**муниципальное бюджетное дошкольное**

**образовательное учреждение г. Мурманска № 120**

|  |  |
| --- | --- |
| Решение педсовета № 1 Протокол от 01.09.2021с учетом мнения родителей (законных представителей) | УТВЕРЖДАЮ Приказ № 135 (ОД) от 01.09. 2021заведующий МБДОУ г. Мурманска № 120 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.А. Грищенко |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по адаптации детей раннего возраста**

**к условиям дошкольного учреждения**

Срок реализации 1 год

Возраст детей с 1,5 до 3 лет

Составитель:

*Минабилова Ксения Саидовна*, педагог-психолог

Мурманск

2021

**Пояснительная записка**

Одной из базовых ценностей федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) является поддержание и укрепление всех компонентов здоровья каждого ребенка: физического, нервно-психического и социально- психологического. Эта задача в условиях современного детского сада является приоритетной, особенно в адаптационный период, когда ребёнок находится в состоянии психического и эмоционального напряжения. Положения ФГОС ДО делают акцент на создании наиболее благоприятных для ребенка психолого-педагогических условий, где особое внимание уделяется условиям взаимодействия педагога и ребенка. Таким образом, привыкание ребенка к детскому саду будет максимально безболезненным, при использовании комплексного подхода к решению проблем адаптации каждого малыша.

Поступление ребенка в детский сад - важный этап в его жизни. Он сопровождается изменением привычной для ребенка обстановки, режима дня, разлукой с мамой. Это вызывает необходимость приспособления к новым условиям жизни, т.е. адаптации.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, в данном случае к детскому дошкольному учреждению. Адаптацию необходимо рассматривать не как пассивное приспособление к меняющимся условиям, а как процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в изменяющихся условиях и сохранение психофизического благополучия. Адаптация направлена на поддержание равновесия организма и среды в новых для ребенка условиях.

Возраст от года до трех лет связан с быстрыми и качественными изменениями в развитии ребенка. Из существа, полностью зависимо от взрослого, он превращается в деятельную личность. Для него окружающее пространство, главным образом предметное, становится сферой самореализации и самоутверждения, познания и преобразования.

Адаптационный период – серьезное испытание для малышей до 3,5- 4 лет: вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональные состояния детей.

Проблема адаптации ребенка к ДОУ традиционно рассматривается с психологической и педагогической точек зрения и в то же время на сегодняшний день является недостаточно разработанной.

Работа по программе строится прежде всего как **профилактическая**. 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.

Основные **задачи**:

1. Преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду.
2. Снятие эмоционально и мышечного напряжения.
3. Развитие навыков взаимодействия друг с другом.

Работа по программе состоит из следующих этапов:

1й этап. Формирование доверительных взаимоотношений с новым взрослым.

**Цель**: формирование привязанности к воспитателю.

**Задачи**: 1. Удержать внимание на новом взрослом, установить контакт глаз, эмоциональный контакт.

2. Вызвать инициативу в общении, совместные положительные переживания.

3. Стимулировать подражание.

4. Учить действовать по инструкции.

2й этап. Формирование ориентировок в пространственно-игровой среде.

**Цель**: формирование предпочтений в новой предметной среде.

**Задачи**: 1. Освоить место расположения игрушек и игровых зон.

2. Учить ориентироваться в новых предметных условиях, подчиняться правилам.

3. Стимулировать самостоятельный выбор игрушек, занятий.

3й этап. Формирование положительных контактов ровесниками.

**Цель**: освоение совместного с ровесниками способа жизнедеятельности.

**Задачи**: 1. Стимулировать доброжелательное внимание к ровесникам, отклик на эмоции сверстника.

2. Формировать умение действовать сообща.

3. Обучать обмену действиями как способу общения.

Требования к проведению адаптационных игр:

- игра повторяется в течение дня несколько раз;

- при введении новой игры знакомые игры повторяются;

-знакомые игровые ситуации включаются в бытовые процессы;

- за единицу взаимодействия с ребенком игра может повторяться несколько раз, но прекращается до того, как к ней у него пропал интерес.

Этапы организации развивающего занятия:

1. Установление контакта. Организация чувственного опыта детей: целенаправленное знакомство с теми объектами, с которыми ребенку предстоит действовать.
2. Организация наглядно-действенного анализа образца каждым ребенком. Пояснение условий решения задачи с включением речи, движений, восприятия ребенка.
3. Организация совместных действий взрослого и каждого ребенка, сопряженных пояснениями.
4. Побуждение детей к речевому общению по поводу процесса и результата действий.

Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребенка к ДОУ проводится с помощью следующих методов: анкетирование родителей (приложение), наблюдение, беседа с родителями.

