

И. А. Пазухина

ВМЕСТЕ ВЕСЕЛЮ ИГРАТЬ

*Учебная программа психологического сопровождения
детей 2—4 лет в период адаптации к условиям ДОУ*

ББК 74.102

88.8

П12

Пазухина И. А.

П12 Вместе весело играть. Учебная программа психологического сопровождения детей 2—4 лет в период адаптации к условиям ДОУ. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2020. — 112 с. — (Методический комплект программы «Расти, малыш!»).

ISBN 978-5-907179-99-8

Целью программы является обеспечение условий для успешной адаптации детей в ДОУ с помощью формирования и развития у них навыков общения и взаимодействия. В ходе занятий постепенно снижаются эмоциональное и мышечное напряжение, импульсивность, у детей развиваются навыки взаимодействия друг с другом, внимание, речь, общая и мелкая моторика, игровые навыки и произвольное поведение.

Занятия строятся в форме игротренинга. Дети овладевают навыками самовыражения и самообучения, а также расширяют поведенческий репертуар. Особая роль отводится включению разнообразного речевого материала для формирования навыков речевого общения с детьми и взрослыми.

Издание предназначено педагогам-психологам, воспитателям, работающим в 1-й и 2-й младших группах ДОУ, родителям.

ББК 74.102

88.8

ISBN 978-5-907179-99-8

© И. А. Пазухина, 2019

© ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
оформление, 2020

Введение

Каждому, кто работает в дошкольном учреждении, известно: начало учебного года — трудная пора для детей раннего возраста, так как это период адаптации к новым для них условиям детского сада. Малыши, разлучаясь с мамой и оказываясь в группе, безутешно плачут. Родители тоже тяжело переживают расставание со своим ребенком, наблюдая негативные изменения в поведении и настроении своего чада. Нелегко и персоналу группы: дети плачут, заражая своими отрицательными эмоциями других, нужно хоть на время успокоить плачущих, чтобы дать передохнуть остальным, да и по режиму нужно сделать все запланированное.

Период перехода от семейного общения в мир социальных контактов дошкольного учреждения сказывается на физическом и эмоциональном состоянии всех детей, а особенно — воспитанников раннего возраста. Возрастная незрелость адаптационных механизмов приводит к психическому напряжению, беспокойству, заторможенности в период адаптации; в результате нарушаются сон, аппетит, появляются страхи, малыш отказывается играть со сверстниками, бывает конфликтным, плаксивым, часто болеет и др. К тому же с каждым годом в детский сад приходят все больше детей с низким уровнем нервно-психического развития, что связано с особенностями воспитания в семье и биологическими факторами — осложнениями во время беременности и болезнями в первые годы жизни. Как следствие — все больше детей с отклонениями в поведении (гиперактивностью, неконтактностью, малоэмоциональностью, тревожностью, агрессивностью), с психосоматическими заболеваниями (энурезом, нервными тиками, навязчивыми движениями, патологическими привычками и др.).

Чтобы облегчить адаптационный процесс, коллективу детского сада необходимо создать для малыша особый, психологически комфортный климат в группе, правильно организовать деятельность, направленную на формирование позитивных эмоциональных контактов «ребенок — взрослый» и «ребенок — ребенок», обязательно включающую игры и упражнения со словесным сопровождением.

Почему же именно речевые игры являются тем фактором, который благотворно влияет на эффективность адаптации к детскому саду?

Результаты наблюдений и опытно-экспериментальной работы А. Г. Арушановой и С. А. Мироновой показывают, что главная трудность, с которой встречается ребенок с поступлением в дошкольное учреждение, связана не с процессом его биологической адаптации к новому режиму дня, типу питания и др., а с обязательным включением в группу сверстников, каждый из которых наделен индивидуальными чертами и с которыми предстоит наладить взаимоотношения. Поскольку процесс налаживания взаимоотношений напрямую связан с общением детей, а одним из элементов общения выступает речь, то формирование навыков речевого общения в значительной степени обуславливает успешность процесса адаптации. Соответственно закономерным является предположение о том, что если обеспечить комплексное решение задач развития речи и общения детей в период привыкания к ДОО, то это позволит сократить сроки адаптации воспитанников и повысить эффективность работы по данному направлению.

