Подвижные игры	Потребность в двигательной активности реализуется в подвижных играх в группе, на экскурсиях, на прогулке.
3 - 4 нед.	Основные виды движений: ползание на четвереньках, перелезание через мягкое бревно.	Вызывать эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем. Развивать мелкую и общую моторику. Укреплять опорно-двигательный аппарат. Стимулировать речевую активность.
5 - 6 нед.	Перелезание через бревно, ходьба по ограниченной поверхности, положенной на пол	Поддерживать естественный интерес детей к движениям. Учить ходить за воспитателем, не наталкиваясь друг на друга. Доставить радость от действий с предметами. Ходить по ограниченной

		поверхности, сохраняя равновесие.
7 - 8 нед.	ползание на четвереньках по доске положенной на пол, игры с мячом	Поддерживать естественный интерес детей к движениям. Учить ходить за воспитателем, не наталкиваясь друг на друга. Ходить по ограниченной поверхности, сохраняя равновесие. С помощью воспитателя последовательно выполнять движения. Формировать предпосылки двигательных навыков: выносливости, ловкости.
Художественное творчество		
	Рисование	Задачи
Весь период	Темы занятий: “Дождик”. “Коготки-царапки”. “Варим кашу”. “Текут ручейки”. “Цветные палочки”. “Кудряшки”. “Цветные клубочки”. “Следы на дорожке”.	Развивать интерес к рисованию. Обогащать сенсорный опыт детей. Формировать умение держать карандаш, кисть в правой руке между трех пальцев, замечать след карандаша на бумаге. Побуждать к осознанному повторению действий педагога. Знакомство с красным, синим, желтым, зеленым цветами.
Художественно-эстетическое развитие.		
	Вид деятельности	Задачи
1 - 2 нед.	Знакомство с кубиками	
3- 4 нед.	“Кубик на кубик” постройка башенки	Учить строить башенку из 2 – 3 кубиков одного цвета, одного размера. Усложнение: башенка из кирпичиков одного цвета.
5 – 6 нед.	“Домик”	Строить разные башенки из разного материала по желанию детей. Разные башенки для разных игрушек
7 - 8 нед.	“Домики разного цвета” .	Строить домик в соответствии с цветом предлагаемой игрушки (желтый домик для желтой собачки). Закреплять цвет.
Музыка		
Весь период	Восприятие музыки “Серый заяк умывается” музыка М. Красева, “Варись, варись кашка” музыка Е. Туманян, “Лошадка” музыка Н. Потоловского,	Увлекать, удивлять и радовать детей музыкой. Приучать малышей внимательно её слушать. Узнавать знакомые песни и различать их по характерному фортепианному сопровождению.

	“Солнышко” музыка М. Раухвергера.	
Весь период	Пение, подпевание “Ласковая песенка” музыка М. Раухвергера, “Петушок” русская народная прибаутка, “Кошка” музыка А. Александрова, “Ладушки” русская народная песня, “Птичка” музыка М. Раухвергера.	Развивать умение прислушиваться к словам песни, самим воспроизводить простейшие интонации. Побуждать детей к подпеванию и пению. Петь с музыкальным сопровождением и без него.
Весь период	Музыкально-ритмические движения “Мы идём” музыка Рустамова, “Где наши ручки” музыка Тиличевой, “Погремушка”, “Бубен” русская народная музыка, “Игра с мишкой” музыка Г. Федоровского, “Ай-да” музыка В. Верховинца	Учить выполнять под музыку игровые и плясовые движения, соответствующие словам песни и характеру музыки. Различать контрастные особенности музыкального звучания: громко – тихо; высокий – нижний регистр; двух частную форму музыки.

Литература:

1. Примерная парциальная образовательная программа для детей раннего возраста (1-3 года) «Первые шаги», Авторы: Смирнова Е.О. Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю Психологический институт российской академии образования московский городской психолого-педагогический университет, Москва, 2014г

2. Комплексная образовательная программа «Теремок» Лыкова И.А., Файзуллаева Е.Д..ООО ИД «Цветной мир», 2018

Анкета для родителей: « Мы идем в детский сад?»

Ф.И.ребенка _____

1. Какое настроение преобладает у ребенка?

- а) бодрое, уравновешенное, состояние активное
- б) часто плачет, неустойчивое
- в) подавленное, не активен

2. Как ребенок засыпает?

- а) быстро (до 10 мин.)
- б) медленно
- в) спокойно
- г) не спокойно

3. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?

Укачиваю на руках, запеленываю и т.д.

4. Какова продолжительность сна ребенка?

- а) 2 часа
- б) менее часа

5. Какой аппетит у Вашего ребенка?

- а) хороший
- б) избирательный
- в) неустойчивый
- г) плохой

отучен от груди - да нет

6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?

- а) положительно
- б) отрицательно
- в) не просится,
- г) просится. Как вы понимаете что он хочет на горшок?

7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?

а) сосет пустышку, сосет палец, раскачивается, другие _____

б) нет отрицательных привычек

8. Болезни.

-болеет часто

-1 раз в месяц

-болеет редко

Какие заболевания чаще всего у вашего ребенка?.

9. Взаимоотношения со взрослыми:

а) легко идет на контакт

б) избирательно

в) трудно

10 Взаимоотношения с детьми:

а) легко идет на контакт

б) избирательно

в) трудно

11. Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими?

а) да

б) нет

в) перенес разлуку легко

г) тяжело

12. Есть ли аффективная привязанность к кому-либо из взрослых?

К кому?

а) да

б) нет

13.Что важное надо знать воспитателю о вашем ребенке?

Прогноз адаптации (по среднему числу баллов)

Готов к поступлению в ДООУ 3 - 2,5;

Условно готов 2,5 - 2;

Не готов 1,9 - 1;

«Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С.Роньжиной
Обработка диагностики уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению

Ф.и. ребенка	Психологические критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению														
	Наблюдение за ребенком														
	Общий эмоциональный фон поведения			Познавательная и игровая деятельность			Взаимоотношения со взрослыми			Взаимоотношения с детьми			Реакция на изменение привычной ситуации		
	Полож.	Неустойчивый	Отрицательный	Активный	Актив.при поддержке взр.	Пассивен / р-ция протеста	Инициативен	Принимат. иници. взр.	Уход от в/отнош. Р-ция прот.	Инициативен	Вступает в контакт при поддержке взр.	Пассивен	Принятие	Тревожность	Неприятие
Балл	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1

Баллы, набранные ребенком, суммируются. Данная сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими показателями и делается заключение об уровне адаптированности детей.

2,6 – 3 балла – высокий уровень адаптированности. У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

1,6 – 2,5 баллов – средний уровень адаптированности. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

1 – 1,5 баллов – низкий уровень адаптированности. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо отсутствует активность, инициативность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