***Планируемые результаты*** психолого-педагогической работы в группе в виде, допускающем их экспертную проверку. В качестве результатов следует рассматривать следующие достижения:

- избирательность реагирования на стимулы окружающей среды, первые интересы и предпочтения;

- активность восприятия, активное подражание, особое отношение ко взрослому: послушание, стремление выполнять требования для получения положительной педагогической оценки;

- доверие и привязанность к воспитателю;

- доброжелательное отношение детей друг к другу;

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации.

**Тематическое планирование по программе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Задачи** | **Количество занятий** |
| МОЙ МАЛЫШ | Создание положительного настроя в группе, установление тактильного контакта с ребенком, снятие эмоционального напряжения | 5 |
| ВАНЬКА-ВСТАНЬКА | Стимулирование к подражанию действиям с игрушкой, развитие умения действовать соответственно инструкции, правилам игры | 3 |
| ПРИЛЕТЕЛА ПТИЧКА | Стимулировать доброжелательное внимание к ровесникам, отклик на эмоции сверстника, формировать умение действовать сообща, обучать обмену действиями как способу общения | 7 |
|  | Всего занятий | 15 |

**Описание основных разделов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ Занятия** | **Задачи** | **Ход занятия** | **Оборудование** |
| МОЙ МАЛЫШ |
|  ***Занятие 1*** | * Создание положительного настроя в группе.
* Установление тактильного контакта с ребенком.
* Снятие эмоционального напряжения.
* Развитие умения действовать соответственно правилам.
* Развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера).
 | Приветствие друг другаЧтение стихотворения «Попрыгушки»Игра «Догонялки-обнималки» Беседа «Божья коровка» +упражнениеПотешкаДыхательное упражнениеИгра «Прячемся от дождика»Прощание  | Игрушечная божья коровка, зонт |
| ***Занятие 2*** | * Создание положительного настроя в группе.
* Установление тактильного контакта с ребенком.
* Снятие эмоционального напряжения.
* Развитие умения действовать соответственно правилам.
* Развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера).
 | Приветствие Игра «Наши пальчики»Игра «ТОП-ТОП»Беседа «Божья коровка» +упражнениеИгра «Божьи коровки и ветер»Прощание |  |
| ***Занятие 3*** | * Создание атмосферы эмоциональной безопасности.
* Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
* Развитие речи, воображения, творческих способностей.
 | Приветствие друг друга.Беседа «Осень»«Зашагали ножки»Игра «Дождик и солнышко»Стихотворение «Листопад»Игра «ТОП-ТОП»Прощание | Большой зонт |
| ***Занятие 4*** | * Создание атмосферы эмоциональной безопасности.
* Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
* Развитие речи, воображения, творческих способностей.
 | Приветствие друг друга.Беседа «Осень» + танец листочковИгра «Дождик и солнышко»«Прогулка в осеннем лесу»Прощание | Большой зонт |
| ***Занятие 5*** | * Сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками.
* Повышение эмоционального тонуса.
* Развитие чувства ритма, координации движений.
* Развитие ориентации в пространстве.
* Развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.
 | Приветствие «Мяч» беседа + стихотворение в кругуУпражнение «Мой веселый звонкий мяч»«Прятки мячиков»Прощание | Большой мяч |
| ВАНЬКА-ВСТАНЬКА |
| ***Занятие 6*** | * Создание атмосферы эмоциональной безопасности.
* Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
* Развитие умения обмениваться со сверстниками действиями.
* Развитие слухового внимания, обучение детей ориентации на своем теле.
 | Приветствие Катаем мячВолшебный мешочекИгра «ПОКАЖИ НОС»Прощание | Большой мяч, маленький мяч, кубик, мешочек. |
| ***Занятие 7*** | * Создание атмосферы эмоциональной безопасности.
* Снижение излишней двигательной активности.
* Обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету.
* Развитие умения обмениваться со сверстниками действиями.
 | Приветствие Встреча с ежикомЦветные корзинкиЭтюд «Ежик»Игра «ПОКАЖИ НОС»Прощание | Игрушечный ежик,красный, желтый, зеленый кленовые листья,красная, желтая и зеленая корзинки. |
| ***Занятие 8*** | * Развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха.
* Закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка-мальчик).
* Развитие общей и мелкой моторики.
* Развитие восприятия, речи и воображения.
 | ПриветствиеГде же наши ручки?Билеты на карусельПотешка «Еле-еле завертелись карусели….»Прощание | Бельевая прищепка синего цвета (для каждого мальчика), бельевая прищепка желтого цвета (для каждой девочки).Обруч, с привязанными к нему лентами желтого и синего цвета. |
| ПРИЛЕТЕЛА ПТИЧКА |
| ***Занятие 9*** | * Создание положительного эмоционального настроя в группе.
* Отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом и текстом песни.
* Отработка быстроты реакции.
* Развитие общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле.
* Развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.
 | ПриветствиеВ нашей группеСкоро Новый годТанец вокруг елочкиИгра «Заморозь»Прощание | Игрушечный Дед Мороз, елочка. |
| ***Занятие 10*** | * Создание положительного эмоционального настроя в группе.
* Отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом и текстом песни.
* Отработка быстроты реакции.
* Развитие общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле.
* Развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.
 | ПриветствиеПотешка «Пальчики у нас попляшут»Задание с водойТанец вокруг елочкиПрощание | Пластиковые бутылки с холодной, горячей и теплой водой. |
| ***Занятие 11*** | * Создание положительного эмоционального настроя в группе.
* Развитие умения подражать движениям взрослого.
* Развитие координации движений, общей и мелкой моторики.
* Развитие умения подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции.
* Снижение излишней двигательной активности, импульсивности.
* Развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.
 | ПриветствиеЛепим зайчикаПотешка «Зайка серенький»Мешочек овощейИгра «Лиса идет»Прощание | Мягкая игрушка - заяц, лиса, мешочек, пластиковые овощи. |
| ***Занятие 12*** | * Развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга.
* Снятие мышечного напряжения.
* Развитие умения выражать эмоции (страх, грусть, радость).
* Развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки.
* Развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле.
* Развитие внимания, речи и воображения.
 | ПриветствиеГостьЭтюд «Встреча с собакой»Прилетели бабочкиИгра «Бабочка, лети, лети»Этюд «Котята убежали»Прощание | Магнитофон, диск «Голоса животных и птиц», бабочки. |
| ***Занятие 13*** | * Развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга.
* Снятие мышечного напряжения.
* Развитие умения выражать эмоции (страх, грусть, радость).
* Развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки.
* Развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле.
* Развитие внимания, речи и воображения.
 | ПриветствиеУпражнение «Ловим бабочку»Этюд «Котята убежали»Игра «Киска по двору гуляет»Прощание |  |
| ***Занятие 14*** | * Снятие мышечного напряжения.
* Развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле.
* Развитие внимания, речи и воображения.
* Развитие способности быстро реагировать на инструкцию.
 | Приветствие Прилетела птичкаИгра «Колечки»Игра «Самолет летит по небу»Прощание | Ленты с колечками, скатанные в рулоны и уложенные в коробку колечками вверх. |
| ***Занятие 15*** | * Снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение двигательной активности.
* Воспитание навыков партнерского общения.
 | ПриветствиеИгра «Помоги Тане»Игра «Добрый бегемотик»Прощание | Игрушки, разделенные на 2 части. |

