

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Тополек» с. Покровка Долинского района
Сахалинской области

Принята на заседании
Педагогического совета МБДОУ «Тополек»
Протокол № 1 от
«28» 08 2024 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Тополек»

Приказ № 21-01 от
«30» 08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Адаптируемся вместе»

Направленность программы: психопрофилактическая, развивающая
Целевая группа: нормотипичные дети с нормативным кризисом развития; обучающиеся,
испытывающие трудности в социальной адаптации
Возрастная группа: 2-4 года
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик программы:
педагог-психолог Мингазова Л.А.

Покровка, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы.....	3
1.1.2.	Принципы формирования Программы	3
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики ...	4
1.2.	Планируемые результаты реализации Программы	6
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Календарно-тематическое планирование	8
2.2.	Содержание Программы	9
2.3.	Контроль освоения детьми Программы	16
2.4.	Особенности взаимодействия педагога-психолога с семьями воспитанников	16
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	18
3.2.	Учебно-методическое обеспечение Программы	18
3.3.	Организация коррекционно-развивающей и (или) психопрофилактической работы.	19

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа «Адаптируемся вместе» разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МБДОУ «Тополек» с.Покровка и направлена на сопровождение детей в адаптационный период, сохранение психологического здоровья детей. Программа носит психопрофилактический и развивающий характер и ориентирована на детей 2-4 лет.

Рабочая программа направлена на реализацию образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» и «Познавательное развитие».

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель: обеспечение условий для успешной адаптации детей в ДОУ посредством формирования и развития у них навыков общения и взаимодействия в игре.

Задачи:

- создавать в группе эмоционально комфортную атмосферу;
- поддерживать эмоционально-положительное состояние детей в период адаптации к ДОО;
- снижать импульсивность, излишнюю двигательную активность, тревогу, агрессию;
- развивать навыки взаимодействия детей друг с другом;
- создавать условия для оптимальной социализации, т.е. взаимоотношений и взаимодействий с социально значимым окружением, состоянием окружающей среды; индивидуальный опыт субъекта и социокультурная среда развития;
- создавать условия для освоения детьми пространства своей группы как предпосылки освоения пространства всего детского сада;
- формировать произвольное поведение, умение действовать по сигналу и соответственно правилам игры;
- развивать внимание, восприятие, речь, воображение;
- развивать чувство ритма, общей и мелкой моторики, координации движений.

1.1.2. Принципы формирования Программы

- Принцип развития предполагает, что смысл адаптационного периода состоит не в том, чтобы приспособить ребёнка к включению в процесс решения дидактических задач, а в том, чтобы в ходе игрового взаимодействия ребёнка со взрослым помочь ему в выработке нового способа жизнедеятельности, перестроить его активность в соответствии с условиями общественного воспитания и коллективного обучения, тем самым оказав развивающее влияние на его психику.

- Принцип концентричности выражается в том, что программа построена так, что все её разделы имеют преемственные цели.
- Принцип включенности воспитателей в занятия психолога с детьми.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

В МБДОУ «Тополек» с.Покровка в 2024-2025 учебном году функционирует 1 разновозрастная группа от 1,5 до 3 лет.

Характеристика адаптационного процесса

Адаптация – это процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в меняющихся условиях и сохранения своего психофизического благополучия. Адаптация ребёнка к детскому саду направлена на поддержание равновесия организма и среды в новых для него условиях. К таким условиям относятся:

- Условия, связанные с новой организацией взаимодействия с взрослым.
- Условия, связанные с новой организацией среды.
- Условия, связанные с взаимодействием со сверстниками.

Адаптация ребёнка может протекать с разной степенью. Выделяются три степени адаптации: лёгкая, средняя, тяжёлая.

