

Муниципальное автономное дошкольное образовательное  
учреждение г. Хабаровска «Детский сад №100»

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего МАДОУ № 100

Симонова О.В.



# **Программа**

**психолого-педагогического сопровождения  
детей раннего возраста (1,5 – 3 лет) в период адаптации  
к дошкольному учреждению**

## **«Добрый детский сад»**

Составитель:  
Педагог-психолог  
Холодова Е.Е

Хабаровск, 2025 г

## Содержание

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Пояснительная записка                                               | 3  |
| 2. Цели, задачи Программы «Добрый детский сад»                         | 3  |
| 3. Возрастные особенности детей 1,5 – 2 лет                            | 4  |
| 4. Возрастные особенности детей 2-3 лет                                | 5  |
| 5. Понятие "адаптация" детей раннего возраста в ДООУ                   | 6  |
| 6. Формы организации взаимодействия с детьми                           | 9  |
| 7. Этапы реализации Программы                                          | 10 |
| 8. Структура занятий и содержание Программы                            | 12 |
| 9. Гибкий план воспитательно-образовательной работы в период адаптации | 14 |
| 10. Игровая деятельность детей в адаптационный период                  | 18 |
| 11. Список литературы                                                  | 28 |



## 1. Пояснительная записка

*"Недостаточно внимательное отношение  
к возрасту первого детства отражается  
губительно на всей жизни человека..."*

*В.М. Бехтерев*

Малыш переступает порог детского сада. В жизни ребенка наступает самый сложный период за все его пребывание в детском саду – период адаптации. Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям. Это обстоятельство вносит в жизнь ребёнка серьёзные изменения, к которым необходимо привыкнуть: к отсутствию близких, родных людей; к соблюдению режима дня; к постоянному контакту со сверстниками и незнакомыми взрослыми.

Программа «Добрый детский сад» предназначена для психолого-педагогического сопровождения детей в период адаптации к дошкольному учреждению и направлена на то, чтобы избежать осложнений адаптационного периода и обеспечить оптимальное течение адаптации.

**Актуальность** выбранной темы заключена в том, что процесс адаптации ребенка к ДОУ имеет свои сложности, что обуславливает важную роль педагогической поддержки ребенка в этот период. Необходима такая организация жизни ребенка раннего возраста в учреждении, которая обеспечит наиболее адекватное, и почти безболезненное приспособление к новым условиям; позволит сформировать положительное отношение к детскому саду и навыкам общения, не только со взрослыми людьми, но и со сверстниками. Очень важно, чтобы этот переход был органичным и не травмирующим для ребенка. Педагоги и родители должны помнить, что упущенное в воспитании малыша ничем потом не восполнишь.

«Ранний детский возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие», В. С. Мухина.

Итак, необходимым условием для эффективного руководства процессом привыкания к детскому учреждению и сохранению здоровья ребенка в адаптационный период является продуманная система психолого-педагогических воздействий, в которых главное место занимает организация деятельности ребенка, отвечающая потребностям, которые определяют его поведение.

## 2. Цели, задачи Программы «Добрый детский сад»

**Цель программы** – создать условия, обеспечивающие ребенку физический и психологический комфорт для облегчения периода адаптации к условиям ДОУ.

### **Задачи:**

- преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;
- организация воспитательно-образовательного процесса в соответствии с возрастными особенностями детей раннего возраста;
- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- развитие игровых навыков, произвольного поведения;
- формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей.

### **Условия необходимые для реализации программы.**

Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе. Помещение группы разделено на несколько секторов.

В игровой зоне помещаются игрушки:

- для развития предметной деятельности - пирамидки, матрешки, кубы, различного рода вкладыши, игра «почта» с фигурами различной формы (треугольниками, прямоугольниками), крупный и мелкий строительный материал расположены на полках, которые доступны детям;
- для развития движений - мячи разных размеров, обручи, машины, тележки, каталки, коляски, шары и шарики;
- для развития сюжетных игр - куклы, собачки, медвежата, зайчата, машинки, грузовички;
- для развития речи и обогащения впечатлений - набор игрушечных животных, набор кукол, книги, картинки;
- умиротворяющее действие на детей оказывают игры с песком и водой, такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации успокаивающее и расслабляющее действие (вносятся в группу по мере необходимости).

**Сроки реализации программы** – июль-сентябрь 2025 г. (ежегодно июль-сентябрь)

### **Ожидаемые результаты.**

Благоприятный адаптационный период детей 1,5 - 3 лет. Повышение психолого-педагогической компетенции родителей в вопросах воспитания, обучения и развития детей раннего возраста в период адаптации. Становление партнёрских, доверительных отношений между работниками дошкольного учреждения и семьями воспитанников.

### **3. Возрастные особенности детей 1,5 – 2 лет.**

Прямо хождение, речевое общение и предметная деятельность — основные достижения данного возраста. Овладение речью — главное новообразование раннего возраста. Ребенок в 1,5 -2 года должен уметь: ходить самостоятельно; нести что-то в ру-



ках, тянуть или что-то толкать; поднимать ногу на ступеньку; строить из 2-4 кубиков пирамидку; самостоятельно кушать; частично развешиваться без помощи взрослых; «подражать» действиям взрослых (читать книгу, разговаривать по телефону; смотреть телевизор и т.д.).

Как развивается ребенок 1,5 – 2 лет. Дети научаются комбинировать слова, объединяя их в небольшие двух - трехсловные фразы, причем от таких фраз до целостных предложений они прогрессируют довольно быстро. Вторая половина второго года жизни ребенка характеризуется переходом к активной самостоятельной речи, направленной на управление поведением окружающих людей и на овладение собственным поведением;

До 1,6—1,8 лет у ребенка развивается только понимание речи при еще весьма незначительном приросте активного словаря;

На втором году жизни резко возрастает интерес ребенка к окружающему его миру. Ребенок все хочет узнать, потрогать, увидеть, услышать. Особенно его интересуют названия предметов и явлений, и он то и дело задает взрослым вопрос: «Что это?»;

К двум годам нормально развивающийся ребенок понимает значения практически всех слов, относящихся к окружающим его предметам. Этому способствует постоянное и разнообразное общение взрослых с ребенком;

К концу второго года жизни дети знают уже примерно 300 слов;

Большинство детей к двухлетнему возрасту имеют четкое представление о назначении окружающих их предметов домашнего обихода и личной гигиены, правильно их используют;

На втором году жизни ребенок воспроизводит действия взрослых с предметами, у него появляются предметные игры-подражания;

К двум годам дети могут играть в элементарные логические и тематические игры, способны составлять план действий на сравнительно небольшой промежуток времени. Родителям важно: разговаривать со своим ребёнком. Дети, с которыми взрослые мало разговаривают, ограничиваясь только уходом за ними, резко отстают в развитии речи; чётко и ясно проговаривайте свои слова. Ребёнок начинает осваивать речь, подражая речи взрослого, поэтому если вы сюсюкаете и коверкаете слова, именно такую речь и будет копировать ваш ребёнок; развивать мелкую моторику, ведь это способствует развитию речи.

