

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение г. Мурманска №18

Принят на заседании  
Педагогического совета №1  
МБДОУ г.Мурманска №18  
От «02» сентября 2019 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ  
г.Мурманска №18  
Бутяйкина Л.Н.

**Рабочая программа адаптации к новым условиям ДОУ детьми раннего  
возраста, разработанная на основе программы «Психолого-  
педагогическая поддержка детей второго года жизни в период адаптации  
к ДОУ». Ю. А. Афонькиной**

Составила педагог-психолог Коршунова М.А.

2.	Содержательный раздел.....	6
	Направления работы: .....	6
	Содержание программы .....	8
	Комплекс игровых сеансов с детьми в адаптационный период 2 – 3 года.....	11
3.	Организационный раздел.....	19

Приложения . . . . .

## **1. Целевой раздел.**

### **Пояснительная записка**

Поступление ребенка в дошкольное учреждение – процесс сложный и для самого малыша, и для родителей. Для ребенка это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить. Малышу предстоит приспособиться к совершенно иным условиям, чем те, к которым он привык в семье. Четкий режим дня, отсутствие родителей, другой стиль общения, контакт со сверстниками, новое помещение – все эти изменения создают для ребенка стрессовую ситуацию. Все это может вызвать у малыша защитную реакцию в виде плача, отказа от еды, сна, общения с окружающими.

Поэтому вопросы, касающиеся комфортного пребывания самого маленького ребенка в детском саду, никогда не теряют своей актуальности.

Адаптация – это реакция организма и психики на меняющиеся условия среды. Она происходит постоянно, имеет защитный характер. Адаптацию необходимо рассматривать не как пассивное приспособление к меняющимся условиям, а процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в изменяющихся условиях и сохранение своего физического благополучия.

Данная программа подразумевает комплексный подход к решению проблемы адаптации и рассчитана на всех участников образовательного процесса.

**Тип программы** – диагностико-развивающая.

**Цель** – организация поддержки ребенка в адаптационный период – формирование у него нового способа жизнедеятельности и форм удовлетворения своих потребностей под руководством воспитателя.

**Задачи:**

1. обеспечить профилактику и торможение негативных эмоций;

2. развивать контакты со взрослыми;
3. способствовать освоению ребенком новых занятий, игрового пространства;
4. формировать контакты со сверстниками;
5. обучить педагогов приемам взаимодействия с детьми раннего возраста;
6. повысить психолого-педагогическую компетентность родителей по подготовке детей к детскому саду.

**Диапазон программы:** дети от 1 до 3 лет, родители, педагоги.

**Возрастные особенности** детей второго года жизни.

Второй год жизни – новый этап в психологическом и физическом развитии ребенка. Ведущий вид деятельности – предметная. Ребенка второго года жизни отличает ярко выраженная познавательная активность. Предметная деятельность протекает в форме как самостоятельных действий с предметами, так и в совместной деятельности со взрослым. У детей появляются отдельные игровые действия: накормить куклу, искупать, укачать, положить спать, покатать на машине. Дети второго года жизни любят играть с пирамидками, вкладышами, матрешками.

Все основные психические процессы ребенка носят произвольный характер. Мышление носит наглядно-действенный характер. Вторым самым ответственным периодом в развитии речи: растет активный словарь, формируется грамматический строй.

Дети второго года импульсивны и эмоциональны. Однако эмоции непостоянны, малыша легко отвлечь и переключить с одного состояния на другое.

**Методологической основой** программы является культурно-историческая теория Л.С. Выготского о развитии высших психических функций.

**Методы и подходы.** Программа построена на методах консультирования родителей и педагогов, диагностическом наблюдении и коммуникативных игр с детьми.

**Ожидаемый результат** - сформированность у ребенка нового способа жизнедеятельности.

Планируемым результатом программы является адаптация ребенка к новым условиям среды. Для экспертной оценки результата используется Карта наблюдений Мокшанцевой.

### **Этапы реализации программы**

I этап – предатаптационное консультирование родителей. Планирование первых дней посещения. Первичная диагностика.

