



Инновационный опыт работы  
**на тему**  
*«Психологические минутки», как  
средство успешной адаптации  
детей раннего возраста.*

**Педагог-психолог  
Горошникова  
Екатерина Викторовна.**

**Киров, 2010г**

**Адаптация** - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.



# Нелегко привыкают к детскому саду или яслям:



- ❖ единственные в семье дети,
- ❖ особенно чрезмерно опекаемые,
- ❖ зависимые от матери,
- ❖ привыкшие к исключительному вниманию,
- ❖ неуверенные в себе.
- ❖ Часто болеющие дети

# Основные принципы нашей работы по адаптации детей следующие (алгоритм постепенного вхождения малыша в детский сад):

1. Тщательный подбор педагогов в формируемую группу.
2. Постепенное заполнение групп (прием 2—3 малышей в неделю).
3. Неполное пребывание ребенка в начальный период адаптации (2—3 часа, возможность пребывания с мамой).
4. Гибкий режим пребывания ребенка в детском саду (свободное время прихода, дополнительные выходные дни).
5. Сохранение в первые 2—3 недели имеющихся у малыша привычек.
6. Ежедневный контроль за состоянием здоровья, эмоциональным состоянием, аппетитом, сном ребенка в первый месяц (с этой целью на каждого ребенка заполняется так называемый «адаптационный лист»).

# Модель организации адаптационного периода

- **Первый этап—прогноз адаптации.Взаимодействие с семьями детей: Беседы, индивид. консультации Анкетирование с целью выявления умений и навыков ребёнка, облегчающих адаптационный период,**
- **Второй этап-Взаимодействие педагога-психолога с воспитателями групп раннего возраста в виде:лекций-консультаций, тренингов, бесед, минуток релаксаций.**
- **Третий этап-Пребывание малышей в группе.Алгоритм постепенного вхождения в д/с.**
- **Четвёртый этап-Осуществление лично-ориентированного подхода к детям раннего возраста в адаптационный период через «Психологические минутки»**

## **Мной выбрано название занятий –**

### **«Психологические минутки».**

- Как таковой учебной деятельности в адаптационный период нет, поэтому это были не занятия, а игры, объединенные одним сюжетом и целью. Главную роль в этой игре я брала на себя, учитывая индивидуальные особенности каждого ребёнка. Игра длится всего 15 мин., но за этот период успевали поиграть все дети
- это были минутки радости для детей, положительного эмоционального настроения на целый день.

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

# Основные задачи занятий с детьми:

- помочь детям раннего возраста преодолеть стрессовые состояния в адаптационный период к детскому саду.
- Создать положительный эмоциональный настрой в группе,
- Снизить импульсивность, излишнюю двигательную активность, тревогу, агрессию,
- Развивать игровые навыки, стремление сопереживать, помогать, поддерживать друг друга.

# Структурные компоненты «Психологических МИНУТОК»

- *Приветствие, психогимнастика*
- *Дыхательные упражнения, элементы самомассажа*
- *мотивация и пробуждение интереса*
- *сюрпризный момент*
- *обряд вхождения в игру(музыкальное сопровождение, использование сквозного героя )*
- *игровые упражнения, связанные единым сюжетом*
- *пальчиковые игры, использование потешек*
- *Пескотерапия, водотерапия, изотерапия, куклотерапия*
- *рефлексия: обратная связь, «связующая нить»*

# методы повышения эмоциональной активности (проф. С.А. Смирнов):

- **игровые и воображаемые ситуации.**
- **придумывание сказочных этюдов, рассказов, стихов, загадок т .д**
- **игры-драмотизации.**
- **сюрпризные моменты**
- **элементы творчества и новизны.**

# Приёмы:

- Голосовая и эмоциональная модуляция
- Модуляция темпа речи
- Прерывание речи, использование антиципации (догадки)
- «провалы памяти»
- Жестикуляция
- Риторические вопросы
- Активное ассистирование



# Перспективное планирование цикла игр «Психологические минутки» для детей раннего возраста в период адаптации

месяц	1 неделя	2неделя	3неделя
<b>сен тяб рь</b>	<p><b>Основные задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•учить проявлять эмоции при общении (мимика, возгласы, движения),</li> <li>•учить улыбаться, пользоваться эмоционально-окрашенной речью при совместных играх с детьми,</li> <li>•помочь детям раннего возраста преодолеть стрессовые состояния в адаптационный период к детскому саду.</li> </ul>		
	<p>1.Игра «Знакомство», 2. Утреннее приветствие «Утро доброе настало...» Музыкотерапия</p>	<p>1.Князева з.№1(1 ч.), стр.105 «Друзья» 2.Коскова –стр. 87 «Дружно хлопни в ладошки». Минутки аромотерапии</p>	<p>1. Князева з.№1 (1 ч.) стр. 106 игра «Выбери друга» 2.Коскова –стр100 «Один-много»</p>
	<p><b>Основные задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•учить улыбаться, пользоваться эмоционально-окрашенной речью при совместных играх с детьми,</li> <li>•учить выполнять последовательно 2-3 действия</li> <li>•Учить спокойно выполнять знакомые действия</li> </ul>		
<p>1.Игра «Знакомство», 2. Утреннее приветствие «Утро доброе настало...» А.С.Роньжина –стр. 63-з.№1 «Божья коровка»</p>	<p>1.Коскова –стр. 87 «Дружно хлопни в ладошки» 2 А.С.Роньжина –стр. 67 № 2 «Листопад» Минутки аромотерапии</p>	<p>1. Приветствие «Утро доброе настало...» 2А.С.Роньжина –стр. 69 «У медведя во бору» Музыкотерапия</p>	