#### **4. Возрастные особенности детей 2-3 лет.**

В раннем возрасте дети активно овладевают собственным телом, имеют достижения в психическом и физическом развитии, которые сопровождаются чувством удовлетворенности собой, своими достижениями.

Раннее детство - период бурного речевого развития. Интенсивно развиваются активный и пассивный словари. К двум годам дети понимают почти все слова, которые произносят взрослые, называя предметы своего окружающего мира. К двум годам количество слов у детей достигает - до 200- 300, а к трём - до 1500 слов.

В развитии психических функций детей 2-3 лет доминирует восприятие. Дети этого возраста максимально связаны с наличной ситуацией, всё их поведение импульсивно. В этом возрасте малыш еще не может управлять собой по собственному желанию, его



поведение носит большей частью произвольный характер. Он очень эмоционален, однако его эмоции непостоянны, его легко отвлечь, переключить с одного эмоционального состояния на другое.

Мышление у детей 2-3 лет - наглядно действенное. Дети этого возраста интеллектуально развиваются при условии наглядности предметной деятельности. Во взаимодействии со взрослыми дети усваивают способы действий с разнообразными предметами. У детей 2-3 лет развиты ощущения, восприятие, внимание, память, мышление (действенное, практическое), элементы воображения, которые развиты за счёт предметной деятельности.

Примерно к 2 годам у детей начинается первичная форма самосознания. Признаком этого самосознания является узнавание себя в зеркале. Далее дети называют себя по имени, а ближе к трём годам появляется местоимение «Я». Игровая деятельность для детей 2-3 лет имеет существенное значение для развития, определяя их продвижение в когнитивном, личностном и социальном развитии.

В сюжетно-ролевой игре дети 2-3 лет копируют многообразные виды обращения людей с предметами в различных социальных ситуациях, усваивают предметные действия, формы и нормы общения, а также ролевое поведение. Дети с помощью сюжетно-ролевых игр подготавливаются к участию в общественной жизни.

Кризис 3 лет – граница между ранним и дошкольным возрастом – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Это разрушение, пересмотр старой системы социальных отношений. Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения. Изменение позиции ребенка – новая позиция «Я – САМ», возрастание его самостоятельности и активности, требуют от близких взрослых своевременной перестройки. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребенка возникают собственно кризисные явления, проявляющиеся в отношениях со взрослыми (и никогда – со сверстниками).

## **5. Понятие "адаптация" детей раннего возраста в ДОО.**

Главное обстоятельство, провоцирующее стресс у ребенка при поступлении в детский сад - это отрыв от матери, и оставление ребенка одного с незнакомыми детьми и чужими взрослыми. У ребенка младшего дошкольного возраста пока еще не сформирована потребность в общении со сверстниками и навыки совместной игры не развиты. С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: режим дня, отсутствие родителей в течение нескольких часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию.

В зависимости от длительности адаптационного периода различают три степени адаптации ребенка к детскому саду:

- 1 – 16 дней - легкая адаптация;
- 16 - 32 дней – адаптация средней тяжести;



от 32 до 64 дней – тяжелая адаптация.

**Лёгкая адаптация** – при легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение двух недель. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1 – 2 недели. У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние; он контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро привыкает к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников). Речь может затормаживаться, но ребенок может откликаться и выполнять указания взрослого. Заболеваемость не более одного раза, без осложнений.

**Средняя адаптация** – во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение целого месяца настроение может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно в течение месяца, плаксивость в течение всего дня. Отношение к близким – эмоционально-возбужденное плачь, крик при расставании и встрече. Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Речевая активность замедляется. Заболеваемость не более двух раз, сроком не более десяти дней, без осложнений. Вегетативные изменения в организме: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щеки, шелушение кожи (диатез) – в течение 2-х недель. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкая к новой ситуации.

**Тяжёлая адаптация** – ребенок плохо засыпает, сон короткий. Вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами. Аппетит снижается, может возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, неконтрольный стул. Реакции ребенка, направлены на выход из ситуации: это либо активное эмоциональное состояние (плачь, негодующий крик, агрессивно-разрушительные реакции, двигательный протест). Либо активность отсутствует при выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, пассивное подчинение, подавленность, напряженность). Отношение к детям: избегает, сторонится или проявляет агрессию. Отказывается от участия в деятельности. Может иметь место задержка речевого развития. Заболевания -более 3-х раз, длительностью более 10-ти дней.

#### Причины тяжелой адаптации:

Несформированность автономии ребенка и его матери (эмоциональной, телесной, игровой).

Несформированность культурно-гигиенических навыков.

Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.

Наличие у ребенка своеобразных привычек.

Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

Патологии психического развития.



### **Характер адаптации зависит от следующих факторов:**

- ✓ Состояния здоровья и уровня развития ребенка. Здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.
- ✓ Сформированности предметной деятельности. Такого ребенка можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями.
- ✓ Индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста по разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду.
- ✓ Условий жизни в семье. Это создание режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а также личностных качеств (умение играть с игрушками, общаться со взрослыми и детьми, самостоятельно обслуживать себя и т.д.). Если ребенок приходит из семьи, где не были созданы условия для его правильного развития, то, естественно, ему будет очень трудно привыкать к условиям дошкольного учреждения.
- ✓ Уровня тренированности адаптационных механизмов, опыта общения со сверстниками и взрослыми. Тренировка механизмов не происходит сама по себе. Необходимо создавать условия, которые требуют от ребенка новых форм поведения. Малыши, которые до поступления в детский сад неоднократно попадали в разные условия (посещали родственников, знакомых, выезжали на дачу и т.п.), легче привыкают к дошкольному учреждению. Важно, чтобы в семье у ребенка сложились доверительные отношения со взрослыми, умение положительно относиться к требованиям взрослых.

### **Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:**

- глубокий сон;
- хороший аппетит;
- бодрое эмоциональное состояние;
- полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;
- соответствующая возрасту прибавка в весе.

### **Механизм реализации программы.**

Ранний возраст - это чрезвычайно ответственный период в развитии ребенка, он считается самым главным в социальном, личностном развитии ребенка.

Программа по адаптации детей раннего и младшего дошкольного возраста к условиям детского сада направлена на сохранение и укрепление физического и психологического развития детей дошкольного возраста. Одно из главных направлений её, помощь детям в прохождении довольно сложного периода жизни по приспособлению к новым условиям жизнедеятельности. Для того, чтобы ребенок чувствовал себя в этот период комфортно и ходил в детский сад с удовольствием необходим постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение и индивидуальный подход к нему со стороны педагогов и специалистов детского сада.



