ПРИНЯТА
педагогическим советом
МАДОУ г.Мурманска № 97
протокол № 1 от 01.09.2017

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ г.Мурманска № 97
_____ Галыгина Г.А.
приказ № 191/8 от 01.09.2017

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
г. Мурманска № 97

Рабочая программа
«Психопрофилактика дезадаптации воспитанников раннего возраста и 3-4 лет к условиям детского сада»

Автор программы:
Козина Елена Владимировна
педагог-психолог МАДОУ № 97

Срок реализации программы:
Апрель 2017 г. – апрель 2018 г.

Мурманск
2017

Пояснительная записка

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, то есть развиваться.

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 психофизического благополучия.

Процесс адаптации каждого ребенка проходит индивидуально и зависит от многих факторов: особенностей конкретного ребенка, его готовности к поступлению в новые условия, уровня ситуативной и личностной тревожности родителей, мастерства педагогов, развивающей среды в группе детского сада.

Как показывает опыт многолетних наблюдений специалистами детского сада за особенностями процесса адаптации маленьких детей: мало создать подходящие развивающие условия в группе раннего возраста и обучить специалистов правильному взаимодействию с маленькими детьми. Если ребенок не готов к поступлению в новые условия (не находился в детском обществе; никогда не расставался с мамой; не владеет на период поступления в детский сад навыками самообслуживания по возрасту и т.п.), чрезмерно привязан к матери, а мама не готова морально доверить воспитание своего малыша другим людям, то, скорее всего, адаптироваться он будет длительно и нелегко, что может сказаться и на его соматическом здоровье.

Для успешной адаптации решающее значение имеют:

- функциональное состояние организма, показателем которого является работоспособность,
- состояние иммунной системы;
- особенности обменных процессов;
- тип нервной системы и темперамента;
- тренированность нервно-психических механизмов;

- психологическое состояние ребенка в момент привыкания к новым условиям.

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

- не изучен исходный уровень адаптационных возможностей ребенка;

- процесс адаптации ускоряется взрослым;

- неправильно оценивается процесс привыкания ребенка к новым условиям.

Для успешной адаптации необходимо организовать удовлетворение основных потребностей ребенка, как органических, так и социальных, в новой среде и новыми средствами.

Учитывая актуальность данной проблемы и недостаточную ее разработанность, нами создана рабочая программа с целью профилактики дезадаптации малышей к новым условиям.

Цель программы: повышение адаптационных возможностей воспитанников раннего возраста и 3-4 лет, впервые поступающих в дошкольное образовательное учреждение.

Предмет работы: психофизиологические, индивидуально-психологические и социально-психологические особенности детей раннего возраста и 3-4 лет.

Критерии эффективности промежуточных результатов.

Отсутствие преимущественно низких показателей предполагаемой и (или) текущей адаптации по результатам анкетирования родителей и (или) наблюдения за детьми.

О завершении процесса адаптации свидетельствуют следующие критерии:

- положительный эмоциональный фон;

- продуктивность действий в новых условиях;

- гибкость реакции на изменение привычной ситуации;

- инициативность в контактах со взрослыми, сверстником;

- организованность поведения, отсутствие дискомфорта при выполнении режима дня, бытовых процессов;

- наличие самостоятельной деятельности по интересам.

Виды, формы работы.

При реализации данной программы используются индивидуальные и групповые формы работы.

Автор задействовал следующие направления работы: просветительское, диагностическое, профилактическое, консультативное и развивающее.

Методы достижения цели и получения обратной связи.

В программе используются:

- диагностические материалы, представленные Макшанцевой Л.В.[1] , Афонькиной Ю.А.[2], Печора К.Л.[3]

- тематические наглядные консультации для родителей и педагогов;

- тематическая просветительская консультация для родителей по подготовке детей к поступлению в ДОУ;

- памятки для родителей по подготовке детей к поступлению в ДОУ;

- индивидуальные консультации для педагогов и родителей по запросу;

- развивающие игры для ребят, испытывающих трудности в процессе привыкания к новым социальным условиям.

Описание процесса работы.

1-Й ЭТАП

Ежегодно, в апреле в детском саду проводится мероприятие «День открытых дверей» для родителей будущих воспитанников ДОУ. Продолжительность встречи – 1,5-2 часа. Организатором мероприятия является администрация ДОУ. Представитель администрации рассказывает родителям о правилах, программе, мероприятиях, реализуемых в детском саду. Родители имеют возможность

1Макшанцева Л.В. Программа психодиагностики, профилактики и преодоления дезадаптации младших дошкольников к детскому саду // Психолог в детском саду. – 2004. - № 1.