II этап – формирование доверительных взаимоотношений с новым взрослым;

III этап - формирование ориентировок в пространственно-игровой среде;

IV этап – формирование положительных контактов со сверстниками. Текущая диагностика.

V этап – итоговая диагностика. Принимается решение о завершении процесса адаптации или об оказании ребенку индивидуальной помощи специалистами ДОУ.

## **2. Содержательный раздел**

Направления работы:

Направление	Содержание
-------------	------------

Просвещение	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Письменная консультация для родителей «Особенности адаптации детей к детскому саду»</li> <li>2. Памятки родителям «Первые дни в детском саду»</li> <li>3. Родительское собрание: «Помогаем малышу адаптироваться к новому»</li> <li>4. Психологический практикум для педагогов: «Психологические особенности детей раннего возраста»</li> </ol>
Профилактика дезадаптации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Родительское собрание «Привыкать к новому правильно легче»; Виртуальная экскурсия по ДООУ.</li> <li>2. Заполнение анкеты на определение уровня готовности к ДООУ.</li> <li>3. Анкетирование родителей: «Мы вам рады»</li> </ol>
Диагностика	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Заполнение индивидуальной адаптационной карты (модифицированный вариант диагностики Н.В. Соколовской)</li> <li>2.</li> </ol>
Развивающая работа  Коррекционная работа	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Картотека коммуникативных адаптационных игр для воспитателей.</li> <li>2. Игровые сеансы с детьми</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психолого-медико-педагогический консилиум относительно детей с низким уровнем адаптации.</li> <li>2. Включение ребенка в группу риска;</li> <li>3. Разработка индивидуального маршрута сопровождения</li> </ol>
Консультирование	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Индивидуальная первая встреча: беседа с родителями: «Давайте познакомимся».</li> <li>2. Индивидуальные беседы по вопросам адаптации ребенка к ДООУ</li> </ol>

### Содержание программы

Форма проведения	Содержание работы	Время
I этап – доадаптационный		
<p>Индивидуальная первая встреча</p> <p>Родительское собрание</p>	<p>1. Беседа с родителями: «Давайте познакомимся».</p> <p>2. «Привыкать к новому правильно легче»;</p> <p>- Виртуальная экскурсия по ДОУ.</p>	<p>Апрель май – Май</p>
<p>Коллективные консультации</p> <p>Анкетирование</p> <p>Индивидуальное консультирование</p> <p>Психологический практикум</p>	<p>3. Памятка «Первые дни в детском саду» (в прил.)</p> <p>4. Заполнение анкеты на определение уровня готовности к ДОУ.</p> <p>6. Индивидуальные беседы по вопросам адаптации ребенка к ДОУ</p> <p>7. «Психологические особенности детей раннего возраста»</p>	<p>Первое посещение</p> <p>По мере поступления</p> <p>Для новых педагогов</p>
II этап - Формирование доверительных взаимоотношений с новым взрослым		

<p>1. Мониторинг состояния каждого ребенка</p> <p>2. Анкетирование родителей</p> <p>3. Развивающе-профилактическая работа</p>	<p>1. Заполнение индивидуальной адаптационной карты (модифицированный вариант диагностики Н.В. Соколовской)</p> <p>2. «Мы вам рады!» (см. прил. 1)</p> <p>3. Картотека коммуникативных адаптационных игр для воспитателей.</p> <p>4. Игровые сеансы с детьми</p> <p>5. Консультация для воспитателей: «Признаки психоэмоционального напряжения».</p>
<p>III этап - Формирование ориентировок в пространственно-игровой среде</p>	
<p>1. Мониторинг состояния каждого ребенка</p> <p>2. Развивающе-профилактические мероиприятия</p>	<p>1. Заполнение индивидуальной адаптационной карты и карты психологического фона группы (модифицированный вариант диагностики Н.В. Соколовской)</p> <p>2. Картотека адаптационных игр, направленных на освоение ребенком новых знаний для воспитателей.</p>
	<p>3. Игровые сеансы с детьми</p> <p>4. Письменная консультация для родителей «Особенности адаптации детей к детскому саду»</p>
<p>IV этап - Формирование положительных контактов со сверстниками. Диагностика адаптации</p>	