## 6. Формы организации взаимодействия с детьми.

В период адаптации детей к ДОО целесообразно проводить игры, направленные на развитие эмоционального общения ребёнка со взрослым, а также на сближение детей друг с другом, на развитие речевой активности, на развитие двигательной активности. Использование игрушек-забав, игрушек-сюрпризов. Создание условий для общения детей со знакомыми игрушками и вещами.

- ✓ Игры, сближающие малышей друг с другом и с воспитателем.
- ✓ Игры, направленные на освоение окружающей среды ребенком и его знакомство с культурой поведения.
- ✓ Игры направленные на развитие взаимодействия между детьми.
- ✓ Физические упражнения и игры со спортивным инвентарем.
- ✓ Пальчиковые игры. Опыты для малышей.
- ✓ Музыкаотерапия. Представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции состояния ребенка в желательном направлении развития. Музыкальные паузы включают в себя: звукоподражание и подпевание; песенки; слушание музыки, музицирование на детских музыкальных инструментах.
- ✓ Элементы телесной терапии (обнять, погладить).
- ✓ Методика "Любимая игрушка". Каждый ребёнок дома может выбрать любимую игрушку, которую он должен принести в группу. При этом родители говорят ребёнку: «Ты уже подросток и теперь ты пойдёшь в детский сад. А вместе с тобой выросла твоя игрушка, поэтому она тоже будет ходить с тобой в детский сад.» В течении 30 дней с момента поступления в д/с ребёнку 1 раз в день задаются вопросы: «Как твоей игрушке нравится в д/с? Как она себя чувствует? и т. д.» По мере прохождения адаптационного периода отношение к игрушкам у детей может меняться.

Присутствие любимой игрушки необходимо детям раннего возраста в период адаптации к ДОО и, особенно, для тех, у кого тяжёлая степень адаптации по характеру привыкания.

### **Содержание общения воспитателя с ребенком в период адаптации.**

Вовлечение в игровую деятельность совместно с воспитателем — самый эффективный метод по отношению к детям. Для обучения действиям с игрушками воспитатель может использовать показ, совместные действия с ребенком, упражнения в действии, похвалу за совершенное действие. В совместных действиях с воспитателем в играх-занятиях, в неоднократных упражнениях ребенок овладевает способами действия с окружающими предметами и начинает выполнять то или иное действие самостоятельно.

Так в ситуативно-действенном общении не только удовлетворяется потребность в сотрудничестве со взрослым, но и начинает формироваться потребность в активных самостоятельных действиях. Поэтому для дальнейшего развития этой потребности ре-



комендуется постепенно включать и такие приемы и методы педагогического воздействия, как упражнения в самостоятельных действиях, поручение, напоминание, указание, как уступить игрушку, как поделиться игрушкой с другими детьми.

Упражнения двигательного характера и подвижные игры приносят детям огромную радость, снимают эмоциональное напряжение, удовлетворяют потребность в движениях. Поэтому такие упражнения, как «Полетаем, как птички», «Полетели, полетели, сели», «Полетим, как самолеты», «Попрыгаем, как зайчики» и др., надо проводить как можно чаще, привлекая к их выполнению и новеньких. Их обычно очень увлекает этот прием, они отвлекаются от своих переживаний. Помогает в снятии эмоционального напряжения и музыка. Негромкая, веселая, мелодичная музыка вызывает у детей улыбку. Они начинают под нее приплясывать. Следовательно, музыка тоже может быть использована как средство для вовлечения ребенка в общение со взрослым. Чтобы ребенок не перевозбуждался, надо своевременно переключать его с подвижных игр, движений под музыку на спокойные игровые действия, привлекая игрушкой, действиями с ней. Игрушка-забава положительно влияет на эмоциональное состояние ребенка, отвлекает его от мамы, приближает к воспитателю и детям. Он применяется сначала в присутствии мамы, а затем и без нее. Важно, чтобы ребенок был не просто спокоен, но и деятелен. Именно активность, контакты в действиях, в игре способствуют развитию ребенка, а также формированию потребностей общения на более высокой ступени.

В первые дни по возможности не следует резко изменять те привычки, которые сложились у ребенка в условиях семьи. Так, например, если ребенок засыпал только при похлопывании его рукой и напевании песенки, надо, не дожидаясь его плача, постоять около него, погладить рукой, похлопать, успокаивающе, помочь ему заснуть. Временное сохранение привычки предупредит появление отрицательных эмоций, поможет ребенку легче адаптироваться. Безусловно, в условиях семьи нетрудно укладывать спать и кормить ребенка в соответствии с его привычками. В детском учреждении сделать это сложнее, не вполне возможно при соблюдении определенного порядка в обслуживании детей, при соблюдении принципа постепенности.

## **7. Этапы реализации программы.**

### **Подготовительный этап.**

Знакомство психолога и воспитателей с родителями. Ознакомление родителей с характеристикой возрастных особенностей и возможностей и с показателями развития детей раннего возраста. Знакомство родителей с режимом дня пребывания детей в детском саду.

Знакомство с родителями и ребенком (определяются навыки, которые помогут ребенку легче адаптироваться, его индивидуальные особенности). Создание банка



данных о будущих воспитанниках. Первоочередным является сбор сведений о ребёнке, семье. Для этого родителям на собрании предлагаются анкеты, где родители, отвечают на предложенные вопросы. Воспитатели и психолог анализируют данные материалы, делают выводы об особенностях поведения ребенка, сформированности его навыков, об интересах и т.п. Это помогает правильно общаться с детьми в адаптационный период, помочь детям легче привыкнуть к новым для них условиям.

Информационное сопровождение – «Памятка для родителей» по разделам: «Адаптация. Что это такое?», «Как предупредить плохое поведение у ребёнка, после д/с в период адаптации», «Развиваем самостоятельность малыша» и т. д.

Создание развивающей среды, подбор методической, художественной литературы, иллюстрационных материалов, дидактических игр.

### **Основной этап.**

#### **10 шагов успешной адаптации.**

➤ Знакомство с группой, ребенок с родителями постепенно входит в группу детского сада.

➤ Установление контакта с ребенком через родителя.

Ребенок привыкает к новому помещению и незнакомым взрослым. Необходимо маме показать ребенку игрушки, необходимые в пользовании предметы быта, вместе рассмотреть их, потрогать, подействовать с ними, объяснить назначение предмета, показать, как с ним действовать. Неоднократная экскурсия по группе вместе с мамой снимает у ребенка неуверенность, страх перед неизвестным, и он начинает поглядывать на воспитателя. Чтобы вызвать у ребенка положительное отношение к воспитателю, родители должны сами обращаться к нему с просьбой и вопросами.