Особенности речевого развития детей раннего возраста

Среди детей 2—3 лет все чаще встречаются ребята с недоразвитием речи, с тяжелой речевой патологией: алалией, дизартрией, ринолалией, логоневрозом. Речь у этих детей практически не развита, словесные средства отсутствуют. В лучшем случае они общаются с помощью лепетных слов или звукоподражаний. А если даже малыши об-

щаются с помощью речевых средств, их количество ограничено, а речь настолько избыточна аграмматизмами, что малопонятна окружающим и создает трудности взаимопонимания.

У детей раннего возраста еще не сформирована мотивация общения — малыши не испытывают потребности в общении с ровесниками: они могут играть рядом, наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись за руки, и при этом подчас оставаться равнодушными к другому ребенку.

В ряде случаев у детей с речевой патологией развиваются нежелательные качества личности, невротические черты характера. Как реакция на речевую недостаточность у малышей отмечаются замкнутость, негативизм, неуверенность в себе, напряженное состояние, повышенная раздражительность, обидчивость и т. д. Иногда дети пользуются речью только в эмоционально окрашенных ситуациях. Боязнь ошибиться и вызвать непонимание и насмешку приводит к тому, что они стараются обойти речевую трудность, отказываются от общения с помощью речи, охотнее используют жесты. Речевая неполноценность постепенно выключает ребенка из детского коллектива и с возрастом все больше травмирует его психику.

Не редкостью являются малыши, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, в ожидании только от них внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем. Эти дети сторонятся чужих взрослых, стесняются, опускают глаза. Некоторых ребят общение с незнакомым человеком пугает: они стараются уединиться, отворачивают лицо от взрослого, с которым не умеют вступать в контакт.

К тому же в процессе адаптации к детскому саду наблюдается некоторое замедление нервно-психического развития: снижается речевая активность, дети могут отказываться от контактов со взрослыми и сверстниками. Проявляются признаки невротических реакций: избирательность в отношениях с людьми, общение только в определенных условиях. В первое время посещения группы детского сада проявление игровой и речевой активности резко снижается (в среднем на 73 %) ¹.

В этот период психолог может помочь детям освоиться в новой обстановке, привыкнуть к общению с незнакомыми взрослыми; он создает благоприятные условия для знакомства малышей друг с другом и развивает у них коммуникативные навыки и тем самым способствует успешной адаптации к детскому саду.

Адресат

Программа рассчитана на фронтальную работу с детьми в возрасте 2—4 лет, посещающими детский сад (1-я и 2-я младшие группы).

Занятия, проводимые в 1-й младшей группе, дублируются во 2-й младшей группе в следующем учебном году, поскольку в период адаптации в новой группе речевая и коммуникативная активность у детей ниже, чем у этих же детей при итоговой диагностике в мае. Не рекомендованы занятия детям аутичным, с проявлениями гиперактивности, выраженными чертами агрессивности и враждебности. С такими детьми сначала необходимо провести соответствующую индивидуальную работу.

¹ Микляева Ю. В., Сидоренко В. Н. Развитие речи детей в процессе их адаптации к ДОУ. М.: Айрис-Пресс, 2005.

1. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ СТРУКТУРЫ

1.1. Целевое назначение программы

Целью программы является обеспечение условий для успешной адаптации детей в ДОО посредством формирования и развития у них навыков общения и взаимодействия.

В соответствии с этой целью формулируются следующие **задачи**.

1. Создание в группе эмоционально комфортной атмосферы.
2. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
3. Снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии.
4. Обучение игровым навыкам взаимодействия детей друг с другом.
5. Формирование произвольного поведения, умения действовать по сигналу и соответственно правилам игры.
6. Развитие внимания, восприятия, речи, воображения.
7. Развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений.

1.2. Ведущие идеи, на которых базируется программа

Установлено, что в раннем возрасте адаптация происходит дольше и труднее, часто сопровождается болезнями. Дело в том, что в этот период интенсивно физически развивается организм, созревают психические процессы, а на этапе становления дети в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам. Новые условия и — как ответная реакция — новые формы поведения требуют определенных усилий и умений со стороны ребенка.