2 Афонькина Ю.А. Психолого-педагогическая поддержка детей второго года жизни в период адаптации к ДОУ: методические рекомендации для воспитателей. Дефектологов, педагогов-психологов дошкольных образовательных учреждений. – Мурманск: МОИПКРОиК, 2008. – 37 с.

3 Печора К.Л. Развитие и воспитание детей раннего и дошкольного возраста. Актуальные проблемы и их решение в условиях ДОУ и семьи. – М., 2006. – 96 с.

посмотреть развивающую среду групп для детей раннего возраста, младшего дошкольного возраста, другие помещения (музыкальный и спортивный залы, кабинеты психолога и логопеда и т.п.); знакомятся с педагогами групп для детей раннего возраста и 3-4 лет.

Педагог-психолог рассказывает родителям об особенностях психологической подготовки детей раннего возраста и 3-4 лет к поступлению в детский сад (см. приложение 1). Также родители получают памятки по подготовке детей к поступлению в ДОУ (см. приложение 2) и информацию о работе консультационного центра детского сада.

2-Й ЭТАП

Поступление детей в ДОУ происходит в основном в первом полугодии. Старший воспитатель и воспитатели групп раннего возраста предварительно составляют график поступления детей в детский сад (согласуя с родителями).

Возможно создание адаптационной группы, когда оба воспитателя работают в первую смену и в течение определенного времени (например, двух недель) встречают утром детей. Таким образом, у ребят появляется возможность познакомиться и сблизиться сразу с двумя педагогами. А у воспитателей появляется больше возможностей уделить индивидуальное внимание каждому малышу.

Родителям рекомендуется постепенно вводить ребенка в новую социальную среду, начиная с 1-2 часов (продолжительность пребывания ребенка в детском саду рекомендуется педагогами и психлогом, учитывая эмоциональное и физическое самочувствие ребенка).

При поступлении детей в группу осуществляется анкетирование родителей с целью выявления факторов риска в период адаптации к ДОУ, своевременного их устранения, или компенсации, а также – выявления сильных сторон ребенка.

Педагог-психолог совместно с воспитателями груп заполняет карту наблюдений на каждого вновь поступившего ребенка (см. приложение 2). Наблюдение проводится в течение двух месяцев - за детьми раннего возраста; в течение месяца – за детьми 3-4 лет. Выявляются факторы риска дезадаптации.

На детей, испытывающих трудности в процессе адаптации, ведется модуль индивидуальной карты сопровождения ребенка в адаптационный период (см. приложение 3).

По результатам анкетирования родителей и наблюдения за детьми предлагаются индивидуальные психологические консультации.

С детьми раннего возраста и 3-4 лет проводятся адаптационные игры: 1-2 раза в неделю в течение 10-15 минут в сентябре-октябре. Игры проводятся педагогом-психологом, совместно с воспитателем, в групповом помещении.

В октябре воспитатели групп проводят родительские собрания, на которые приглашается психолог для подведения промежуточных итогов по результатам адаптации детей к условиям ДОУ, предоставления рекомендаций по повышению адаптационных возможностей воспитанников и приглашения на групповые мероприятия для родителей воспитанников раннего и младшего дошкольного возраста.

3 ЭТАП

Закрытие адаптационных карт.

Совместно с педагогами проводится анализ особенностей привыкания детей к условиям ДОУ и оценивается характер адаптации.

Дети раннего возраста, у которых через 2 месяца и дети 3-4 лет, у которых через месяц после поступления в ДОУ, проявляются стойкие признаки дезадаптации, выносятся на рассмотрение медико-психолого-педагогического консилиума.

Многолетний опыт реализации данной программы показывает ее эффективность: из пяти групп детского сада ежегодно выявляется максимум 6 детей со сложной адаптацией к новым условиям. У остальных ребят адаптация проходит преимущественно легко или с небольшими трудностями на начальном этапе поступления.

Примерное планирование занятий программы
«Поддержка ребенка в адаптационный период:
дети раннего возраста и 3-4 лет»

Раздел 1. Формирование доверительных взаимоотношений с новым взрослым

Цель: формирование привязанности к воспитателю.

Задачи: удержание внимания на новом взрослом, устанавливать контакт глаз, эмоциональный контакт, вызывать инициативу в общении, совместные положительные переживания, стимулировать подражание, учить действовать по инструкции.