➤ Знакомство с участком, приход ребенка вместе с родителями только на прогулку.

На прогулке легче ориентироваться в окружающем, легче установить контакт с воспитателем и детьми, так как эти условия напоминают условия домашнего двора. Различные игрушки машины, совочки, лопатки, формочки, мячи, куклы — помогут ребенку провести время весело и заинтересуют его, привлекут внимание, вызовут желание прийти сюда снова, повысят эмоциональный тонус.

➤ Приход ребенка вместе с родителями в группу во время свободной игровой деятельности. Проведение индивидуальных и подгрупповых игр и забав с детьми в группе.

Если родные, придя в группу, будут только обнимать и жалеть ребенка, это не даст необходимого результата, а, наоборот, сыграет отрицательную роль. Важно именно побудить ребенка общаться с воспитателем. И как только обстановка и общение с воспитателем перестает пугать ребенка, можно предложить родителям оставить его на 15—30 минут одного, т. е. попросить выйти из группы. При этом следует рекомендовать им первое время уходить из группы незаметно. Родителям надо пояснить также,



что, приходя в группу, они не должны сосредоточивать все свое внимание только на своем ребенке. Они должны на это время стать не только союзниками воспитателя в формировании у ребенка потребности в общении, но и помощниками по уходу за детьми всей группы.

- Ребенок завтракает вместе с родителями.
- Ребенок остается без родителей на 1-2 часа во время прогулки, либо во время свободной игровой деятельности;
- Ребенок остается без родителей с завтрака до обеда. Наблюдение за поведенческими реакциями ребёнка. Диагностика навыков и умений. Заполнение индивидуального листа адаптации на каждого ребёнка.
- Ребенок остается на сон, но сразу после сна его забирают родители.

Не секрет, что многие дети не любят засыпать в детском саду, а значение полноценного отдыха для детей раннего дошкольного возраста трудно переоценить. Поэтому с целью снижения тревоги и создания положительной мотивации на режимный момент сна используем мягкие игрушки, объясняя присутствие данных игрушек в спальне тем, что это «Сонные игрушки», им очень хочется спать, но они не могут уснуть без вашей помощи. Не громко 2-3 минуты звучит спокойная музыка. Дети укладывают игрушку рядом с собой, поглаживая ее, засыпают. Использование таких «Сонных игрушек» позволяет улучшить эмоциональный фон сна как режимного момента, снять беспокойство, уменьшить количество трудно засыпающих детей.

- Ребенок остается на целый день.

На данном этапе ребенка постепенно приучаем к режимным моментам детского сада. Обыгрывание ситуации через игрушку, начавшую посещать детский сад. Соблюдение режимных моментов вместе с игрушкой. Этот этап – самый важный, для облегчения адаптации добиваемся, чтобы родители и дома поддерживали такой же режим, как и в детском саду.

- Ребенок включается в непосредственно образовательную деятельность в группе. Участие в театрализованных играх, играх – инсценировках. Овладение навыками самообслуживания.

#### **Итоговый этап:**

Анализ проведенной работы. Определение степени адаптации ребёнка. Оформление фотоотчета "Мы в детском саду". Рекомендации родителям и воспитателям.

### **8. Структура занятий и содержание Программы**

Базовыми средствами работы с детьми раннего возраста служат разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, песенки, потешки, стишки, «ладушки» и «догонялки». Они быстро вовлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного



плача на дружное хлопанье в ладоши и топание ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой.

Как правило, **занятие начинается** с упражнений, требующих согласованности действий всей группы: дети дружно шагают, бегают, хлопают, топают, хлопают ладошками по мячу, выполняют другие задания в соответствии с ритмом, показом взрослого и словами стихотворения. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу.

В **основную часть** занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками.

**Заканчивается занятие** спокойными, малоподвижными играми и упражнениями. Все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены сказочно-игровым сюжетом.

Каждое занятие проводится в 2-3 этапа. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие, варьируются педагогом-психологом. Он может сократить занятие, чтобы избежать переутомления детей, изменить последовательность частей в соответствии с настроением детей и т.п.

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 2 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется по 3-4 раза, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр. Кроме того, дети раннего возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Они выполняют их с большим интересом и радостью. Предполагается, что на первых занятиях психолог разучивает с детьми отдельные части сценария, а последнее занятие проводит совместно с родителями.

Родители приглашаются на занятия из следующих соображений: - совместные занятия являются своеобразным «мастер-классом» для родителей, так как на них психолог показывает новые средства и способы общения с детьми; - неформальная атмосфера занятий способствует более активному и открытому общению психолога с родителями.

Активное участие в занятиях принимает воспитатель. Он перенимает методы и приемы, применяемые психологом в различных ситуациях, отмечает наиболее понравившиеся детям игры и использует их в своей работе.

В процессе практической работы допустимо как сокращение количества игр, так и внесение различных дополнений, в соответствии с возрастом, состоянием, потребностями и индивидуальными особенностями детей. Родителям нерешительных детей можно предложить участвовать в занятиях не только в течение первого месяца, но и позднее; полезно порекомендовать им дома поиграть с ребенком в те же игры. Психолог может использовать цикл занятий как основу своей работы с детьми раннего возраста или проводить отдельные занятия, игры и упражнения.



## 9. Гибкий план воспитательно-образовательной работы в период адаптации.

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | 1-я неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Понедельник | Приветствие малыша от имени игрушки (плюшевый мишка, зайка, кукла). Экскурсия по группе.<br>Игры-потешки «Ладушки», «Сорока-белобока»<br>Пальчиковая игра «Игра с кистями рук».<br>Игра «Передай колокольчик».                                                                                                                                                               |
| Вторник     | Беседа «Кто у нас хороший?» (игра у зеркала).<br>Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!»<br>Игра-путешествие «В гости к Мойдодыру» (в санитарную комнату). Подробное знакомство с индивидуальными предметами гигиены, правилами поведения.<br>Катание на игрушках-качалках, каталках, качелях в спортивном уголке.                                             |
| Среда       | Беседа о животных, живущих у детей дома.<br>Игра «Разноцветные бусины», повторение знакомых игр.<br>Подвижная игра «Догони мяч».<br>Игры с природным материалом «Волшебные коробочки».<br>Чтение художественной литературы.                                                                                                                                                  |
| Четверг     | Рассказ-импровизация воспитателя «Как мы с Зайкой ждали Машу, Катю, ...», наблюдение в окно.<br>Игра-забава «Минутка заводной игрушки».<br>Игры «Мишка», «Козлик».<br>Игра-путешествие по группе «Кто, кто в этом домике живет?».<br>Знакомство с расположением игровых зон, игрушек, пособий.<br>Подвижная игра «Смотри, что я могу».<br>Игра-путешествие в «Комнату снов». |
| Пятница     | Беседа с ребенком на интересующую его тему (о папиной машине, старших детях в семье, об игрушке, мультике).<br>Игра-забава с музыкальными игрушками.<br>Игра «Разноцветные бусины»,<br>Игра с водой «Нырки» (подготовительные навыки для мытья рук), закрепление правил поведения в комнате Мойдодыра.                                                                       |
|             | 2-я неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Понедельник | Продолжить знакомство с группой.<br>Рассказ-импровизация воспитателя о жизни игрушек и ребят.<br>Пальчиковая игра «Игра с кистями рук».<br>Игра-забава «Музыкальная шкатулка».<br>Подвижная игра «Смотри, что я могу».                                                                                                                                                       |