В адаптационный период особенно важно создать атмосферу доброжелательного общения, обогащающего чувственную сферу, обеспечить каждому ребенку эмоциональный комфорт.

Учитывая, что в адаптационный период ребенка в ДОО общение со взрослыми и сверстниками — необходимое условие эмоционального и социального развития, психолог совместно с воспитателями старается обогатить положительный опыт общения ребенка с окружающими людьми, чтобы малыш стремился к общению, игре, приобретал гибкость и пластичность в социальном поведении и развитии.

Практически все дети, которые впервые приходят в детский сад, поступают в группу раннего возраста, педагоги которой как никто знают, что такое адаптационный период для ребенка: ведь для вновь поступившего малыша детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

В процессе адаптации детей раннего возраста можно отметить некоторые закономерности.

Прежде всего до 2—3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками — она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потреб-

ность малыша в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Ребенок не может быстро адаптироваться к ДОО, поскольку сильно привязан к матери и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный. Дети 2—3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в ДОО в полной мере.

Эти страхи — одна из причин затрудненной адаптации ребенка к ДОО. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, так как стресс истощает защитные силы организма.

Анализ показывает¹, что уже в раннем возрасте (2—3-й годы жизни) наибольшее значение в период адаптации имеет уровень социализации, в частности наличие или отсутствие общения ребенка со сверстниками. Немаловажную роль играет формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать «проблемы» в игре.

Вывод

Коммуникабельность ребенка — это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первое время нахождения в дошкольном учреждении у многих малышей утрачивается это свойство. Поэтому взрослый — психолог — должен научить детей общаться в ходе игровой деятельности. Организация целенаправленной психолого-педагогической работы позволит улучшить процесс адаптации, снизить напряженность периода привыкания к детскому саду. В ходе занятий постепенно снижаются эмоциональное и мышечное напряжение, импульсивность, чрезмерная двигательная активность, развиваются навыки взаимодействия друг с другом, внимание, речь, чувство ритма, общая и мелкая моторика, игровые навыки и произвольное поведение. Со временем дети уже осознанно воспринимают речь взрослого, то есть учатся вслушиваться в речь окружающих, правильно выполнять словесные инструкции, пользоваться в общении ситуативной речью, отвечать на вопросы взрослого, а самое важное — у детей появляется желание говорить по собственной инициативе. В целом это способствует переходу от этапа адаптации к этапу пересоциализации (индивидуализации, самоактуализации).

1.3. Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты ориентированы на формирование успешности детей в ходе преодоления трудностей процесса адаптации, развитие их индивидуальных способностей.

Реализация данной программы будет способствовать:

— снижению у детей тревожных переживаний при поступлении в детский сад, тем самым обеспечению более успешной и менее болезненной адаптации воспитанников к условиям дошкольного учреждения;

— оптимизации самооценки воспитанников, укреплению позитивного Я-образа детсадовца;

— обучению положительно относиться к детскому саду, взрослым-педагогам и сверстникам;

¹ Павлова Л. Второй год жизни: Мамина школа // Дошкольное воспитание. 2004. № 8. С. 104—110.

- формированию коммуникативных навыков и развитию игровых мотивов;
- обучению внимательно слушать взрослого и детей в процессе совместной игровой деятельности;
- развитию положительных качеств (доброты, сочувствия, оптимизма, аккуратности, самостоятельности, дружелюбия и др.);
- снижению импульсивности, негативизма, агрессивности и др.;
- формированию моно- и диалогической речи как средства общения.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ СТРУКТУРЫ

2.1. Содержательная характеристика курса

Темой занятий служат простые и понятные детям герои и предметы: зайчик, мишка, лошадка, паровозик, пирамидка, матрешка, Колобок и др. От быстрой смены сюжетов, ролей, образов малыши переутомляются и теряют интерес к занятию. Поэтому все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены общим персонажем и игровым сюжетом. Опосредованное общение через игрушку создает непринужденную обстановку в группе, способствует снятию страхов неизвестности, вызывает повышение познавательного интереса детей.