<p>1. Развивающе-профилактическая мероприятия</p> <p>2. Диагностика степени адаптации</p>	<p>1. Карточка адаптационных игр, направленных на формирование положительных контактов со сверстниками.</p> <p>3. Игровые сеансы с детьми</p> <p>4. Закрытие или продление ведения индивидуальной адаптационной карты (модифицированный вариант диагностики Н.В. Соколовской)</p> <p>5. Печора</p>
<p>V этап – индивидуальная работа с детьми со сложностями адаптации:</p> <p>1. Психолого-медико-педагогический консилиум относительно детей с низким уровнем адаптации;</p> <p>2. Включение ребенка в группу риска;</p> <p>3. Разработка индивидуального маршрута сопровождения</p>	

### Комплекс игровых сеансов с детьми в адаптационный период 2 – 3 года

Де нь нед ели	Игры и упражнения в группе									Игры
	Игры с речевым сопровожд ением	Подвижны е игры	Пальчико вые игры	Приветств ие	Взаимоот ношения со взрослым	Прощани е	Музыкально ритмическая д-ть	Игры драматизаци и / развлечения	Игры	прогулки
	1- 2 неделя «Мы знакомимся»									
	Педагог (утро)	Педагог / Психолог (утро / прогулка)	Педагог / Психолог (день)	Психолог (утро)	Психолог / Педагог (в течение дня)	Психолог (утро)	Педагог (вечер)	Педагог (вечер)	Педагог (прогулка)	Педагог (прогулка)
по нед ель ни к	Потешка: «Водичка, водичка, умой мое личико»	Пузырь	Пальчики здоровая тся	Музыкаль ный диск Е.Железн овой «Топ-топ, хлопхлоп» -	Маленькая детка. / Топ – топ (Афонькин а Ю,А)	Музыкаль ный диск Е.Желез	Танцевальные композиции Е. Железновой. Диск	Заводные игрушки	Солнеч зайчик	Солнеч зайчик

Вт орн	Игра «Ладушки»	Пузырь	«Сорока-сорока,	Где же наши	новой «Топ- топ,	«Лимпопо» - «Хоровод»,	Настольный театр	Лови лови
-----------	-------------------	--------	-----------------	----------------	------------------------	---------------------------	---------------------	--------------

ик	(Афонькин а Ю,А)		кашу варила»	песенка «Начинае тся урок»	малыши / Зонтик (Афонькин а Ю.А)	хлопхлоп» - песенка «Прошел	«Где сесть», «Встали круг»	бы в «Теремок»	
Ср еда	Потешка: «Кто из нас хороший!»	Солнышко и дождик	«1,2,3,4,5 – вышли пальчики гулять!»		«Тю-тю! Нету Любушки! » / Солнечные зайчики (Афонькин а Ю,А)	урок, идем гулять»		Настольный театр «Курочка Ряба»	Игры с воздушным и шарами
Чет вер г	Найди игрушку	Соберем мячи в корзину	Этот пальчик дедушка		Катаем мяч			Заводные игрушки	«Большие ноги шли

								по дороге»	
Пятница		Зайчики	Где же наши ручки?		Дождик(Афонькина Ю,А)			Настольный театр «Колобок»	Лови - лови
3 – 4 неделя «Мы привыкаем»									

по неделе	Потешка: «Водичка, водичка, умой мое личико»	Зайчики	Мальчик - пальчик	Музыкальный диск Е.Железновой «Топ-топ, топ-топ»	«Где же наш малыш», «Пичужки» (Афонькина Ю,А)	Музыкальный диск Е.Железновой «Топ-топ, топ-топ»	Танцевальные композиции Е. Железновой. Диск «Топтоп, хлоп-хлоп»	Настольный театр «Репка»	Мыльные пузыри
-----------	--	---------	-------------------	--	---	--	---	--------------------------	----------------