|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Вторник     | <p>Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!»</p> <p>Игра «Передай колокольчик».</p> <p>Игра «Прятки».</p> <p>Путешествие к Мойдодыру – игровое упражнение «Найди свою картинку».</p> <p>Хохотальная разминка.</p> <p>Пальчиковая игра «Маленький зайчик»</p>                                                                                                             |
| Среда       | <p>Беседа у зеркала «Кто у нас хороший?».</p> <p>Подвижная игра «Зайка».</p> <p>Рассматривание картинок о животных, рассказ-импровизация «Детский сад для лесных зверюшек».</p> <p>В гостях у Мойдодыра.</p> <p>Игра-забава «Воздушные шары».</p> <p>Аудиозапись «Голоса природы».</p>                                                                                               |
| Четверг     | <p>Игра-путешествие по группе «Кто, кто в этом домике живет?».</p> <p>Игра-забава со звучащими, музыкальными игрушками.</p> <p>Минута отдыха «Мягкая».</p> <p>Игра «Зарядка».</p> <p>Игра-путешествие в «Комнату снов», аудиозапись «Колыбельные».</p>                                                                                                                               |
| Пятница     | <p>Рассказ-импровизация воспитателя «Как мы с Мишуткой ждали Машу ...», наблюдение в окно.</p> <p>Игра «Пять малышей».</p> <p>Самостоятельные игры с мячами.</p> <p>Ласковая минутка «Кто у нас хороший?».</p> <p>Игры с природным материалом «Морские сокровища».</p> <p>В гостях у Мойдодыра.</p>                                                                                  |
| 3-неделя    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Понедельник | <p>Продолжить знакомство с игровой комнатой.</p> <p>Сюжетная игра «Мы шли, шли, шли ...».</p> <p>Подвижная игра «Иди ко мне».</p> <p>Минута отдыха «Мягкая».</p> <p>Игры с водой «Плავает - тонет».</p> <p>Игры для развития мелкой моторики «Кто в кулачке?».</p> <p>Хохотальная разминка.</p> <p>Самостоятельные игры.</p> <p>Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».</p> |



|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Вторник  | <p>Беседа с детьми на интересующую их тему.</p> <p>Игра-забава «Кто это хлопает в ладоши?».</p> <p>Сюжетная игра «В гости к куклам».</p> <p>Подвижная игра «Зайка».</p> <p>Экскурсия в физкультурный зал.</p> <p>Свободная деятельность.</p> <p>Подвижная игра «Хоровод».</p> <p>Ласковая минутка «В гостях у Сплюшки» - слушание аудиозаписи «Классические колыбельные».</p> |
| Среда    | <p>Чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.</p> <p>Сюжетная игра «Я иду в гости с подарками».</p> <p>Самостоятельная деятельность.</p> <p>Игра с водой «Ловкие пальчики».</p> <p>Музыкальная игра «Мы в лесок пойдем».</p> <p>Игра «В гостях у Мойдодыра» (закрепление правил поведения в санитарной комнате).</p>                                       |
| Четверг  | <p>Беседа на интересующие детей темы.</p> <p>Сюжетная игра «Я иду в гости с подарками».</p> <p>Рисование фломастерами, маркерами.</p> <p>Подвижная игра «Солнечные зайчики».</p> <p>Самостоятельная деятельность.</p> <p>Пальчиковые игры «Игра с кистями рук», «Кто в кулачке?».</p> <p>Свободные игры в спортивном уголке (катание на каталках, сухой бассейн, качели).</p> |
| Пятница  | <p>Наблюдение из окна группы за приходом детей в детский сад.</p> <p>Сюжетная игра «Загляни в мое окошко».</p> <p>Игра-забава «Кто это хлопает в ладоши?».</p> <p>Показ-инсценировка потешки «Огуречик-огуречик».</p> <p>Подвижная игра «Покружимся».</p> <p>Самостоятельная деятельность.</p>                                                                                |
| 4-неделя |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Понедельник | <p><i>Утро</i><br/>         Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!».<br/>         Лепка из соленого теста.<br/>         Игра-забава «Выдувание мыльных пузырей».<br/>         Свободная деятельность.<br/>         Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».<br/>         Ласковая минутка – слушание аудиозаписи «Классические мелодии для малышей».<br/>         Подвижная игра «Покружимся».</p> <p><i>Вечер</i><br/>         Игра-занятие «Кукла Катя проснулась» - обучение игровым навыкам.<br/>         Подвижные игры в спортивном уголке.<br/>         Чтение художественной литературы «Курилка Ряба».</p>                                                                                                    |
| Вторник     | <p><i>Утро</i><br/>         Рассматривание картинок на тему «Животные» - беседа о животных.<br/>         Игра-забава «Где же наша ...».<br/>         Сюжетная игра «Загляни в мое окошко».<br/>         Путешествие в физкультурный зал.<br/>         Свободная деятельность.<br/>         Игра «Мишка».<br/>         Минутка отдыха «У Сплюшки» - рассказывание воспитателем сказки-импровизации.<br/>         Подвижная игра «Мяч».</p> <p><i>Вечер</i><br/>         Рассказ-инсценировка воспитателя «Для чего нужны карандаши?» - свободное рисование.<br/>         Подвижная игра «Зайка».<br/>         Игра-занятие «Заболела кукла Катя» - обучение игровым навыкам.<br/>         Рассматривание картинок о жизни в детском саду.</p> |
| Среда       | <p><i>Утро</i><br/>         Сюжетная игра «В гости к куклам».<br/>         Подвижная игра «Догонялки».<br/>         Минута звучащих, музыкальных игрушек.<br/>         Показ – инсценировка «Огуречик, огуречик».<br/>         Игра «В гостях у Мойдодыра» - закрепление первых культурно-гигиенических навыков.</p> <p><i>Вечер</i><br/>         Экскурсия по детскому саду – продолжить знакомство с ДОУ, его сотрудниками.<br/>         Игры со строительным материалом (напольные модули) «Самолет построим сами ...».<br/>         Игра-занятие «Покормим куклу Катю обедом».<br/>         Самостоятельная деятельность.</p>                                                                                                            |