**октябрь**

**Основные задачи:**

- Учить эмоционально заинтересовывать детей музыкой, пением, фольклором
- Учить спокойно выполнять знакомые действия
- Учить детей играть вместе, вдвоём со сверстниками

1.Миронова – стр.84  
«Давайте  
поздороваемся»  
2.Князева – «Петушок  
–петушок»

1.Князева з.№3(ч.1)  
стр.109 «Как  
помириться?»  
2.Коскова –стр128  
«Мяукаем и  
хрюкаем»  
Музыкотерапия

1. Е. Юрченко –с. 24  
«Покатаемся на  
лошадке»  
2.Коскова –стр115  
артикуляционная  
гимнастика

1.Коскова –стр89  
«Тренировка памяти»  
2.Князева з.№4 (1ч.) стр.  
110 «Птички в домике»

**Основные задачи:**

- Учить сопереживать, сочувствовать другому человеку, животному,игрушке.
- Учить понимать фразы «Это можно», «это нельзя»
- Развивать игровые навыки детей

1. Приветствие  
«Друзья»  
2.А.С.Роньжина –стр.  
80 з.№8 «Зайка»  
Минутки  
аромотерапии

1. Приветствие  
«Друзья»  
Минутки  
аромотерапии  
А.С.Роньжина –стр.  
72  
«Полечим мишку»

1. Приветствие  
«Друзья»  
2.А.С.Роньжина  
«Грустный ёжик»  
Д/и «Собери  
пирамидку»

1. Приветствие «Друзья»  
Музыкотерапия  
2 П/И «Мяч»

<b>нояб рь</b>	<p><b>Основные задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Учить спокойно выполнять знакомые действия,</li> <li>•Учить появлять тонкие эмоциональные чувства: нежность, ласку, сочувствие, жалость</li> <li>•Создать положительный эмоциональный настрой в группе.</li> </ul>			
	<p>1.Коскова –стр152 п/и «Море волнуется...» Музыкотерапия 2.Коскова –стр116 развитие речевого дыхания.</p>	<p>1.Князева з.№4(2ч.) Стр.110 «Пузырьки» 2.Коскова –стр172 «Музыкальные ассоциации» Минутки ароматерапии</p>	<p>1.Коскова –стр.173 «Бусы для комнаты» 2.Коскова –стр.125 «Повтори движение» Музыкотерапия</p>	<p>1.Коскова –стр115 артикуляционная гимнастика 2.Князева з.№4 (3ч.) стр.110 «Полечим мишку»</p>
<p><b>Основные задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Учить проявлять специфические свойства: весёлый, активный, неугомонный, спокойный и т. д.</li> <li>•Учить понимать слова «нужно», «надо», «подожди»</li> <li>•Учить строить из кубиков разные формы и величины</li> </ul>				
<p>1. Приветствие «Утро доброе настало...» Минутки ароматерапии 2 .Прогулки в Зимнем саду. (Мини-музей «Курочка- рябучечка», потешка)</p>	<p>1. Приветствие «Утро доброе настало...» Музыкотерапия 2.Е. Юрченко –с. 24 «Покатаемся на лошадке» 3. Д/ и «Весёлый- грустный»</p>	<p>1. Приветствие «Друзья» Минутки ароматерапии Прогулки в Зимнем саду. (Мини-музей «Вода», релаксация «Фонтанчик») 2. Д/ и «Построим домик для зайки»</p>	<p>1. Приветствие «Друзья» Музыкотерапия Д/ и «Собери пирамидку»</p>	

Советы педагогам и родителям  
по адаптации детей  
раннего возраста:

- Отправляйте ребёнка в ДОО только здоровым;
- Заранее узнайте все моменты в режиме дня в ДОО и введите их в домашний распорядок дня;
- Избегайте обсуждения при ребёнке волнующих вас проблем, связанных с детским садом;
- Планируйте своё время так, чтобы в первый месяц посещения ребёнком ДОО у вас была возможность не оставлять его на целый день;
- Как можно раньше познакомьте малыша с детьми и воспитателями группы, в которую он в скором времени придёт;
- Обучайте ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания;
- Читайте, играйте, рисуйте со своим малышом.
- Читайте материалы на информационных стендах. Вы найдёте много полезной информации по проблемам воспитания и развития детей

*Мы рады сотрудничать с вами!*



# Вывод:

- видна тенденция к улучшению степени адаптации детей к условиям ДОУ.
- **Дифференцированный подход к анализу адаптации детей раннего возраста и проведение «Психологических минуток» может помочь более точной оценке готовности ребёнка к посещению детского сада и определению способов его необходимой поддержки специалистами ДОУ и близкими, профилактике выраженных дезадаптивных проявлений.**
- Общий эмоциональный фон поведения малышей стал положительным, снизилась тревожность, дети стали проявлять активность в познавательной и игровой деятельности, свободно вступать в контакт со сверстниками и взрослыми.