Формы организации взаимодействия: тактильные игры, игры на подражание, игры с игрушками забавами, игры-шутки.

На данном этапе проводятся игры, направленные на:

- установление тактильного контакта с ребенком;
- снятие эмоционального напряжения;
- стимуляцию подражания взрослому;
- развитие умения действовать по речевой инструкции.

Рекомендуется использовать следующие игры:

«Мой малыш», «Маленькая детка», «Попрыгушки», «Баю-баю», «Догонялки-обнималки», «Наши пальчики». «Ку-ку», «Ладушки», «Скачем на лошадке», «Топ-топ», «Пичужки», «Зонтик», «Солнечные зайчики», «Катаем мяч», «Дождик» [3, с. 22-28]; «Ладошечка» [11, с. 59], «Побольше заботы и ласки», «кто стучится в дверь ко мне?», «Ножка, ножка…», «На лошадке скок-поскок», «Ты моя радость!», «Ай-лю-лю», «Попрыгунчик», «Танец» [11, с. 63-67]; сборник «Игры на коленях» [11, с. 152-162]; сборник «Игры-забавы на развитие позитивных эмоциональных отношений» [11, с. 165-171].

Также для решения поставленных задач целесообразно использовать пальчиковые игры:

«Белочка» [2, с. 13]; «Дождик», «Коза», «Зайчик», «Улитка» [2, с. 24-26]; «Пальчики», «Деревья» [2, с. 32-33]; «Качаем лодочку» [2. с. 39], «Рубим дрова» [2, с. 49], «Веселые пальчики» [2, с. 51], сборник «Веселые щебеталочки» [6, с. 28-37], сборник «Корзинка с потешками» [6, с. 44-79].

Раздел 2. Формирование ориентировок в пространственно-игровой среде

Цель: формирование предпочтений в новой предметной среде.

Задачи: освоить место расположения игрушек и игровых зон, учить ориентироваться в новых предметных условиях, подчиняться правилам, стимулировать самостоятельный выбор игрушек, занятий.

Формы организации взаимодействия: психотехнические игры, игры-имитации, предметные игры.

Раздел 3. Формирование положительных контактов с ровесниками

Цель: освоение совместного с ровесниками способа жизнедеятельности.

Задачи: стимулирование доброжелательного внимания к ровесникам, отклика на эмоции сверстника – сорадование, формирование умения действовать сообща, обучения обмену действиям как способу общения.

Формы организации взаимодействия: психотехнические игры, хороводные игры.

Примерное планирование занятий для воспитанников раннего возраста

Дата проведения	Название игры; источник.	Направленность игр	Примечание
	«Мой малыш» [1,с. 77]. «Ладушки» [1, с. 81]. «Попрыгушки» [1, с. 78]. «Баю-бай» [1, с. 79].	Установление эмоционального и тактильного контакта с ребенком. Снятие психоэмоционального напряжения.	
	«Мой малыш» [1,с. 77]. «Ладушки» [1, с. 81]. «Попрыгушки» [1, с. 78]. «Баю-бай» [1, с. 79].	Установление эмоционального и тактильного контакта с ребенком. Снятие психоэмоционального напряжения.	
	«Маленькая детка» [1, с.78]. «Ладушки» [1, с. 71]. «Догонялки-обнималки» [1, с. 79]. «Ку-ку» [1, с. 80].	Установление эмоционального и тактильного контакта с ребенком. Снятие психоэмоционального напряжения.	
	«Маленькая детка» [1, с. 78]. «Наши пальчики» [1, с. 80]. «Догонялки-обнималки» [1, с. 79]. «Ку-ку» [1, с. 80].	Установление эмоционального и тактильного контакта с ребенком. Снятие психоэмоционального напряжения.	