Часто занятие разыгрывается как небольшое путешествие: отправляемся в зимний лес навестить зайчика и поиграть с ним, чтобы он не замерз; идем в зоопарк вместе с обезьянкой; гуляем по улице и веселимся с котом.

Темы занятия также перекликаются с сезонными изменениями в природе: осенью играем с листочками, собираем урожай вместе с ежиком; зимой — забавляемся со снежинкой, снеговиком, новогодней елочкой, Дедом Морозом; весной — будим заспавшегося мишку и играем с ним, радуемся теплому солнышку; ближе к лету — играем с божьей коровкой, бабочкой, лягушкой, мыльными пузырями.

В программе выделено 32 темы (8 часов).

Тематическое планирование курса

Месяц	Темы занятий	Теоретические часы	Практические часы	Всего часов
Сентябрь	1. «Мячик». 2. «Листики осенние»			
Октябрь	3. «Ежик». 4. «Мышка». 5. «Мишка». 6. «Зайка серенький»	3 минуты (на каждом занятии)	12 минут (на каждом занятии)	15 минут (каждое занятие)
Ноябрь	7. «Паровозик». 8. «Пирамидка». 9. «Матрешка». 10. «Машинка»			
Декабрь	11. «Кукла». 12. «Зайка беленький». 13. «Новогодняя елочка». 14. «Дед Мороз»			
Январь	15. «Снежинка». 16. «Снеговик». 17. «Рыбка»			
Февраль	18. «Собачка». 19. «Котик». 20. «Обезьянка». 21. «Курочка»			
Март	22. «Солнышко». 23. «Кораблик».			

Месяц	Темы занятий	Теоретические часы	Практические часы	Всего часов
	24. «Мишка весной». 25. «Лошадка»			
Апрель	26. «Коровка». 27. «Колобок». 28. «Петрушка». 29. «Мыльные пузыри»			
Май	30. «Бабочка». 31. «Лягушка». 32. «Божья коровка»			
Всего: 32 темы		<i>1 час 36 минут</i>	<i>6 часов 24 минуты</i>	<i>8 часов</i>

2.2. Содержание программы

Тема № 1. «Мячик»

1. Загадка про мячик.
2. Рассматривание мячика.
3. Пальчиковая гимнастика «Мячик круглый».
4. Игра «Веселый друг».
5. Подвижная игра «Собери мячики».
6. Релаксация «Мячики отдыхают».

Тема № 2. «Листики осенние»

1. Загадка про осенний лист.
2. Рассматривание осенних листьев клена.
3. Пальчиковая гимнастика «Октябрь».
4. Речедвигательная игра «Листопад».
5. Подвижная игра «Мы — листочки».
6. Релаксация «Песенка осенних листочков».

Тема № 3. «Ежик»

1. Загадка про ежика.
2. Рассматривание игрушечного ежика.
3. Пальчиковая гимнастика «Колючий еж».
4. Речедвигательная игра «Увидели ежа».
5. Подвижная игра «Ежик и лиса».
6. Релаксация «Колыбельная для ежика».

Тема № 4. «Мышка»

1. Загадка про мышку.
2. Рассматривание игрушечной мышки.
3. Пальчиковая гимнастика «Мышка».
4. Речедвигательная игра «Где живет мышка?»
5. Подвижная игра-догонялка «Мышкина дразнилка».
6. Релаксация «Шуршащая песенка».

Тема № 5. «Мишка»

1. Загадка про мишку.
2. Рассматривание игрушечного медведя.

4. Речедвигательная игра «Разговор с божьей коровкой».
5. Подвижная игра «Божьи коровки и ветер».
6. Релаксация «Песенка божьей коровки».

2.3. Характеристика целесообразной методики построения курса

Психологическая работа с детьми по снижению напряженности периода адаптации и по развитию коммуникативных умений рассчитана на 1 год — с середины сентября по май, 1 раз в неделю. Первые две недели сентября психолог включается в режимные моменты вместе с воспитателем, организует предметную деятельность дошкольников. Так как малыши нередко болеют и после болезни нуждаются в повторной адаптации (да и пополнение группы вновь поступающими детьми может продолжаться в течение всего года обучения), занятия проводятся на протяжении всего учебного года.

Занятия по данной программе строятся в интересной и необычной для детей форме — *игротренинга*.

