

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования г. Саяногорск
детский сад № 29 «У Лукоморья»**

Принято:

на заседании

Педагогического совета

Протокол №1 от 30.08.2022г

Утверждено:

Заведующий МБДОУ детский сад №29

«У Лукоморья» Г.П. Соколова

Приказ №173 от 31.08.2022г

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

на 2022-2023 учебный год

педагога- психолога по адаптации детей раннего возраста к

условиям дошкольного учреждения

Автор составитель:

Держак Ксения Александровна

Саяногорск 2022

Пояснительная записка

Переход ребенка из одних условий существования в другие сложен всегда, а в наше время он значительно затруднен дополнительными стрессирующими факторами.

Исследователи указывают на необратимость нарушений в личностном развитии ребенка в случаях отсутствия у него психологической готовности к переходу в новые социальные условия. В период адаптации наблюдаются нарушения сна, аппетита, повышается заболеваемость, отмечаются неадекватные реакции на окружающее и трудности в поведении (Н.М. Аксарина, Г.В. Гриднева, Л.Г. Голубева, К.Л. Печора, С. Аврамова, Л.В. Вершинина).

В настоящее время признан приоритет семейного воспитания детей раннего возраста, однако современные социальные условия вынуждают родителей прибегать к общественным формам воспитания уже на самых ранних этапах жизни ребенка. Особенности раннего возраста взаимосвязаны с психофизическим развитием. Дети раннего возраста отличаются неустойчивостью эмоционального состояния. Разлука с близкими людьми и изменение привычного образа жизни вызывают у детей негативные эмоции и страхи. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима профессиональная помощь семье. В этом отношении активную помощь могли бы предоставить педагоги дошкольного образовательного учреждения, поскольку обладают определёнными потенциальными возможностями.

Направленность программы по адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению по функциональному предназначению является специальной (организация адаптационного периода детей раннего возраста); по форме организации – групповой; по времени реализации — на период адаптации. К числу наиболее актуальных проблем относятся: разработка и внедрение форм и методов организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения, создание единого благоприятного образовательно-воспитательного пространства ДОО и семьи, повышение информационной культуры родителей, повышение профессиональной компетенции сотрудников ДОО по вопросам адаптации детей этого возраста.

Цель программы: создать благоприятные условия социальной адаптации ребёнка в условиях дошкольного учреждения, способствующие повышению его адаптационных возможностей, необходимых для дальнейшего развития.

Задачи программы:

1. Создать условия для организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

2. Внедрить эффективные формы и методы сотрудничества с родителями, способствующие повышению информационной культуры в практику психолого-педагогического партнерства.

3. Привлечь внимание сотрудников дошкольного образовательного учреждения к проблеме организации адаптации детей раннего возраста через повышение информационной компетентности.

В основе практической работы лежит взаимодействие воспитателя, родителей и детей, направленное на создание благоприятной эмоциональной атмосферы в группе, которое создаёт основу для благоприятной адаптации детей раннего возраста.

Особенности адаптационного периода

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупленность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс)

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса: **острая фаза или период дезадаптации, подострая фаза или собственно адаптация, фаза компенсации или период адаптированности.**

Кроме того, различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода: **легкая адаптация, адаптация средней тяжести, тяжелая адаптация.**

Длительность периода адаптации зависит от многих причин: от особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка; от наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы; от состояния здоровья; от резкого контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении; от разницы в методах воспитания.

.Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными поведенческими реакциями: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, болезнь, страх наказания.

Этапы адаптационного периода

1 этап – подготовка родителями и воспитателями ребенка к условиям детского сада

Вопрос о том, как подготовить ребенка к поступлению в детский сад, волнует многих родителей. Если малыша не готовить к этому важному в его жизни событию, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятностями, а порой и тяжелыми переживаниями, а также вегетативными явлениями.

Готовить ребенка к поступлению в детский сад лучше заранее. Для этого необходимо: с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.

В процессе подготовительного этапа нужно будет уделить внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д.

В это же время необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

О поступлении в детский сад следует говорить с ребенком как о желанном, радостном событии. Первое посещение ребенком группы детского сада и первые впечатления

2 этап – приход мамы с ребенком в группу детского сада.

Здесь очень важна организация привычного приема и первые впечатления ребенка.

Основная задача мамы в данной ситуации – помочь малышу в создании положительного образа воспитателя. Вначале он держится настороженно, старается подсесть ближе к маме. Не следует торопить его, тормошить. Пусть привыкает. Мама помогает ребенку быстрее освоиться, поддерживает его интерес к окружающему: “Как мне здесь нравится!”, “Какие забавные зверушки сидят за столом!” и т.д. Освоившись, ребенок делает первые попытки пройти по группе. Его тянет посмотреть, что же интересного делает воспитатель. Мама одобряет такие действия малыша, подбадривает его улыбкой, жестами. Взрослый со своей стороны тоже одобрительно улыбается, и ребенок начинает как бы играть: то приблизится к воспитателю, то побежит назад к маме.

Хорошо, если собственный шкафчик ребенок выбрал самостоятельно и прикрепил принесенную из дома наклейку или взял ее из предложенного воспитателем набора. В следующий раз малыш пойдет в сад “к своему” шкафчику. То же самое можно сказать и о выборе кровати.

