

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
г. Мурманска №123

**ПРИНЯТА**  
педагогическим советом  
МАДОУ г. Мурманска №123  
Протокол № 4 от «24» 04. 2017г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующая МАДОУ  
г. Мурманска №123  
\_\_\_\_\_/Патлаенко О.В./  
Приказ № 76а-ОД от «27» 04. 2017г.

## **Программа «Адаптируемся к ДОУ без слез»**

Автор составитель:  
педагог-психолог Кононенко О. В.

2017 год

## Пояснительная записка

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение (ДОУ) все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка раннего и младшего дошкольного возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Л.С. Выготский подчеркивает связь психического развития с воздействием окружающей среды [3,4]. Он ввёл понятие социальной ситуации развития, что представляет собой сочетание внутренних процессов развития и внешних условий, являющихся специфическими для каждого возрастного этапа развития психики. Проходя сложный путь социализации, ребёнок подвергается частым воздействиям окружающей действительности, которая выступает как стрессор длительного воздействия, истощающий запас адаптационной энергии. Это дезорганизует психику и поведение.

Интерес современных исследователей к проблеме адаптации ребёнка к условиям жизни и воспитания в дошкольном учреждении связан с выявлением факторов, влияющих на эффективность или неэффективность адаптации. И.Ю. Жуковин [8,9] трудности адаптационного периода, степень выраженности адаптационных нарушений связывает, прежде всего:

- с предшествующими условиями воспитания, под влиянием которых формируется система высшей нервной деятельности ребенка;
- со своеобразием межличностных взаимоотношений взрослых и детей, с уровнем привязанности ребенка к матери;
- с организацией воспитательно-образовательного процесса в дошкольных учреждениях, социальными условиями;
- с индивидуальными особенностями ребенка: возрастными, психологическими, психофизиологическими, нейрофизиологическими, психогенетическими.

Сложность приспособления организма к новым условиям и новой деятельности и высокая цена, которую платит организм ребенка за достигнутые успехи, определяют необходимость тщательного учета всех факторов, способствующих адаптации ребенка к дошкольному учреждению. С введением ФГОС ДО целью деятельности педагога-психолога является охрана и укрепление психического здоровья детей на основе создания психологических условий достижения ими личностных образовательных результатов в процессе освоения образовательных областей. Поэтому в основе психолого-педагогической разработки лежит идея своевременной профилактики психоэмоционального состояния детей раннего и младшего дошкольного возраста. Для данной категории детей была создана профилактическая программы «Адаптируется к ДОУ без слез».

Программа составлена с учетом содержания:

1. "Комплексной психолого-педагогической программы профилактики психоэмоционально напряжения у детей младшего дошкольного возраста в период адаптации в условиях дошкольного образовательного учреждения" авторы: Соколова Л. А., Якуш О. Е., Братчина А. А., Поршнева Ю. В., Букреева Н.В., Шерemet С. В., г. Белгород;
2. Программы по психопрофилактике дезадаптации детей раннего возраста «Первый блин с начинкой из сказок» автор Царькова О.В., г. Москва;

3. "Занятий психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению" автор Роньжина А.С., г. Тула.

**Цель программы:** Сохранение и укрепление психического здоровья и эмоционального благополучия воспитанников раннего и младшего дошкольного возраста. Поставленная цель программы определяет решение ряда **задач**:

1. Определение и изучение уровня адаптации ребенка к условиям ДОО в раннем дошкольном возрасте;
2. Профилактика и преодоление стрессовых состояний у детей в период адаптации;
3. Развитие навыков взаимодействия с детьми и взрослыми;
4. Развитие интереса к стихам, песням и сказкам;
5. Развитие чувства ритма, крупной и мелкой моторики, координации движений;
6. Развитие внимания, восприятия, активной речи.

**В основе реализации программы лежат следующие подходы:**

- Деятельностный подход рассматривает деятельность наравне с обучением как движущую силу психического развития. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают новые виды деятельности, развиваются (перестраиваются) психические процессы и возникают личностные новообразования.
- Аксиологический подход предполагает организацию развития и воспитания на основе общечеловеческих ценностей (ценности здоровья, нравственно-этические ценности, чувства принадлежности к своей семье, ближайшему социуму, своей стране).
- Личностный подход предполагает, что все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.
- Культурологический подход ориентирует образование на формирование общей культуры ребёнка, освоение им общечеловеческих культурных ценностей.

**Программа базируется на следующих принципах:**

1. Принцип дифференцированного подхода;
2. Индивидуализация процесса (выстраивается работа с воспитанником с учетом индивидуальных свойств и качеств, в зависимости от эмоционально-личностного статуса, когнитивного развития);
3. Принцип единства диагностики и коррекции;
4. Принцип непрерывности;
5. Принцип системности;
6. Принцип деятельного подхода;
7. Принцип гуманистического подхода.

Программа рассчитана на два года работы с воспитанниками в возрасте от 1, 5 до 3 лет. Всего 40 занятий для детей (20 занятий на каждый год). Занятия проводятся по подгруппам, продолжительность каждого занятия — 10-15 мин, причем одно занятие может повторяться 2-3 раза, чтобы дети лучше запомнили слова стихов, потешек, песенок, правила игр. Занятия проводятся с октября по апрель, это обусловлено тем, что дети в ясельные группы приходят на всем протяжении двух учебных годов. Ограничения на участие в освоении программы не выявлены.

В качестве основных методов и приемов на занятиях используются: подвижные игры, пальчиковая гимнастика, игры на познавательное развитие, дыхательная гимнастика, релаксационные упражнения, игры с природными материалами, этюды на выражения разных эмоций, проигрывание сказок.

**Ожидаемые результаты:**

Безболезненная адаптация к условиям детского сада; ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами к взрослому; знает название окружающих предметов и игрушек; стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки; стремится двигаться под музыку; у ребенка развита крупная моторика.

**Диагностический инструментарий:**

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

Диагностика проводится в два этапа. На первом этапе родители заполняют анкету и воспитатели заполняют первую часть карты наблюдения за воспитанником. На втором этапе воспитатели заполняют вторую часть карты наблюдения за ребенком, через месяц посещения им детского сада.