**Описание материально- технического обеспечения**

1. Просторное, светлое помещение для совместных игр

2. Стулья детские

3. Мягкие ковровые покрытия для релаксаций

4. Магнитофон

 **Особенности организации предметно - развивающей среды.**

1. Картотека релаксаций

2. Картотека подвижных игр

3. Картотека психологических упражнений

4. Картотека адаптационных игр

5. Мягкие игрушки

6. Куклы

7. Диски  с записями шума моря, природы, пения птиц

8. Шары разных размеров

9. Мячи, ленты, колечки, обручи

10. Наборы для рисования, лепки

11. Пирамидки разных видов

12. Прищепки, зонт

**Литература**

1) Архипова А.А. Обеспечение безопасной и психологически комфортной образовательной среды в условиях ФГОС ДО // Справочник педагога-психолога. – 2015. - № 1. – С. 4-12.

2) Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства). – СПб.: Издательство «Речь», 2005.

3) Макшанцева Л.В. К проблеме адаптации трехлетних детей к дошкольному образовательному учреждению // Вестн.Моск.Ун-та. Серия 14. Психология. - 2003. - №1. С. 60-67.

4) Психологическая безопасность ребенка раннего возраста. Современные технологии. Программа адаптации. Диагностические методики. Игровой материал / авт.-сост. Ю.А. Афонькина. – Волгоград : Учитель, 2013.

5) Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению». – М: Книголюб.

6) Смирнова Е. Ранний возраст – важный ответственный этап развития человека / Е. Смирнова // Дошкольное воспитание. – 2009. - №8.

**Диагностический инструментарий**

1. Анкета для родителей «Поступление в ДОУ» (Афонькина Ю.А.).
2. Определение готовности поступления ребенка в ДОУ – карта нервно-психологического развития (К.Л.Печора).
3. Оценка характера адаптации ребенка к новым условиям (наблюдение за ребенком листы адаптации, карты индивидуального сопровождения ребенка в адаптационный период (К. Л. Печора)).
4. Анкета для родителей (Афонькина Ю.А.).