Игротренинг — это комплексная форма общения, в процессе которой дети овладевают навыками самовыражения и самообучения, а также расширяют поведенческий репертуар в ходе организованной игровой деятельности.

Две составляющие данной формы — «игра» и «тренинг», решая свои задачи, во взаимодействии дают возможность малышу почувствовать себя более уверенно и защищенно и развить свои коммуникативные качества, проживая определенные ситуации вместе со сказочным героем и своими ровесниками.

Игра дает возможность детям находиться в естественной для дошкольного возраста среде, позволяющей творчески осмысливать и отображать окружающий мир.

Используя тренинг как активный метод групповой психологической работы, взрослый усиливает решение задач по адаптации детей к дошкольному учреждению. Тренинговая система формирует и развивает такие качества, как усидчивость, организация внимания и восприятия в условиях коллективной деятельности, умение слушать, отвечать на вопросы и дополнять друг друга.

С самого начала педагогом-психологом предлагается определенная структура такого занятия, к которой дети постепенно привыкают, начиная понимать ее внутреннее значение.

Структура занятий

I. Ритуал приветствия. (Упражнение «С добрым утром!» — 30 секунд.)

II. Разминка.

- Загадки (30—40 секунд);
- Рассматривание предмета (2—3 минуты).

III. Основное содержание занятия (данные виды работы варьируются в каждом занятии):

- игры с правилами, ролевые, подвижные, развивающие с речевым сопровождением (4—5 минут);
- пальчиковая гимнастика (2—3 минуты);
- игры с предметами (1—2 минуты);
- разыгрывание этюдов (2—3 минуты);
- релаксационные упражнения (2—3 минуты).

IV. Итог занятия (30 секунд). Ритуал прощания. (Упражнение «До свидания!» — 10 секунд.)

Рассмотрим подробнее все части занятия¹.

I. Ритуал приветствия. (Упражнение «С добрым утром!»)

В начале занятия психолог приветствует детей, называет каждого по имени, тем самым активизируя внимание и энергетизируя организм каждого малыша. Затем все вместе проговаривают стихотворение, сопровождая его показом и легким массажем соответствующих частей лица и тела.

С добрым утром, глазки!
Вы проснулись?
С добрым утром, ушки!
Вы проснулись?
С добрым утром, ручки!
Вы проснулись?
С добрым утром, ножки!
Вы проснулись?
Глазки смотрят,
Ушки слушают,
Ручки хлопают,
Ножки топают!
Ура! Мы проснулись!

II. Разминка

Загадка

Стихотворные загадки предваряют основную часть занятия, вносят сюрпризный момент, активизируют психические процессы, эмоциональное и физическое состояние детей. Загадки эти особенные: они достаточно короткие, смысл их доступен для понимания детей раннего возраста, в большинстве из них отгадкой является последнее слово-рифма.

Показ и рассматривание предмета

То, что демонстрирует и называет взрослый, приобретает для ребенка особый интерес, вызывает радостные эмоции, которые он переносит на взрослого. Тем самым данный прием помогает наладить контакт с ребенком, построить положительные взаимоотношения в группе.

III. Основное содержание занятия

Игры с правилами, ролевые, подвижные, развивающие с речевым сопровождением

Игровой ритм занятия поддерживается разнообразными авторскими и народными стихами, песенками, потешками и позволяет регулировать психоэмоциональный и скелетно-мышечный тонус. Дети повторяют за психологом слова и движения, тем самым развиваются внимание, память, речь, умение управлять своими движениями, реакциями и поведением. При этом речевой материал проговаривается несколько раз, что приводит к непроизвольному запоминанию речевых образцов и стереотипов поведения. Комментирующая речь психолога оказывает большое позитивное влияние

¹ В ходе занятий использован разнообразный речевой материал. К сожалению, авторы некоторых оригинальных стихотворений и игр не указаны ввиду того, что в доступных источниках информацию об их авторстве найти не удалось. Будем весьма благодарны тем, кто сможет помочь исправить это.