	«Ку-ку»[1, с. 80]. «Скачем на лошадке» [1, с. 81-82]. «Догонялки-обнималки» [1, с. 79]. «Топ-топ»[1, с. 82].	Установление доверительных контактов со взрослым на телесно-игровом уровне. Снятие эмоционального напряжения. Стимулирование к подражанию взрослому.	
	«Скачем на лошадке» [1, с. 81-82]. «Догонялки-обнималки» [5, с. 79]. «Топ-топ»[1, с. 82]. «Зонтик» [1, с. 83].	Установление доверительных контактов со взрослым на телесно-игровом уровне. Снятие эмоционального напряжения. Стимулирование к подражанию взрослому.	
	«Топ-топ»[1, с. 82]. «Дождик» [1, с. 84]. «Зонтик» [1, с. 83]. «Солнечные зайчики» [1, с. 83-84].	Установление доверительных контактов со взрослым на телесно-игровом уровне. Снятие эмоционального напряжения. Стимулирование к подражанию взрослому.	
	«Собачка» [1, с. 85]. «Прятки» [1, с. 86]. «Будем спать» [1, с. 86-87]. «Солнечные зайчики» [1, с. 83-84].	Ориентировка в новом пространстве. Формирование интереса к игрушкам, мотивирование совместных действий с ними. Снятие психоэмоционального напряжения.	
	«Собачка» [1, с. 85]. «Прятки» [1, с. 86]. «Будем спать» [1, с. 86-87]. «Катаем мяч» [1, с. 84].	Ориентировка в новом пространстве. Формирование интереса к игрушкам, мотивирование совместных действий с ними.	

		Снятие психоэмоционального напряжения.	
	«Ванька-встанька» [1, с. 85]. «Наши уточки»[1, с. 87]. «Куколка Катюша» [1, с. 88]. «Зонтик»[1, с. 83].	Развитие желания совершать подражательные и самостоятельные игровые действия, стимулирование речевого подражания. Развитие интереса к бытовым процессам. Снятие психоэмоционального напряжения.	
	«Прилетела птичка»[1, с. 89]. «Колечки»[1, с. 89-90]. «Прячемся от дождика»[1, с. 90].	Развитие внимания к сверстникам, их действиям, стимулирование подражания сверстникам, развитие стремления находиться вместе.	
	«Прилетела птичка»[1, с. 89]. «Колечки»[1, с. 89-90]. «Разноцветные клубочки» [1, с. 90].	Развитие внимания к сверстникам, их действиям, стимулирование подражания сверстникам, развитие стремления находиться вместе, достигать общего результата.	
	«Катаем мяч»[1, с. 92]. «Зайки» [1, с. 91]. «Топ-топ-топ»[1, с. 91].	Развитие умения выполнять одновременно одинаковые действия по инструкции взрослого, подражать ровесникам, обмениваться с ними действиями.	
	«Катаем мяч»[1, с. 92]. «Топ-топ-топ»[1, с. 91]. «Флажки» [1, с. 92].	Развитие умения выполнять одновременно одинаковые действия по инструкции взрослого, подражать ровесникам, обмениваться с ними действиями.	

Примерное планирование занятий программы для воспитанников младшего дошкольного возраста

Дата проведения	Название занятия; краткое содержание[4].	Направленность игр	Примечание
	«Цыпленок»: 1. Двигательная разминка «У жирафа пятна, пятна…». 2. Показ стихотворения «Вышла курочка гулять». 3. Игровое упражнение «Цыплята». 4. Сказка «Я буду как папа». 5. Этюды – грустный, радостный, смелый петушок.	- изучение психоэмоционального состояния детей; - снижение импульсивности, беспокойства, заторможенности детей; - создание положительного эмоционального настроя в группе; - формирование позитивного отношения к занятиям; - развитие умения подражать движениям взрослого; - развитие наблюдательности.	
	«Как тебя зовут?»: 1. Двигательная разминка «Туки ток туки ток…». 2. Показ стихотворения «Надуваю быстро шарик». 3. Игра «Надувайся пузырь». 4. Сказка «Я знаю, как меня зовут».		

4 В содержание занятий включены сказки из программы Царьковой О.В. [13]и музыкальное сопровождение из альбома Железновых С. И Е. «Вместе с мамой».

	5. Этюды – грустный, радостный щенок.		
	«Капустный лист»: 1. Двигательная разминка «Зайка». 2. Показ стихотворения «Солнце светит свысока». 3. Игровое упражнение «Зайка серенький скакал». 4. Сказка «Я рад помогать». 5. Этюды – грустный, радостный, находчивый зайчик.		
	«Заюшкина избушка»: 1. Двигательная разминка «Попрыгаем». 2. Показ стихотворения «Для чего тебе, лиса». 3. Игровое упражнение «Лисичка ловит мышек». 4. Сказка «Вместе хорошо». 5. Этюды – грустная лисичка, пожалей лисичку.		
	«Цыпленок и утенок»: 1. Двигательная разминка «Утенок». 2. Показ стихотворения «По волнам качаясь уточка плывет». 3. Игровое упражнение «Утята ловят рыбку». 4. Сказка «Цыпленок и утенок». 5. Этюды – испуганный цыпленок, радостные друзья.	- создание позитивного бодрого настроения; - развитие умения подчиняться правилам игры, преодолевать двигательный автоматизм, - снятие эмоционального и мышечного напряжения; - развитие способности понимать эмоциональные состояния; - развитие навыков совместной игровой деятельности со сверстниками.	
	«Храбрый утенок»: 1. Двигательная разминка «Кыш муха». 2. Показ стихотворения		