вторник	Потешки при кормлении «Каша», «Глубоко не мелко»	Соберем мячи корзину	«Коза рогатая»	хлопхлоп» - песенка «Начинается урок»	«Дождик, дождик» (Афоньки на Ю,А)	хлопхлоп» - песенка «Прошел урок, идем гулять»	«Встали круг», «Где бы сесть»	«Поиграем с погремушками»	Игры с воздушным и шарами
среда	Потешки при кормлении «Вот как дети держат	«Где звонит?»	«Солнышко»		«Маленькая детка» (Афоньки на Ю,А)			Звуковая книжка: «Кто как разговаривает»	Догонялки

	ложку»								
четверг	Потешки «Тары – баоы – тарарешки	«Прилетела птичка»	1,2,3,4,5 – вышли пальчики гулять!		«Дома нашей Тане..» (потешка)		Танцевальные композиции Е. Железновой.	Настольный театр «Колобок»	Догонялки

Пятница	Дидактическая игра: «Что в коробочке лежит?»	«Колечки» (Афонькина Ю,А)	Посчитаем пальчики		Где же наши малыши / Зонттик (Афонькина Ю,А)	Диск «Лимпопо» - «Где бы сесть», «Обезьянки»	Играинсценеровка «Кисонька-Мурысонька»	«Большие ноги – шли по дороге»
---------	--	---------------------------	--------------------	--	--	--	--	--------------------------------

5 – 6 неделя «Мы осваиваемся»

понедельник	Дидактическая игра: «Что в коробочке лежит?»	«Прячемся от дождика»	«Этот пальчик хочет спать»	Музыкальный диск Е.Железновой «Топ-топ, хлопхлоп» -	«Тю-тю! Нету Любушки!» / (Афонькина Ю,А)	Музыкальный диск Е.Железновой «Топ-топ, хлопхлоп» -	Танцевальные композиции Е. Железновой. Диск «Лимпопо» -	Заводные игрушки	Мыльные пузыри
вторник	Потешка:	«Зайки»	«Этот		Солнечны	«Где бы	«Лимпопо» -	Настольный	Солнечный

среда	«Кашка из гречки»		пальчик дедушка»	песенка «Начинается урок»	е зайчики (Афонькина Ю,А)	песенка «Прошел	сесть», «Карусели», «Обезьянки»	театр «Курочка Ряба»	зайчик
-------	-------------------	--	------------------	---------------------------	---------------------------	-----------------	---------------------------------	----------------------	--------

Ср еда	Потешка «Каша манная»	«Пузырь»	«Сорока белобока »		«Пичужк и» (Афоньки на Ю,А)	урок, идем гулять»		Поиграем с погремушка ми	«Большие ноги шли по дороге»
Чет вер г	«Ванька – встанька»	Рразноцвет ные клубочки (Афонькин а Ю,А)	Пальчики здороваю тся		«Дождик » (Афоньки на Ю,А)			Настольный театр «Теремок»	Игры в песочнице
Пя тни ца	Потешка «Водичка, водичка»	«Догони мяч»	«Коза рогатая»		«Дома нашей Тане..» (потешка)			Настольный театр «Колобок»	Догонялки
7 – 8 неделя «Детский сад – наш дом родной»									
По нед	Дидактиче ская игра:	Зайчики	«Где же наши	Музыкаль ный диск	Где же наши	Музыкаль ный диск	Танцевальные композиции	Заводные игрушки	Мыльные пузыри