|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Четверг | <p><i>Утро</i><br/> Игры с природным материалом «Сундучок сокровищ».<br/> Подвижная игра «Мы потопаем ногами».<br/> Минутка отдыха «На лесной полянке» - слушание аудиозаписи.<br/> Самостоятельная деятельность.<br/> Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».<br/> Пальчиковая игра «Расскажи стихи руками».</p> <p><i>Вечер</i><br/> Показ-инсценировка сказки «Курочка Ряба» (настольный театр).<br/> Подвижная игра «Догонялки».<br/> Самостоятельная деятельность.<br/> Пальчиковые игры «Игра с кистями рук», «Кто в кулачке?».</p> |
| Пятница | <p><i>Утро</i><br/> Игра-забава «Воздушные шары».<br/> Сюжетная игра «Загляни в мое окошко».<br/> Пальчиковая игра «Разноцветные бусинки».<br/> Показ-инсценировка потешки «Кисонька-Мурысонька».<br/> Свободная деятельность.<br/> Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».<br/> Подвижная игра «Зайка».<br/> Минутка отдыха «На лесной полянке».</p> <p><i>Вечер</i><br/> Посещение вечернего развлечения в муз. зале.<br/> Игры с куклами «Покормим куклу», «Покатаем Катю в коляске».<br/> Игра «Позови». Игра «Соберем игрушки».</p>  |

## 10. Игровая деятельность детей в адаптационный период.

*Мы поскачем-скачем-скачем,  
Скачем на лошадке!  
Мы совсем уже не плачем,  
Все у нас в порядке!*

Воспитатель должен хотеть и уметь снова и снова проживать детство с каждым ребёнком. Видеть мир его глазами, вместе удивляться, быть незаметным, когда малыш чем-то занят, и стать незаменимым, когда ребёнку нужна помощь, воспитатель должен принимать ребёнка таким, какой он есть.

Взаимодействие взрослого и ребенка в период адаптации направлено на снятие эмоционального напряжения, формирование навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками, развитие познавательной активности.

Основная задача игр в этот период - формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре.

Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Два раза в неделю игры проводит педагог-психолог. Он является непосредственным активным участником занятия – заряжает детей своими положительными эмоциями, вызывает желание принять участие в игре, задает образцы выполнения действий в игре. Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения и т.д.

***Игры, сближающие малышей друг с другом и с воспитателем.***

**Курица и цыплятки.**

Воспитатель изображает курицу, приговаривает:

*Как мои ребятушки. Желтые цыпленушки. Пошли по двору гулять,  
Себе зернышки искать. Стали зернышки искать. Чтобы маме показать  
— Мама, мама! Посмотри! Пи-пи-пи! Пи-пи-пи!*

Малыши ходят по группе, покачивая головками и помахивая руками-крылышками. Со словами «Пи-пи-пи!» бегут к воспитательнице и прижимаются к ней. Она обнимает всех руками-крыльями. Игра повторяется несколько раз.

**Котятки.**

*Все котятки мыли лапки! Вот так! Вот так! Мыли ушки. Мыли брюшки:  
Вот так! Вот так! А потом они устали: Вот так! Вот так! Сладко-сладко  
засыпали: Вот так! Вот так!*

Все слова сопровождаются движениями-имитациями. Со словами «Сладко-сладко засыпали...» дети ложатся на ковер, закрывают глаза и притворяются спящими. Затем игра начинается снова.

**Маленькие зайчики.**

*Маленькие зайчики никогда не плачут. Маленькие зайчики по полянке скачут.*

*От лисы, от волка убегают ловко. И за это мама им дает морковку.*

*Морковку да капусту вкусную-вкусную. Сели, посидели, всю морковку съели.  
Ушками послушали. Кочерыжку скушали.*

Воспитатель читает два первых четверостишия, дети-зайчата прыгают по группе врассыпную. На слова «сели, посидели» присаживаются на корточки, могут делать вид, что грызут морковку. На слова «ушками послушали» прикладывают ладошки к голове, будто это ушки, и шевелят ими в разные стороны. Затем игра начинается сначала.

**Птички и ветер.**



*Маленькие птички. Птички-невелички. По лесу летают. Песни распевают. Буйный ветер налете. Птичек унести хотел. Птички спрятались в дупло. Там не тронет их никто.*

На слова первого четверостишия дети «летают» по группе, машут «крылышками». На слова второго четверостишия прячутся в укрытие. Это может быть лежащий на полу обруч.

### **Иди ко мне.**

Ход игры. Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и манит его к себе, ласково приговаривая: "Иди ко мне, мой хороший!" Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает: "Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!" Игра повторяется.

### **Пришел Петрушка**

Материал. Петрушка, погремушки.

Ход игры. Воспитатель приносит Петрушку, рассматривает его с детьми.

Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с Петрушкой встряхивают погремушками, радуются.

### **Покружимся**

Материал. Два игрушечных мишки. Ход игры. Воспитатель берет мишку, крепко прижимает его к себе и кружится с ним. Дает другого мишку малышу и просит также покружиться, прижимая к себе игрушку. Затем взрослый читает стишок и действует в соответствии с его содержанием. Ребенок вслед за ним выполняет те же движения.

Я кружусь, кружусь, кружусь. А потом останавлиюсь. Быстро-быстро покружусь. Тихо-тихо покружусь. Я кружусь, кружусь, кружусь

И на землю повалюсь!

### **Прячем мишку**

Ход игры. Воспитатель прячет знакомую ребенку большую игрушку (например, медведя) так, чтобы она немного была видна. Говоря: "Где мишка?", ищет его вместе с ребенком. Когда малыш найдет игрушку, взрослый прячет ее так, чтобы искать было сложнее. После игры с мишкой прячется сам воспитатель, громко произнося "ку-ку!" Когда ребенок найдет его, он перебегает и прячется в другом месте. В конце игры взрослый предлагает спрятаться ребенку.

### **Солнышко и дождик.**

Ход игры. Дети присаживаются на корточки позади стульев, расположенных на некотором расстоянии от края площадки или стены комнаты, и смотрят в "окошко" (в отверстие спинки стула).

Воспитатель говорит: "На небе солнышко! Можно идти гулять". Дети бе-

гают по всей площадке. По сигналу: "Дождик! Скорей домой!" бегут на свои места и присаживаются за стульями. Игра повторяется.

### **Поезд.**

Ход игры. Воспитатель предлагает поиграть в "поезд": "Я - паровоз, а вы - вагончики". Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего. "Поехали", - говорит взрослый, и все начинают двигаться, приговаривая: "Чу-чу-чу". Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом замедляет ход, останавливается и говорит: "Остановка". Через некоторое время поезд опять отправляется в путь.

Эта игра способствует отработке основных движений - бега и ходьбы.