	«Стрекоза, стрекоза». 3. Игровое упражнение «Стрекоза». 4. Сказка «Я храбрый». 5. Этюды – испуганный, храбрый цыпленок.		
	«Кто сказал «мяу»»?: 1. Двигательная разминка «К нам пришел котенок». 2. Показ стихотворения «Киска, как тебя зовут?». 3. Игровое упражнение «Кошечки и котики». 4. Сказка «Кто сказал мяу?». 5. Этюды – строгий пес, довольный пес.		
	«Пых»: 1. Двигательная разминка «Наши шарики». 2. Показ стихотворения «Дул колючий ветер». 3. Игровое упражнение «Маленькие ежики». 4. Сказка «Какая ты смелая!». 5. Этюды – испуганный дедушка, смелая Аленка.		
	«Маша обедает»: 1. Двигательная разминка «Вот носик, вот ушки». 2. Показ стихотворения «А тари, тари, тари…». 3. Игровое упражнение «Каравай». 4. Сказка «Я сама». 5. Этюды – капризная Маша, послушная Маша.		

Список литературы:

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь в помощь психологам и педагогам. – М.: ТЦ Сфера, 2003. – 88 с.

2. Афонькина Ю.А. Психолого-педагогическая поддержка детей второго года жизни в период адаптации к ДОУ: методические рекомендации для воспитателей. Дефектологов, педагогов-психологов дошкольных образовательных учреждений. – Мурманск: МОИПКРОиК, 2008. – 37 с.

3. Давыдова О.И., Майер А.Л. Детский сад: Самоучитель для родителей (путеводитель по детскому саду). – Спб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009. – 64 с.

4. Кислинская Т.А. Гениальность на кончиках пальцев: Развивающие игры потешки от 1 года до 4 лет. – М.: Генезис, 2008. – 120 с.

5. Ларечина Е.В. Развитие эмоциональных отношений матери и ребенка. Методическое пособие. – Спб.: Речь, 2004. – 160 с.

6. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства). – Спб.: Издательство 2Речь», 2006. – 176 с.

7. Макшанцева Л.В. Программа психодиагностики, профилактики и преодоления дезадаптации младших дошкольников к детскому саду // Психолог в детском саду. – 2004. - № 1.

8. Монина Г.Б., Ларечина Е.В. Игры для детей от года до трех лет. – Спб.: Речь, 2008. – 256 с.

9. Печора К.Л. Развитие и воспитание детей раннего и дошкольного. возраста. Актуальные проблемы и их решение в условиях ДОУ и семьи. – М., 2006. – 96 с.

10.Севостьянова Е.О. Дружная семейка: программа адаптации детей к ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 128 с. (Ранний возраст).

11.Царькова О.В. Программа «Первый блин с начинкой из сказки» // Вестник практической психологии образования. – 2011. – №2(27). – С.103-114.

Приложение 1

Рекомендации по подготовке ребенка к поступлению в детский сад

Убедитесь, что детский сад необходим вашей семье именно сейчас. Дети чувствуют сомнение родителей, поэтому привыкают к новым условиям дольше и сложнее.

Постепенно **домашний режим** подстраивайте **под режим детского сада.** Днем - прогулка и здоровый сон. Вечером – спокойные игры; минимум телепередач и только добрые сказки.

Поощряйте ребенка за проявления самостоятельности. Полуторагодовалый малыш вполне способен самостоятельно кушать ложкой, пить из чашки, снять с себя одежду, надеть носки и шорты (или юбку), воспользоваться носовым платком, горшком по назначению (или сообщить взрослым о своей потребности). Чем более самостоятелен ребенок, тем более **уверенно он будет чувствовать себя в новой обстановке без помощи родителей.**

Расскажите ребенку интересную историю про детский сад, например: *«Детский сад – это красивый дом для малышей. Там много новых игрушек (мячиков, машинок, кукол и т.п.) и интересных занятий. Детки в садике играют, танцуют, поют. Утром родители приводят детей в садик, а днем или вечером забирают. Воспитатели в детском саду*

любят детей и играют с ними. Скоро мы пойдем знакомиться с садиком, и тебе там очень понравится!». **Рассказывайте, показывайте! Больше всего пугает неизвестность.**

Постепенно вводите новые сведения о жизни в детском саду: сначала про игрушки и занятия, затем – про прогулку, затем – про питание и сон и т.п. Сделайте вид, что с кем-то разговариваете по телефону и обсуждаете, например, вкусную детсадовскую еду, или интересные занятия.