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие 1. «Мячик»

Материал к занятию: яркий матерчатый мешочек, резиновый полосатый мяч основных цветов (синий, красный, зеленый, желтый), корзинка, шарики из «сухого» басейна, большой мяч для футбола, магнитофон, аудиозапись релаксационной музыки.

I. Ритуал приветствия

Упражнение «С добрым утром!» (автор движений — И. Пазухина)

Ведущий-психолог (далее — психолог) приветствует детей.

Психолог. Здравствуйте, ребята! (*Называет каждого по имени.*) Давайте скажем все вместе друг другу «доброе утро».

Психолог совместно с детьми проговаривает стихотворение, сопровождая его показом и легким массажем соответствующих частей лица и тела.

С добрым утром, глазки!	<i>Закрывают и открывают глаза.</i>
Вы проснулись?	
С добрым утром, ушки!	<i>Массируют ушные раковины.</i>
Вы проснулись?	
С добрым утром, ручки!	<i>Гладят поочередно обе руки.</i>
Вы проснулись?	
С добрым утром, ножки!	<i>Гладят поочередно обе ноги.</i>
Вы проснулись?	
Глазки смотрят,	<i>Смотрят направо, налево, слегка поворачивая голову.</i>
Ушки слушают,	<i>Дотрагиваются до ушей.</i>
Ручки хлопают,	<i>Хлопают в ладоши.</i>
Ножки топают!	<i>Топают.</i>

(Белкина Л. В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ, с. 143.)

II. Разминка

Дети сидят на ковре напротив психолога.

Загадка

Психолог. Ребята, посмотрите, что я вам принесла! (*Показывает мешочек.*) Интересно, а что там внутри... Отгадайте-ка, ребята! Послушайте загадку, назовите отгадку!

Скок-скок да поскок.
Круглый да упругий бок.
По дорожке мчится вскачь
Звонкий да веселый... (мяч).
А. Измайлов

Правильно, ребята, это мячик!

Психолог достает из мешочка мячик.

Рассматривание мячика

Психолог. Посмотрите внимательно на мячик. Какого цвета его полоски?

Д е т и. Красного, синего, желтого, зеленого.

П с и х о л о г. Давайте в воздухе пальчиком нарисуем мячик.

Дети очерчивают в воздухе круг поочередно правой, левой рукой, двумя руками.

П с и х о л о г. А что умеет делать наш мячик?

Д е т и. Катиться, прыгать, крутиться, скакать, его можно кидать высоко...

Психолог демонстрирует детям соответствующие движения мяча.

П с и х о л о г.

В руки мячик я беру,
Хочешь, поиграем
В развеселую игру,
Кто его поймает?
Я кидаю — ловишь ты,
Кинешь — я поймаю...

М. Пиудунен

Психолог проговаривает слова стихотворения, кидая при этом мячик детям, дети ловят и бросают мяч обратно.

III. Основное содержание занятия

Пальчиковая гимнастика «Мячик круглый» (слова — Р. Горенбургова, движения — И. Пазухина)

П с и х о л о г. Давайте изобразим круглый мячик с помощью наших пальчиков.

Дети выполняют задание, соединяя указательный и большой пальцы в кольцо на правой, левой, обеих руках.

П с и х о л о г. Ой, укатился наш круглый мячик!

Психолог рассказывает стихотворение, дети повторяют соответствующие движения, проговаривают слова.

Мячик круглый —

Соединяют указательный и большой пальцы на обеих руках в одно кольцо.

Прыг да скок!

Хлопают в ладоши два раза.

Ты куда деваться мог?

Удивляются, разводят ладоши в стороны.

Поскакал и покатился,

Сгибают руки в локтях, пальцы — в кулачки, вращают руки одна относительно другой.

В уголочек закатился,

Там лежал и ждал меня.

Прячут руки за спину.

Я искал его три дня!

Достают руки из-за спины, улыбаются.

Игра «Веселый друг»

П с и х о л о г. Ребята, наш мячик очень веселый, любит играть со своим другом. Вот он! (*Демонстрирует мяч для футбола.*) Этот мяч по размеру большой или маленький?

Д е т и. Большой.

П с и х о л о г. Давайте сядем вокруг мяча и расскажем про него стихотворение.

Дети рассаживаются вокруг мяча, легко и ритмично хлопают по нему ладошками, меняя правую и левую руку на каждую строчку стихотворения.