### **Хоровод с куклой (проводится с двумя-тремя детьми)**

Материал. Кукла средних размеров. Ход игры. Воспитатель приносит новую куклу. Она здоровается с детьми, гладит каждого по голове. Взрослый просит детей по очереди подержать куклу за руку. Кукла предлагает потанцевать. Воспитатель ставит детей в кружок, берет куклу за одну руку, другую дает ребенку и вместе с детьми двигается по кругу вправо и влево, напевая простую детскую мелодию. Вариант: игра проводится с мишкой.

### **Догонялки (проводится с двумя-тремя детьми)**

Ход игры. Кукла, знакомая детям по игре "Хоровод с куклой", говорит, что хочет поиграть в догонялки. Воспитатель побуждает детей убежать от куклы, прятаться за ширму, кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: "Вот мои ребятки". Вариант: игра проводится с мишкой.

### **Покатаемся на лошадке.**

Материал. Лошадка-качалка (если лошадки нет, можно посадить ребенка на колени).

Ход игры. Воспитатель сажает ребенка на лошадку-качалку и говорит: «Маша едет на лошадке, (произносит тихим голосом) нно-нно».

Ребенок повторяет тихо: «Нно-нно». Взрослый: «Чтобы лошадка бежала быстрее, громко скажи ей: «Нно-нно, беги, лошадка!» (Сильнее раскачивает ребенка.) Малыш повторяет фразу вместе с воспитателем, затем самостоятельно. Взрослый добивается, чтобы ребенок произносил звук «н» протяжно, а все звукосочетание - громко и четко.

*Игры, направленные на освоение окружающей среды ребенком и его знакомство с культурой поведения.*

### **Игра с собачкой**

Материал. Игрушечная собачка. Ход игры. Воспитатель держит в руках собачку и говорит:

*Гав-гав! Кто там?*



*Это песик в гости к нам.*

*Я собачку ставлю на пол.*

*Дай, собачка, Пете лапу!*

Затем подходит с собачкой к ребенку, имя которого названо, предлагает взять ее за лапу, покормить. Приносят миску с воображаемой едой, собачка "ест суп", "лает", говорит ребенку "спасибо!". При повторении игры воспитатель называет имя другого ребенка.

#### **«В гостях у матрешки»**

Цель: Воспитывать у детей привычку приветливо здороваться при встрече, прощаться при расставании; произносить приветствие отчетливо, бодро.

#### **«Кукла Таня у нас в гостях»**

Цель: Формировать навыки поведения за столом, общения с гостем; воспитывать приветливость, заботливость.

#### **«Каждой вещи – свое место»**

Цель: Формировать навык ориентировки в умывальной, туалете, раздевальной комнате. Закреплять у каждого ребенка представление о том, где его постоянное место за столом, шкаф для одежды. Учить поддерживать постоянный порядок в игрушечном хозяйстве в детском саду и дома.

#### **Игра «Разговор с игрушкой»**

Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой ... грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т.д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.

#### **Вместе с мишкой.**

Материал. Игрушечный медвежонок.

Ход игры. Воспитатель беседует «на равных» с мишкой и ребенком, например: «Катя, тебе нравится пить из чашки?», «Миша, нравится тебе пить из чашки?» Делает вид, что поит мишку чаем. Затем проделывает с мишкой другие манипуляции.

#### **Игра с куклой.**

Материал. Кукла.

Ход игры. Дайте ребенку его любимую куклу (или мягкую игрушку), попросите показать, где у куклы голова, уши, ноги, живот и т. д.

#### **Соберем игрушки.**

Ход игры. Пригласите ребенка помочь вам собрать разбросанные игрушки, в которые он играл. Сядьте рядом с малышом, дайте в руки игрушку и вместе с

ним положите ее в коробку. Затем дайте другую игрушку и попросите самостоятельно положить ее в коробку. Пока вы складываете игрушки, напевайте что-нибудь вроде: «Мы игрушки собираем, мы игрушки собираем! Тра-ля-ля, тра-ля-ля, их на место убираем».

### ***Игры направленные на развитие взаимодействия между детьми.***

*Дети двух-трехлетнего возраста еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут с интересом наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись за руки, и при этом оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.*

**Передай колокольчик.** Материал. Колокольчик. Ход игры. Дети сидят на стульях полукругом. В центре стоит воспитатель с колокольчиком в руках. Он звонит в колокольчик и говорит: «Тот кого я позову, будет звонить в колокольчик. Таня, иди, возьми колокольчик». Девочка становится на место взрослого, звонит в колокольчик и приглашает другого ребенка, называя его по имени (или показывая рукой).

#### **Зайка.**

Ход игры. Дети, взявшись за руки, вместе с воспитателем ходят по кругу. Один ребенок-«зайка» - сидит в кругу на стуле («спит»). Педагог поет песенку:

*Зайка, зайка, что с тобой?  
Ты сидишь совсем больной.  
Ты не хочешь поиграть,  
С нами вместе поплясать.  
Зайка, зайка, попляши  
И другого отыщи.*

После этих слов дети останавливаются и хлопают в ладоши. «Зайка» встает и выбирает ребенка, называя его по имени, а сам встает в круг.

#### **Позови.**

Материал. Мяч.

Ход игры. Дети сидят на стульях. Воспитатель рассматривает вместе с ними новый яркий мяч. Вызывает одного ребенка и предлагает поиграть – покатать мяч друг другу. Затем говорит: «Я играла с Колей. Коля, с кем ты хочешь играть? Позови». Мальчик зовет: «Вова, иди играть». После игры Коля садится на место, а Вова зовет следующего ребенка.



### **Физические упражнения и игры со спортивным инвентарем.**

Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день. Также следует создавать условия для самостоятельных упражнений: предлагать малышам каталки, машинки, мячи.

#### **Мяч в кругу.**

Ход игры. Дети (8-10 человек) садятся на пол в круг и прокатывают мяч друг другу. Воспитатель, показывая, как отталкивать мяч двумя руками, чтобы он катился в нужном направлении.

#### **Все дальше и выше.**

Материал. Яркий мяч.

Ход игры. Ребенок сидит. Воспитатель, стоя на некотором расстоянии, бросает ему мяч и приговаривает: «Бросим дальше, бросим выше». Малыш ловит мяч.

#### **Бегом к дереву.**

Ход игры. В двух-трех местах участка – к дереву, к двери, к скамейке – привязаны цветные ленты. Воспитатель говорит ребенку: «Я хочу побежать к дереву». Берет его за руку и бежит вместе с ним. Затем бежит с ребенком в другое, отмеченное лентой место, всякий раз объясняя, что собирается делать. После этого взрослый предлагает малышу самостоятельно побежать к дереву, к двери и т. д. Хвалит ребенка, когда он достигнет места назначения.