Проходя мимо детского сада, **радостно** напоминайте ребенку, что скоро он придет в этот садик. **С гордостью** сообщайте знакомым, что именно Вашего малыша там ждут.

Присоединяйтесь к ребятам на прогулке. Пусть **ребенок учится общаться с другими детьми,** обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки.

«Подарите» ребенку положительную установку на детский сад! Дети все видят и слышат, поэтому забудьте про тревогу и сомнение, когда обсуждаете тему посещения детского сада. Пресекайте разговоры знакомых, негативно отзывающихся о жизни в детском саду в присутствии вашего малыша. Сами избегайте подобных критических замечаний. Никогда не пугайте ребенка садиком!

Чем лучше будут ваши **отношения с воспитателем,** с другими детьми и их родителями, тем легче будет привыкать ваш малыш. **Доверяйте и уважайте!**

Можете познакомить ребенка с воспитателем, изучить вместе с ним групповое помещение, предварительно договорившись о встрече (лучше, во второй половине дня).

Г**отовьтесь к посещению детского сада с вечера:** вместе выбирайте одежду, игрушку и т.п.

Первое посещение сада должно оставить у ребенка положительные впечатления, поэтому не оставляйте его надолго. **Время пребывания ребенка в детском саду увеличивайте постепенно** при условии хорошего самочувствия малыша.

Е**диный ритуал приветствия и прощания** (например, «воздушный поцелуй») позволит ребенку почувствовать, что **вы обязательно за ним вернетесь**.

Маленькие дети не ориентируются во времени, поэтому **расскажите о последовательности событий,** которые ожидают малыша в саду: «Мы придем в садик. Ты покушаешь, поиграешь, а когда будете собираться на прогулку - я заберу тебя».

Когда приходите за малышом, **хвалите его, обнимайте, целуйте**! «Какой ты молодец, что пришел в садик! Красивый дом построил из конструктора! Я тебя люблю!».

В дальнейшем используйте **приемы «заманихи»:** игрушка хочет в детский сад; сапожки хотят походить по дорожкам детского сада; вкусная котлетка тебя ждет; мягкая подушечка по тебе скучает и т.п.

Если с мамой малыш расстается долго и с трудом, то в первые дни приводить его в сад может другой член семьи. Иногда дети нарочно «задерживают» внимание родителей во время расставания слезами и капризами. Поэтому, **главное - понимание и спокойствие.**

Если ребенок с утра капризничает и не хочет сам одеваться, оденьте его без обид, приговаривая: «Ты у меня уже большой, а когда-то был маленьким. Скоро ты еще подрастешь и будешь одеваться сам, как папа (*или другой значимый для ребенка взрослый*)».

Если вы заметили, что малыш с утра встает неохотно, возможно ему нужно больше времени, чтобы проснуться. Заводите будильник пораньше, делайте все необходимые дела заранее, чтобы потом быть с ребенком и не раздражаться по пустякам. Любимая музыка и голоса любимых сказочных героев помогут настроиться на хороший день!

Если ребенок боится входить в группу, где много детей, приходите пораньше. У воспитателя будет больше возможностей пообщаться с вашим ребенком.

Можете брать «мелкие» поручения от воспитателя на дом (поточить карандаши, помыть игрушку, постирать кукле платье и т.п.), они дают дополнительный повод вернуться в садик на следующий день. «Нужно отнести тете Тане карандашики. Мы их старательно точили, и она порадуется и скажет нам «спасибо»!».

Адаптация – это нормальный, естественный процесс в жизни каждого здорового человека! Опыт адаптации помогает жить и развиваться! И при этом, если врачи и другие специалисты говорят, что вашему малышу рано посещать сад – прислушайтесь и поберегите его нервную систему!

Приложение 2

Предлагаемая методика[5] используется в работе с детьми 3-4 лет.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Заполните, пожалуйста, бланк. Отвечая на вопросы, постарайтесь отметить состояние ребенка, свойственное ему в привычных домашних условиях.