Первую неделю ребенок приходит в детский сад и остается в группе в течение 2-3 часов в присутствии мамы или других родственников. За это время он осваивает новые для него помещения, знакомится с другими детьми.

3 этап – постепенное привыкание.

Постепенная адаптация может включать несколько периодов.

Первый период: “мы играем только вместе”.

На данном этапе мама и ребенок представляют собой единое целое. Мама является проводником и защитником ребенка. Она побуждает его включаться в новые виды деятельности, и сама активно играет с ним во все игры. Такая стратегия поведения сохраняется до тех пор, пока ребенок не перестанет бояться и не начнет отходить от мамы.

Второй период: “я играю сам, но ты будь рядом”.

Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на безопасное расстояние. Мама все еще является опорой и защитой. Ребенок уже может находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними. В случае необходимости мама приходит ему на помощь, организует совместные игры.

Третий период: “иди, я немножко поиграю один”. Рано или поздно настает момент, когда малыш сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре. Когда наступает такой момент, мама может ненадолго отлучиться. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает ребенка о том, что она ненадолго уйдет и скоро вернется. Важно обратить внимание ребенка на момент возвращения мамы.

Четвертый период: “мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя”. И, наконец, наступает день, когда малыш соглашается остаться в группе один и спокойно отпускает маму. Воспитательница должна поддерживать в нем уверенность, что мама обязательно за ним придет после того, как он поспит и покушает.

Задачи воспитания на адаптационный период

1. Создать для детей атмосферу психологического комфорта.
2. Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию детей:
 - а) организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий каждому ребенку физический и психический комфорт;
 - б) формировать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать простейшие навыки самообслуживания;
 - в) обеспечить понимание детьми смысла выполнения режимных процессов;
 - г) воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.
3. Закладывать основы будущей личности:
 - а) воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, инициативность, самостоятельность;
 - б) закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и привязанность к воспитателю;
 - в) закладывать основы доброжелательного отношения детей друг к другу.

Направления для успешного процесса адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения

За основу процесса адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения взята модель организации адаптационного периода детей 2-го и 3-го года жизни Л.В.Белкиной (см. приложение 1).

Для оптимизации процесса успешной адаптации в группах используется модель организации адаптационного периода через режимные процессы, разработанная Л.В.Белкиной (см. приложение 2), разработан режим дня (см. приложение 3).

Для того чтобы процесс привыкания к детскому саду проходил более успешно, используются разные направления работы с детьми:

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было

приятно приходить в детский сад, нужно “одомашнить” группу, т.е. правильно организовать предметно-развивающую среду (см. приложение 4).

В процессе адаптации ребенка используются такие формы и методы работы как: **элементы телесной терапии, исполнение колыбельных песен перед сном, релаксационные игры** (за основу упражнений по релаксации взяты приемы по дыхательной гимнастике, мышечному и эмоциональному расслаблению), **песок, вода** – также являются элементами релаксационных игр, **элементы сказкотерапии, музыкальные занятия и развитие движений, игровые методы взаимодействия с ребенком** (игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения (см. приложение 5).

2. Формирование у ребенка чувства уверенности (познавательной осведомлённости). Одна из задач адаптационного периода — помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее, хозяином ситуации. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают; в каком помещении он живет и т.д.

Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо: знакомство, сближение детей между собой; знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми; знакомство с группой (игровая, спальная и др. комнаты); знакомство с детским садом (музыкальный зал, медкабинет и др.); знакомство с педагогами и персоналом детского сада.

3. Приобщение ребенка в доступной форме к элементарным общепринятым нормам и правилам, в том числе моральным (формирование социальной осведомлённости).

В этом направлении необходимо способствовать накоплению опыта доброжелательных взаимоотношений со сверстниками: обращать внимание детей на ребенка, проявившего заботу о товарище, выразившего ему сочувствие. Формировать у каждого ребенка уверенность в том, что взрослые любят его, как и всех остальных детей. Воспитывать отрицательное отношение к грубости, жадности; развивать умение играть не ссорясь, помогать друг другу и вместе радоваться успехам, красивым игрушкам и т. п.

Таким образом, для успешного процесса адаптации был создан перспективный план на период адаптации (см. приложение 6)

4. Охрана и укрепление здоровья детей.

Дети, находящиеся в адаптационном режиме постепенно знакомятся с мероприятиями здоровьесберегающих технологий и по мере привыкания активно участвуют во всех режимных моментах (см. приложения 7).

Этапы работы с родителями

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в это время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.

Родители очень часто спонтанно относятся к процессу воспитания. Поэтому воспитателю надо уделить этому аспекту особое внимание. С этой

целью в программе представлен перспективный план по работе с родителями (см. приложение 8), представлены анкеты для родителей (см. приложение 9), а также, для родителей, на период адаптации разработаны памятки (см. приложение 10).

Этапы работы с воспитателями в период адаптации

1. Выступление на педагогических часах.
2. Индивидуальные консультирования

Диагностика

Диагностика проходит по трем направлениям:

– характеристика родителями состояния своих детей в семье (анкета) (см. приложение 9);

– оценка воспитателями состояния детей в период адаптации к условиям детского сада (первоначальное обследование основывается на методе фиксированного наблюдения в естественных или моделируемых ситуациях: эмоциональная сфера, игровая деятельность) (см. приложение 11).

Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.