Степень адаптации	Поведение ребёнка в период адаптации к ДОУ
Тяжёлая	Ребёнок реагирует на перемену обстановки нервным срывом, частыми затяжными простудными и другими заболеваниями, потерей ранее полученных знаний и навыков. Контакт с ребёнком удаётся установить с трудом (часто только через родителей). Ребёнок переходит от одной игрушки к другой, не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей.
Средняя	Ребёнок часто более. Причем, болезнь протекает без каких-то осложнений, что может служить главным признаком отличия указанного типа адаптации от тяжёлого варианта. Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).
Лёгкая	Ребёнок посещает детский садик без особых потерь, более или менее с желанием. Любые изменения кратковременны и незначительны, поэтому ребёнок болеет редко. Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители, настроение бодрое или спокойное, мимика выразительная, эмоции легко распознаются. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя

	после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним.
--	---

Психологические особенности детей

Показатели	Характеристика детей 2-3 лет	Характеристика детей 3-4 лет
Ведущая потребность	Потребность в любви, заботе.	Потребность в общении, уважении, признании самостоятельности ребенка.
Ведущая функция	Восприятие	Восприятие
Игровая деятельность	Партнерская со взрослыми; индивидуальная с игрушками, игровое действие.	Партнерская со взрослыми; индивидуальная с игрушками, игровое действие.
Отношение со взрослыми	Ситуативно-деловое: взрослый – источник способов деятельности, партнер по игре и творчеству.	Ситуативно-деловое: взрослый – источник способов деятельности, партнер по игре и творчеству.
Отношения со сверстниками	Эмоционально-практическое: сверстник малоинтересен.	Эмоционально-практическое: сверстник малоинтересен.
Эмоции	Восприимчивость к эмоциональным состояниям окружающих, «эффект заражения». Проявления положительных и отрицательных эмоций зависит от физического комфорта.	Резкие переключения; эмоциональное состояние зависит от физического комфорта
Способ познания	Предметно-манипулятивная деятельность, метод проб и ошибок.	Экспериментирование. Конструирование.
Объект познания	Непосредственно окружающие предметы, их свойства и назначения.	Непосредственно окружающие предметы, их свойства и назначения.
Восприятие	Восприятие сенсорных эталонов (цвет, форма)	Восприятие сенсорных эталонов (цвет, форма, размер)
Внимание	Непроизвольное; быстро переключается с одной деятельности на другую. Удерживает внимание 5-10 мин. Объем внимания 3-4 предмета.	Непроизвольное; быстро переключается с одной деятельности на другую. Удерживает внимание 5-10 мин. Объем внимания 3-4 предмета.
Память	Непроизвольная (эмоционально окрашенная информация), преобладает узнавание, а не запоминание; кратковременная. Объем памяти 3-4 предмета из 5.	Непроизвольная (эмоционально окрашенная информация), преобладает узнавание, а не запоминание; кратковременная. Объем памяти 3-4 предмета из 5.
Мышление	Наглядно-действенное: возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами	Переход от наглядно-действенного к наглядно-образному мышлению (переход от действий с предметами к действию с образами: предметы – заместители, картинки)

Воображение	Репродуктивное (воссоздание репродукции знакомого образа)	Репродуктивное (воссоздание репродукции знакомого образа)
Условия успешности	Разнообразие окружающей среды; физический комфорт.	Разнообразие окружающей среды; партнерские отношения со взрослыми
Новообразования возраста	Самопознание, усвоение элементарных норм опрятности и поведения в коллективе.	1.Планирующая функция речи. 2.Предвосхищение результата деятельности. 3.Начало формирования высших чувств (интеллектуальные, моральные, эстетические).

Индивидуальные особенности воспитанников адаптационных групп

Сведения о половом составе воспитанников и состоянии их здоровья.¹

Наименование группы	Всего	Пол		Группа здоровья			
		М	Ж	I	II	III	IV
Разновозрастная группа от 1,5 до 3 лет	4	2	2	4	-	-	-

Сведения о психологических особенностях воспитанников ДОУ

Наименование группы	Психологические особенности ²					
	Кол-во детей, проявляющих агрессивность, конфликтность	Кол-во детей, проявляющих признаки тревожности	Кол-во детей, проявляющих признаки застенчивости	Кол-во детей, проявляющих признаки СДВГ	Кол-во детей, проявляющих негативизм в общении	Кол-во детей, имеющих низкий уровень развития психических процессов
Разновозрастная группа от 1,5 до 3 лет	-	-	-	-	-	-

1.2. Планируемые результаты реализации Программы

- После преодоления трудностей эмоциональное состояние и поведение ребёнка нормализуется;
- Развиваются самостоятельность, речь, формируются коммуникативные навыки, игровые мотивы;
- Происходят существенные изменения во взаимоотношениях ребёнка со взрослыми, сверстниками, в игре, функционировании нервной системы.
- Дети внимательно слушают взрослого и детей в процессе совместной игровой деятельности;
- Позитивное отношение ребёнка к занятиям;
- Отсутствуют тяжёлые эмоциональные состояния (агрессия, тревожность, враждебность);
- Наблюдается позитивная динамика в развитии познавательных процессов.