1. Ф.И.О. заполняющего анкету_____
2. Фамилия, имя ребенка, возраст_____
3. Какое настроение чаще всего бывает у вашего ребенка?
   а) бодрое, уравновешенное
   б) неустойчивое, раздражительное

5 Макшанцева Л.В. Программа психодиагностики, профилактики и преодоления дезадаптации младших дошкольников к детскому саду // Психолог в детском саду. – 2004. - № 1.

в) подавленное

4. Какой у вашего ребенка аппетит?

а) хороший

б) избирательный, неустойчивый

в) плохой

5. Как ваш ребенок засыпает?

а) быстрое засыпание

б) неустойчивое

в) медленное

6. Как он спит?

а) продолжительность сна соответствует возрасту

б) неустойчивая продолжительность сна

в) не соответствует возрасту

7. Умеет ли он самостоятельно играть?

а) умеет

б) не всегда

в) самостоятельно не играет

8. Легко ли идет на контакт с другими взрослыми?

а) легко

б) избирательно

в) трудно

9. Как переносит разлуку с матерью?

а) легко, быстро успокаивается

б) через некоторое время успокаивается

в) тяжело

10. Нет ли у вашего ребенка привычки сосать большой палец, грызть ногти, часто хныкать, теребить кончик носа или др. *(укажите)*_____

_____

_____

11. Какие сложности вы испытываете в воспитании ребенка?_____

_____

_____

_____

_____

Карта наблюдений

Фамилия, имя ребенка, возраст_____

Дата заполнения: 1-й части_____2-й части_____

Параметры	**Характеристика**	**1 часть**	**2 часть**
1. Настроение	А) Бодрое, уравновешенное Б) Неустойчивое, раздражительное В) Подавленное		
2. Длительность и	А) Спокойное, быстрое		

характер засыпания	Б) Неустойчивое В) Неспокойное, медленное		
3. Длительность и характер сна	А) Спокойный, соответствует возрасту Б) Неустойчивый В) Неспокойный, не соответствует возрасту		
4. Аппетит	А) Хороший Б) Избирательный, неустойчивый В) Плохой		
5. Навыки самообслуживания	А) Соответствует возрасту Б) Не всегда В) Не соответствует возрасту		
6. Инициативность в игре	А) Умеет найти себе дело Б) Не всегда В) Нет		
7. Инициативность во взаимоотношениях со взрослым	А) Вступает в контакт сам Б) Не всегда В) Сам не вступает в контакт		
8. Результативность действий	А) Доводит начатое дело до конца Б) Не всегда В) Не доводит		
9.Самостоятельность в игре	А) Умеет играть самостоятельно Б) Не всегда В) Сам не играет		
10. Идет на контакт со взрослыми	А) Легко Б) Избирательно В) Трудно		
11. Идет на контакт с детьми	А) Легко Б) Избирательно В) Трудно		
12. Реакция на отрыв от матери	А) Отходит от матери, проявляет интерес к окружающему миру Б) Отрывается не сразу В) Периодически возвращается, плачет		
Общий балл			
Средний балл			

Предлагаемая методика[6] используется в работе с детьми раннего возраста.

Для перевода качественных показателей в количественные используется методика Макшанцевой Л.В.

6 Афонькина Ю.А. Психолого-педагогическая поддержка детей второго года жизни в период адаптации к ДОУ: методические рекомендации для воспитателей. Дефектологов, педагогов-психологов дошкольных образовательных учреждений. – Мурманск: МОИПКРОиК, 2008. – 37 с.

А Н К Е Т А Д Л Я Р О Д И Т Е Л Е Й

Уважаемые родители!

Мы заинтересованы, чтобы каждый ребенок легко привык к детскому саду как к своему второму дому. Поэтому, просим Вас ответить на предложенные вопросы (подчеркнуть подходящий ответ или предложить свой ответ).

Большое спасибо за помощь!

Ф.И. ребенка_____Ласкательное имя_____

Дата рождения_____Возраст при поступлении_____

Кто из родителей заполнил_____

Мой ребенок засыпает **быстро / медленно**; просыпается **легко / капризничает.**

Мой ребенок **положительно / отрицательно** реагирует на необходимость раннего подъема.

Продолжительность сна возрасту: **соответствует / не соответствует / неустойчива.**

Мой ребенок обычно активен: **утром / днем / вечером.**

Мой ребенок **положительно / отрицательно** относится к введению новой пищи.

Мой ребенок заявляет о физиологическом дискомфорте следующим образом_____

Мой ребенок умеет сам (подчеркните): **кушать /пить из чашки /засыпать самостоятельно /одеваться (или оказывать содействие) /пользоваться горшком.**

Он любит заниматься_____

Его любимые игрушки_____

Мой ребенок **может / пока не может** самостоятельно найти себе занятие.