#### **Мы топаем ногами.**

Ход игры. Играющие становятся в круг на таком расстоянии друг от друга, чтобы при движении не задевать соседей. Воспитатель вместе с детьми произносит текст медленно, с расстановкой, давая им возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении:

Мы топаем ногами. Мы хлопаем руками. Киваем головой.

Мы руки поднимаем.

Мы руки опускаем. Мы руки подаем. (Дети берутся за руки, образуя круг.)

Мы бегаем кругом. Через некоторое время воспитатель говорит: «Стой». Все останавливаются.

#### **Мяч.**

Ход игры. Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив на его голову ладонь, приговаривает: «Друг веселый, мячик мой. Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять. Хорошо мне с ним играть!» После этого «мячик» убегает, а взрослый ловит его.

### **Пальчиковые игры.**

#### **Кто в кулачке?**

Ход игры. Воспитатель раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать, и просит его повторить. Возможно, придется помочь ему убрать большой палец в кулак.

Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения.

Кто залез ко мне в кулачок?

Это, может быть, сверчок? (Сжать пальцы в кулак.)

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай! (Выставить вперед большой палец.)

### **Игра с кистями рук.**

Ход игры. (Выполняя движения, воспитатель просит ребенка повторить их.) Взрослый опускает пальцы вниз и шевелит ими – это» струи дождя».

Складывает пальцы каждой руки колечком и прикладывает к глазам, изображая бинокль. Рисует пальцем – «кисточкой» кружки на щеках, проводит сверху вниз линию по его носу и делает пятнышко на подбородке. Стучит кулаком о кулак, хлопает в ладоши. Чередуя такие действия, воспитатель создает определенную последовательность звуков, например: стук-стук, стук-хлоп, стук-стук-хлоп, стук-хлоп-хлоп и т. п.

### **«Этот мальчик маму слушал»**

Цель: в веселой игре развивать мелкую моторику.

Игра проводится с одним ребенком. Воспитатель, следуя тексту потешки, загибает поочередно пальчики малыша, начиная с большого. Взяв в руку его мизинец, постукивает им. Разгибает пальцы ребенка. Движением своих пальцев показывает, как пальчики «побежали» и «захлопали в ладоши», побуждает малыша к подражанию.

*Этот пальчик маму слушал. Этот пальчик кашу кушал. Этот пальчик спрятался.*

*И этот пальчик спрятался. А мизинчик их нашел. И постучал: тук-тук-тук!*

*Все пальчики побежали. В ладоши захлопали, заплясали.*

### **«Пальчики пляшут»**

Цель: в веселой игре развивать мускулатуру рук и пальцев.

Проводится с группой детей (3-4 ребенка), сидящих перед воспитателем. Взрослый предлагает детям показать свои ручки: «Поднимите ручки, пальчиками подвигайте, в кулачок спрячьте».

### **Опыты для малышей.**

#### **Свойства бумаги**

У каждого малыша — листок газетной бумаги. Нужно выполнять действия, о которых говорится в рифмовке.

*Листочек взлетел,*

*Листочек кружится.*

*Листочек кружится.*

*Под ноги ложится.*

*Листочек рвется, рвется, рвется.*

*Листочек мнется, мнется, мнется.*

Первая часть медленная, «лирическая». Вторая часть озорная. Дети с удо-



вольствием рвут бумагу. Все обрывки надо собрать в кучку и смять так, чтобы получилось что-то вроде бумажного шарика. Игру можно повторить несколько раз.

### **Воздушный шарик**

*Ты подбрось воздушный шарик*

*И скажи ему: «Летай!»*

*А упасть ему на землю*

*Не давай, не давай!*

### **Подуй на шарик, подуй на вертушку.**

Материал. Воздушный шарик, вертушка.

Ход игры. На уровне лица ребенка подвешивается воздушный шарик, а перед ним на стол кладут вертушку. Воспитатель показывает, как надо дуть на воздушный шарик, чтобы он высоко взлетал, и предлагает ребенку повторить действие. Затем взрослый дует на вертушку, чтобы она закружилась, ребенок повторяет.

### **Игра «Рисунки на песке»**

Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками.

### **Солнечные зайчики**

Материал. Маленькое зеркальце. Ход игры. Воспитатель зеркалом пускает солнечных зайчиков и говорит при этом:

*Солнечные зайчики*

*Играют на стене.*

*Помани их пальчиком,*

*Пусть бегут к тебе!*

По сигналу "Лови зайчика!" дети пытаются его поймать. Игру можно повторить 2-3 раза.

### **Выдувание мыльных пузырей**

Ход игры. Воспитатель на прогулке выдувает мыльные пузыри. Проверяет, получается ли пузырь, покачивая трубочкой, а не дует в нее. Считает, сколько пузырей может удержаться на трубочке за один раз. Пытается поймать на лету все пузыри, пока они не коснулись земли. Наступает на мыльный пузырь и удивленно спрашивает у детей, куда он пропал. Затем учит каждого ребенка выдувать мыльные пузыри.

(Напрягать мышцы рта очень полезно для развития речи.)

### **Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»**

В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой пуговицами, небольшими кубиками и т.д. и поиграть с ними:

- взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;
- собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камушки;
- приподнять как можно больше предметов на ладонях.

После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения – около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течении одной минуты.

### **Заключение.**

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей. Проводя анализ результатов периода адаптации, можно заключить, что работа прошла успешно. Предварительная работа с семьей дала положительные результаты. Подготовка ребенка к поступлению в детский сад началась за три – четыре месяца до приёма в группу. На предварительном этапе устанавливался контакт с семьями. Проводятся консультации психолога, старшего воспитателя, беседы, организационное собрание с родителями будущих воспитанников детского сада. Учитываются психические и физические особенности детей и состояния его здоровья. Большое количество проблем, связанных с адаптацией, снимается установлением с родителями отношений сотрудничества.



## 11.Список литературы

1. Аверина И. Е. Физкультурные минуты и динамические паузы в ДОУ. Москва 2008.
2. Белкина Л.В. «Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ».
3. Веракса А.Н., Гуторова М.Ф. «Практический психолог в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений» -М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.
4. Диагностика и коррекция детско-родительских отношений: практикум. /автор-составитель О. Н. Истратова. Ростов-на-Дону: Феникс, 2017. - 316 с.
5. Доронова Т.Н. «Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями».
6. Кравченко И.В., Долгова Т.Л. «Прогулки в детском саду». ТЦ Москва 2009.
7. Роньжина А.С. «Занятия с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению».
8. Спиваковская А.С. «Психотерапия: игра, детство, семья». - М.: Изд-во ЭКСМО - Пресс, 2000. Т.2.- 464 с.
9. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. –М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 208 с.
10. Яковлева Н. Г. Психологическая помощь дошкольнику. - СПб.; М.: ТЦ Сфера, 2002. - 188 с.