¹ Заполняется на основе данных, полученных от воспитателя и/или медицинского работника.

² Заполняется на основе анкетирования педагогов, наблюдения педагога-психолога и результатов диагностики.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Календарно-тематическое планирование

Месяц	Неделя	№ занятия	Наименование темы	Кол-во занятий
Групповая работа				
Сентябрь	1-я неделя	Занятие № 1	«В гостях у зайчихи Ляли»	1
	2-я неделя	Занятие № 2	«Кот и мышата»	1
	3-я неделя	Занятие № 3	«Мишка»	1
	4-я неделя	Занятие № 4	«Курочка и цыплята»	1
Октябрь	1-я неделя	Занятие № 5	«Солнышко»	2
	2-я неделя	Занятие № 6		
	3-я неделя	Занятие № 7	«Листопад»	2
	4-я неделя	Занятие № 8		
Ноябрь	1-я неделя	Занятие № 9	«Прогулка в осенний лес»	2
	2-я неделя	Занятие № 10		
	3-я неделя	Занятие № 11	«Мячик»	2
	4-я неделя	Занятие № 12		
	5-я неделя	Занятие № 13	«Мячики»	2
Декабрь	1-я неделя	Занятие № 14	«Новый год»	2
	2-я неделя	Занятие № 15		
	3-я неделя	Занятие № 16		
	4-я неделя	Новогодний утренник.		
Январь	1-я неделя	Каникулы		
	2-я неделя	Занятие № 17	«Зайка»	2
	3-я неделя	Занятие № 18		
	4-я неделя	Занятие № 19	«Музыканты»	2
Февраль	1-я неделя	Занятие № 20		
	2-я неделя	Занятие № 21		
	3-я неделя	Занятие № 22		
	4-я неделя	Занятие № 23	«Весёлый Петрушка»	2
Март	1-я неделя	Занятие № 24	«Мишка»	2
	2-я неделя	Занятие № 25		
	3-я неделя	Занятие № 26		
	4-я неделя	Занятие № 27	«Колобок»	2
Апрель	1-я неделя	Занятие № 28	«Котята»	2
	2-я неделя	Занятие № 29		
	3-я неделя	Занятие № 30		
	4-я неделя	Занятие № 31	«Мыльные пузыри»	2
Май	1-я неделя	Занятие № 32	«Божья коровка»	2
	2-я неделя	Занятие № 33		
	3-я неделя	Занятие № 34		
ИТОГО:				34

1.2. Контроль освоения детьми Программы

Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребёнка к ДОО проводится в два этапа:

- 1 – й этап. Анкетирование родителей.
- 2 – й этап. Ежедневное наблюдение за поведением, эмоциональным состоянием детей и состоянием их здоровья в первый месяц посещения детского сада.

В качестве диагностического инструментария используются методики, представленные в таблице ниже.

№ п/п	Наименование методики или диагностического комплекта	Цель
1	Анкета «Прогноз адаптации» (Автор: Данилова Т.А.)	Определить факторы, которые могут затруднить адаптацию, и сильные стороны развития ребёнка, его адаптационные возможности.
2	Методика «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» (Автор: Роньжина А.С.)	Охарактеризовать ход адаптации, выявить возможные явления дезадаптации, определить уровень адаптированности ребёнка к ДОО.

Участие ребёнка к психологической диагностике допускается только с письменного согласия родителей (законных представителей), а полученные результаты могут быть использованы только для задач психологического сопровождения и проведения квалифицированной коррекции развития детей.

1.3. Особенности взаимодействия педагога-психолога с семьями воспитанников

Одной из главных задач при взаимодействии педагога-психолога ДОО с семьей ребенка в период адаптации к ДОО является не только выдача рекомендаций, но и создание таких условий, которые максимально стимулировали бы членов семьи к активному решению возникающих трудностей в период адаптации:

- готовность родителей быть участниками педагогического процесса;
- распределение ответственности за успешное протекание процесса адаптации;
- обучение родителей необходимым навыкам и знаниям.