Его любимая еда_____

Чаще всего у него настроение: **бодрое, веселое / вялое, подавленное / серьезное, спокойное**

Мой ребенок достигает целей (как?)_____

Разлуку с мамой переносит **хорошо / плохо / постепенно успокаивается.**

Максимальная длительность разлуки с мамой_____

Мой ребенок **подражает / не подражает** взрослым.

Он реагирует на похвалу (как?)_____, а на порицание_____

Мой ребенок **демонстрирует / не демонстрирует свои достижения** взрослому.

Он **интересуется / не интересуется** ровесниками.

Передвигается **бегом / бег чередуется со спокойным перемещением.**

У моего ребенка **есть** постоянный режим / **нет** постоянного режима (указать в чем)_____

Мой ребенок ориентируется в новой ситуации (улыбается незнакомцам, обследует территорию и т.п.) **быстро / медленно.**

Мой ребенок привыкает к новой ситуации (засыпает на новом месте, остается с новым человеком и т.п.) **быстро / медленно.**

Мой ребенок чаще выражает свои чувства **активно** (протестует активно или громко хохочет) / **спокойно** (хнычет или улыбается).

Мой ребенок **может / пока не может** долго заниматься чем-либо и проявлять настойчивость.

Его **легко / нелегко** можно отвлечь от запретного предмета или действия.

Мой ребенок **разборчив / неразборчив** в мелочах (не нравится тесная одежда, или реагирует на изменение вкуса любимого блюда и т.п.).

У моего ребенка **есть / нет** вредные привычки (сосание пальца, грызение ногтей, накручивание волос, другое_____

Я **испытываю / не испытываю** следующие сложности в воспитании малыша_____

_____

_____

Каковы ваши действия в следующих ситуациях? Отметьте знаком или допишите	**Ласкаю**	**Хвалю**	**Порица**	**Другой вариант ответа**
Ребенок отказывается есть				
Ребенок не может заснуть				
Намочил штанишки				
Запачкал одежду на прогулке				
Сломал игрушку или другой предмет				
Ребенок не реагирует на запрет и продолжает настаивать на желаемом				

Оценка характера адаптации ребенка к новым условиям

Ф.И.О. ребенка, возраст на момент поступления в ДОУ_____

Показатели	Проявления	Оценка в баллах				
		При поступлении	Через 2 недели	Через 3 недели	Через 1 месяц	Через 2 месяца
Настроение	6 – бодрое, жизнерадостное; 5 – беспокойное, тревожное; 4 – аффективное; 3 – раздражительное; 2 – подавленное; 1 – иное (вписать).					
Сон	5 – спокойный, глубокий, длительный, не требует содействия взрослого; 4 – достаточно длительный при помощи взрослого, но не глубокий; 3 – прерывистый, беспокойный; успокаивается при помощи взрослого; 2 – сон короткий, неглубокий и беспокойный; содействие взрослого существенного влияния на сон не оказывает; 1 – иное (вписать).					
Аппетит	4 – хороший; 3 - неустойчивый; 2 – отказ от еды; 1 – иное (вписать).					
Отношение к предметному миру	5 – инициативность, любознательность, интерес к игрушкам; 4 – неустойчивый интерес, низкая активность; 3 – пассивность, равнодушие; 2 – отказ от деятельности; 1 – иное (вписать).					

Отношение к взрослым	5 – инициативность в общении, интерес к взрослому; 4 – неустойчивый интерес, низкая активность; 3 – пассивность, равнодушие; 2 - отказ от общения; 1 - иное (вписать).					
Отношение к сверстникам	5 – инициативность в общении, интерес к сверстникам; 4 – неустойчивый интерес, низкая активность; 3 – пассивность, равнодушие; 2 - отказ от общения; 1 - иное (вписать).					

Заключение:

Приложение 3.

СОГЛАСОВАНО

_____

«___»_____2009 г.

МОДУЛЬ
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ КАРТЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

Ф.И.О. ребенка_____
Возраст на момент поступления_____
Неделя пребывания в ДОУ

Компонент адаптации	**Показатели**		**Приемы поддержки**		
	Сильные стороны развития	Факторы риска адаптации	Воспитатели	Педагоги-психологи	Родители
Психофизические					
Индивидуально-психологические					
Социально-психологические					

Изменения в состоянии ребенка «+», «-»