Друг веселый, мячик мой!
Всюду, всюду он со мной!

Раз, два, три, четыре, пять,
Хорошо мне с ним играть!
(Роньжина А. С. Занятия психолога с детьми 2—4 лет
в период адаптации к дошкольному учреждению, с. 31.)

Подвижная игра «Собери мячики» (автор движений — И. Пазухина)

Психолог. Ребята, а давайте поиграем с мячиками. Посмотрите: у меня в корзинке много мячей. (Показывает корзинку с мячиками из «сухого» бассейна.) Мячики непослушные, прыгучие, так и хотят выскочить из корзинки!

Дети встают вокруг психолога.

Ай-люли, ай-люли,
Раскатились все шары.

*Психолог и дети качают головой.
Психолог высыпает мячи на пол, дети смотрят.*

А мы мячики найдем
И в корзинку соберем!

*Все вместе проговаривают стихотворение,
хлопая в ладоши.*

Затем дети собирают мячики в корзинку, можно обговорить правила: каждый берет по одному мячу.

Релаксация «Мячики отдыхают» (слова — Е. Горбовская, движения — И. Пазухина)

Психолог. Ребята, а давайте превратимся в мячики? Вокруг себя покружись — в мячики превратились! И теперь попрыгаем, поскочем, как мячики!

Дети выполняют движения по тексту стихотворения.

Что такое, что за шум?
Скачет мячик: бум-бум-бум!
Прыг-прыг-прыг и скок-скок-скок,
Укатился под кусток.
Девочки и мальчики
Прыгают, как мячики.
Ножками топаят, ручками хлопают,
Головой кивают, а после отдыхают.

*Удивляются, закрывают уши ладошками.
Прыгают на двух ногах, руки на поясе.
Приседают.
Прыгают на двух ногах, руки на поясе.
Топают, хлопают в ладоши.
Кивают головой.*

Затем дети ложатся на ковер и отдыхают под негромкую релаксационную музыку.

IV. Итог занятия. Ритуал прощания

Упражнение «До свидания!»

Психолог. Ребята, давайте вспомним, чем мы занимались на занятии. В какие игры играли? Что особенно понравилось?

Дети с помощью психолога отвечают на вопросы, затем проводится ритуальное упражнение, сопровождаемое соответствующими движениями.

Ручками похлопали,
Ножками потопали,
Помахали на прощанье
И сказали: «До свидания!»

Занятие 2. «Листики осенние»

Материал к занятию: яркий матерчатый мешочек, осенние листочки (желтые, красные листья клена), ваза с широким горлышком, магнитофон, аудиозапись релаксационной музыки.

I. Ритуал приветствия

Упражнение «С добрым утром!» (см. занятие 1)

II. Разминка

Дети сидят на ковре напротив психолога.

Загадка

Психолог. Здравствуйте, ребята! Сегодня к нам в гости прилетит необычный гость — его можно встретить только осенью. Посмотрите за окошко. Стоят желтые деревья, дует холодный ветерок, дождик моросит, небо хмурится, и солнышка не видно. Вот они, приметы осени. Так что же еще принесет нам осень? Послушайте загадку и тогда вы узнаете, что это.

Зеленый — за ветку
Он держится крепко.
А осенью вниз
Летит желтый... (*лист*).
А. Измайлов

Правильно, ребята! Это листочек! Да не один он к нам прилетел, а с друзьями. *Психолог достает из мешочка осенние листья.*

Рассматривание осенних листьев клена (слова — А. Пилатов, движения — И. Пазухина)

Психолог. К нам в гости пришла осень и принесла с собой осенние листочки. Посмотрите, какие они красивые! (*Показывает листья.*) А вы знаете, с какого дерева упал этот листик?

Дети. С клена.

Психолог. Какого цвета наши листочки? Какого размера?

Дети отвечают.

Психолог. На что похож листик клена?

Дети. На ладошку.

Психолог. Покажите свои ладошки, раздвиньте пальчики в стороны. (*Дети выполняют.*) Вот наши пальчики превратились в кленовые листочки! Я вам буду загадывать загадки, а вы попробуете отгадать, какого цвета листочки.