ель ни к	Найди игрушку.		ручки»	Е.Железн овой «Топ-топ, хлопхлоп»	малыши? Зонтик, «Дома нашей Тане ...»	Е.Железн овой «Топ-топ, хлопхлоп»	Е. Железновой. Диск «Лимпопо»		
вто рн ик	Потешки про одевание	Собери мячи в корзину / Клубочки	«Этот пальчик дедушка»	- песенка «Начинае тся урок»		- песенка «Прошел		Настольный театр «Курочка ряба»	Солнечный зайчик
Ср еда	Потешки при одевании, при кормлении	Пузырь	«Зайчики в избушке»		«Пичужк и», «Дождик, дождик»	урок, идем гулять»		Играинсценировк а «Кисонька- Мурысонька »	Игра с воздушным и шарами
Чет вер г	Дидактиче ская игра: «Что в коробочке лежит?»	Разноцветн ые клубочки	«Сорока белобока »		Солнечны е зайчики, «Ванька – встанька»			Игра инсценировк а «Мы едем, едем, едем...!»	Игры в песочнице
Пя тни	Потешка при	«Воробыш ки и кот»	«Зайчики в		Собачка, Флажки			Заводные игрушки	Катаем мяч

ца	умывании: «Водичка, водичка»		избушке»		(Афоньки на Ю,А)				
----	------------------------------------	--	----------	--	---------------------	--	--	--	--

### 3. Организационный раздел.

Материально-техническое обеспечение: магнитофон с музыкой для игрового сеанса, игрушки для игрового взаимодействия с детьми: собачка, птичка, зонтик, мячики, клубочки.

Среда. Групповое пространство с наличием зоны для игр драматизаций, наличием пространства для создания подвижной игры средней подвижности.

Наличие уголка для родителей для демонстрации письменных консультаций.

Пространство кабинета психолога для индивидуального консультирования родителей.

Наличие удобной взрослой мебели.

Литература:

1. Афонькина, Ю.А. Психолого-педагогическая поддержка детей второго года жизни в период адаптации к ДОУ Методические рекомендации для воспитателей, дефектологов, педагогов-психологов ДОУ/ Ю.А. Афонькина – Мурманск: МОИПКРОиК, 2008 – 37 с.
2. Герасименко, М.А. Система работы в период адаптации детей к ДОУ / М.А. Герасименко– Справочник педагога-психолога детский сад – 2013 - №7 – С. 5-12
3. Дураева, А.Г. Программа «Растем вместе» / А.Г. Дураева - Справочник педагогапсихолога детский сад – 2013 - №7 – С. 26-40
4. Дьяковская, М.Л. Программа «В детский сад с радостью!» / М.Л. Дьяковская - Справочник педагога-психолога детский сад – 2013 - №7 – С. 13 - 25
5. Жердева, Е.В. Дети раннего возраста в детском саду (возрастные особенности, адаптация, сценарии дня) / Е.В. Жердева. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 192 с.
6. Полянская, Т.Б. Игры и стихи для развития эмоциональной сферы младших дошкольников / Т.Б. Полянская – СПб.: «Детство-пресс», 2011 – 92 с.

Анкета для родителей «Мы рады вам!»

1. Нас зовут (родители)

Мама \_\_\_\_\_

(место работы) \_\_\_\_\_ тел. \_\_\_\_\_

Папа \_\_\_\_\_

(место работы) \_\_\_\_\_ тел. \_\_\_\_\_

2. Мы живем \_\_\_\_\_ тел. \_\_\_\_\_

3. Как тебя зовут, малыш? \_\_\_\_\_

4. Как зовете ребенка дома, как зовете ласково? \_\_\_\_\_

5. Что ребенок любит кушать? \_\_\_\_\_

6. Что ест без удовольствия? (аллергия) \_\_\_\_\_

7. В какие игры вы играете с ребенком дома? \_\_\_\_\_

8. Какие меры поощрения вы применяете? Какая самая эффективная? \_\_\_\_\_

---

9. Как ребенок относится к наказаниям взрослого, какое самое «страшное» наказание для него? \_\_\_\_\_

10. Состав семьи, у которой живет ребенок \_\_\_\_\_

---

11. Чем любит заниматься ваш ребенок дома? \_\_\_\_\_

---

12. Выполняется ли дома режим? \_\_\_\_\_

13. Часто ли болеет, какие тяжкие заболевания, травмы перенес? \_\_\_\_\_

---

14. Особенности поведения (нужное отметить)

\* почти всегда бывает послушным

\* чаще бывает послушным

\* в равной мере бывает послушным и непослушным

\* агрессивен

\* часто обижает других детей

### Анкета для родителей – прогноз адаптации к ДОУ

Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_

Кто из родителей заполнил \_\_\_\_\_

1. – насколько быстро засыпает, как просыпается

- как реагирует на необходимость раннего подъема

- в какое время суток более активен

- как относится к введению новой пищи

- заявляет ли о физиологическом дискомфорте и каким способом, что устал, хочет есть, пить, спать.