В таких случаях выработанные в процессе сотрудничества с педагогом-психологом решения родители считают своими и более охотно внедряют их в собственную практику воспитания и обучения ребенка.

Основные формы взаимодействия с семьей в процессе адаптации к ДОО.

№ п/п	Направление работы	Формы работы с родителями	Периодичность
1	Психологическая диагностика	Анкетирование «Прогноз адаптации»	По мере поступления новых детей
2	Психологическое консультирование	Проведение индивидуальных консультаций с родителями по	В течение учебного года

		приглашению педагога-психолога ДОУ, направлению педагогов и их собственным запросам.	
3	Коррекционно-развивающее направление	Совместное пребывание ребенка и родителей на занятиях.	В течение учебного года
		Выполнение рекомендаций педагога-психолога.	В течение учебного года
4	Психологическая профилактика	Участие родителей в недели психологии в ДОУ.	Ноябрь (по плану «Недели психологии»)
5	Психологическое просвещение	Участие родителей в мастер-классах, семинарах-практикумах, родительских собраниях.	В течение учебного года (в соответствии с годовым планом работы педагога-психолога)
		Предоставление информации родителям через информационные стенды, памятки, газеты, журналы, информационные листовки, сайт ДОУ.	В течение учебного года (в соответствии с годовым планом работы педагога-психолога)

2. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

1.1. Материально-техническое обеспечение программы

Помещения для организации образовательной деятельности		
№ п/п	Наименование	Количество мест
1	Кабинет педагога-психолога	1
2	Сенсорная комната	-
Информационно-технического оборудования для организации образовательной деятельности		
№ п/п	Наименование технических средств	Количество
1	Ноутбук	1
2	Принтер	-
3	Музыкальный центр	-
Учебное оборудования для организации образовательной деятельности		
№ п/п	Наименование	Количество
1	Детский стол (регулируемый по высоте)	1
2	Детский стул (регулируемые по высоте)	4
3	Магнитная доска	1

2.2. Учебно-методическое обеспечение программы

Дидактические пособия, игры для организации образовательной деятельности		
№ п/п	Наименование	Количество
1	Игрушки: зайка, лиса, кот, мишка, петух, божья коровка, ёжик, волк, дед мороз, кукла, мышка	11
2	Набор «Овощи»	1
3	Набор «Фрукты»	1
4	Набор музыкальных инструментов	1
5	Набор игрушек разных по размеру (матрёшки, кубики, машинки, грибок, шарик)	1
6	Большой зонт	1
7	Набор «Кленовые листики» (разных цветов)	1
8	Набор «Мячи разных размеров цветов»	1
9	Тканевый мешочек	1
10	Мыльные пузыри	1
11	Ширма	1
12	Часы	1
13	Театр по сказке «Колобок»	1
14	Дидактический набор «Мисочки»	1
15	Дорожки с разнофактурной поверхностью	1
16	Обруч	1
17	Кукла бибабо «Петрушка»	1
18	Паровозик	1
19	Набор «Разноцветные прищепки»	1
20	Заготовки для рисования.	1
21	Набор материалов для творчества (краски, пластилин, карандаши)	1
Методическая литература для организации образовательной деятельности		

№ п/п	Наименование	Количество
1	Кремлякова А.Ю. Психологическое сопровождение детей с раннего возраста в ДОУ. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013	1
2	Лапина И.В. Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого-педагогическое сопровождение, комплексные занятия. – Волгоград: Учитель, 2011	1
3	Афонькина Ю.А. Психологическая безопасность ребёнка раннего возраста. Современные технологии. Программа адаптации. Диагностические методики. Игровой материал. – Волгоград: Учитель, 2019	1
4	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. – М.: Книголюб, 2008	1

2.3. Организация коррекционно-развивающей и (или) психопрофилактической работы

№ п/п	Наименование группы	Кол-во человек	Кол-во занятий в неделю/ в год	Длительность занятия	Форма работы	Место проведения
1	Разновозрастная группа от 1,5 до 3 лет		1/31	10-15 мин.	Групповая	Групповое помещение

Расписание коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

№ п/п	Наименование группы	Расписание групповых занятий	
		День недели	Время
1	Разновозрастная группа от 1,5 до 3 лет	Вторник	10:00-10:15