Какими навыками самообслуживания владеет самостоятельно, какими с помощью взрослого:

- ест ложкой

- пьет из чашки

- пользуется горшком

- помогает взрослому одевать себя

2. – как переносит разлуки с матерью

- какова была максимальная длительность такой разлуки

- подражает ли взрослым, проявляет ли интерес к их делам

- как относится к оценке взрослого: положительной

Отрицательной

- стремится ли демонстрировать свои достижения взрослому

- проявляет ли интерес к ровесникам

3. каковы ваши действия в следующих ситуациях:

- ребенок отказывается есть

- ребенок не может заснуть

- намочил штанишки

- ребенок не реагирует на запрет и продолжает настаивать на желаемом

- ребенок не слышит вас

4. - как передвигается ребенок: преимущественно бегом / бег чередуется со спокойным перемещением.

- следует ли ребенок определенному порядку в проявлениях своей жизнедеятельности (просыпается и засыпает приблизительно в одно и то же время, съедает приблизительно одинаковое количество пищи, проявляет спокойствие или активность в одно и то же время суток)

- насколько быстро ориентируется в новой ситуации (сразу начинает улыбаться незнакомым людям, подходит к ним, сразу начинает обследовать новую территорию и пр.)

- насколько легко привыкает к новой ситуации (возникают ли проблемы, когда приходится спать на новом месте, оставаться с новым человеком) - как ребенок выражает свои чувства:

а) протестует активно, если огорчен заливается слезами, если рад – громко хохочет

б) протестует тихо, от огорчения хнычет, хмурится, от радости – улыбается

5. какое настроение преобладает: хорошее, бодрое / подавленное, вялое, серьезное

6. может ли ребенок достаточно долго заниматься каким-то делом, проявлять настойчивость

7. чем легче отвлечь ребенка от запретного предмета, интересной игрушки, слез.

## **Как родителям самостоятельно подготовить ребенка к ДОУ**

**1.** Дети очень чувствительны к настроению мамы, поэтому если она сильно переживает и не верит, что в саду все будет хорошо, ребенок на бессознательном уровне тоже будет рассматривать эту ситуацию как опасную. Необходимо желание отпустить ребенка в детский сад.

**2.** Если ребенок все время до детского сада проводил исключительно с мамой и ни разу не оставался с другими взрослыми, хотя бы на пару часов, ему будет сложнее адаптироваться. Он не знает, что такое остаться с чужими людьми на целый день и, конечно, в такой ситуации с большей вероятностью будет чувствовать себя брошенным.

**3.** Если ребенок привык спать до 12, то перспектива вставать в 7 и куда-то идти ему не понравится. Важно соблюдать режим, хотя бы перед детским садом приблизиться к требованиям, которые предъявляются в ДОУ. В противном случае неизбежен протест со стороны ребенка по отношению к жестким рамкам.

**4.** Необходимо, чтобы ребенок мог (хотя бы недолго) играть самостоятельно, без активного включения родителей.

**5.** Хорошо, если у ребенка есть опыт взаимодействия со сверстниками, если мама ходила на детские площадки или какие-либо подготовительные занятия, где в совместной деятельности помогала ребенку понять, как общаться, делиться игрушками, вместе играть с другими детьми.

**6.** Когда ребенок начал ходить в детский сад, важно не осуждать при нем работу воспитателей. Даже если кажется, что ребенок увлечен игрой, он слышит все интересующие его разговоры. И ему, безусловно, будет сложно уважать, слушаться и позитивно относиться к людям, которых осуждает его мама.