Если осень, каждый знает:
В небе листики гуляют,
Цветом листья разные:
Желтые и красные.

*Психолог плавными движениями обеих рук перед собой показывает детям два листочка.
Прячет листочки за спину.
По очереди демонстрирует листочки из-за спины, дети называют цвета, договаривая нужные слова.*

III. Основное содержание занятия

Пальчиковая гимнастика «Октябрь» (слова — В. Берестов, движения — И. Пазухина)

Содержание

Введение	3
1. Концептуальные компоненты структуры.....	5
1.1. Целевое назначение программы.....	5
1.2. Ведущие идеи, на которых базируется программа	5
1.3. Ожидаемые результаты.....	6
2. Содержательные компоненты структуры.....	8
2.1. Содержательная характеристика курса	8
2.2. Содержание программы	9
2.3. Характеристика целесообразной методики построения курса	14
3. Параметры результативности программы и диагностика.....	18
3.1. Критерии результативности.....	18
3.2. Тестовые и контрольные задания. Текущий и итоговый контроль	18
4. Организационно-педагогические условия	19
4.1. Временные и материальные ресурсы.....	19
4.2. Требования к квалификации психолога, реализующего данную программу.....	19
5. Литература.....	20
5.1. Литература для психолога, педагогов.....	20
5.2. Литература для родителей	20
5.3. Литература для чтения детям	21
Конспекты занятий	22
Занятие 1. «Мячик»	22

Занятие 2. «Листики осенние».....	25
Занятие 3. «Ежик».....	27
Занятие 4. «Мышка»	29
Занятие 5. «Мишка»	32
Занятие 6. «Зайка серенький».....	35
Занятие 7. «Паровозик».....	38
Занятие 8. «Пирамидка».....	40
Занятие 9. «Матрешка»	42
Занятие 10. «Машинка».....	46
Занятие 11. «Кукла».....	48
Занятие 12. «Зайка беленький».....	50
Занятие 13. «Новогодняя елочка»	53
Занятие 14. «Дед Мороз»	56
Занятие 15. «Снежинка».....	59
Занятие 16. «Снеговик».....	61
Занятие 17. «Рыбка»	64
Занятие 18. «Собачка».....	66
Занятие 19. «Котик»	69
Занятие 20. «Обезьянка»	71
Занятие 21. «Куручка».....	74
Занятие 22. «Солнышко»	76
Занятие 23. «Кораблик»	78
Занятие 24. «Мишка весной».....	81

Занятие 25. «Лошадка».....	84
Занятие 26. «Коровка».....	86
Занятие 27. «Колобок»	88
Занятие 28. «Петрушка».....	91
Занятие 29. «Мыльные пузыри».....	94
Занятие 30. «Бабочка»	96
Занятие 31. «Лягушка»	99
Занятие 32. «Божья коровка».....	101

Методический комплект программы «Расту, малыш!»

Ирина Александровна Пазухина

Вместе весело играть

***Учебная программа психологического сопровождения детей 2—4 лет
в период адаптации к условиям ДОУ***

Главный редактор С. Д. Ермолаев
Редактор Н. Б. Кондратовская
Художник С. В. Сергачева
Корректоры: О. В. Афанасьева, Т. В. Никифорова
Дизайнер С. А. Козубченко
Верстка А. Л. Сергеенок

ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
197348 СПб., а/я 45. Тел.: (812) 303-89-58
E-mail: detstvopress@mail.ru
www.detstvo-press.ru

Представительство в Москве: ООО «Разум»,
127434 Москва, Ивановская ул., д. 34.
Тел.: (499) 976-65-33
E-mail: razum34@gmail.com
www.raz-um.ru

Служба «Книга — почтой»:
ООО «АРОС-СПб»
192029, Санкт-Петербург, а/я 37
Тел. (812) 973-35-09
E-mail: arosbook@yandex.ru

Подписано в печать 11.02.2020.
Формат 70×100 ¹/₁₆ Бумага офсетная. Печать офсетная.
Гарнитура Таймс. Усл. печ. л. 7,0. Тираж 1000 экз. Заказ №

Отпечатано с готовых файлов заказчика
в ОАО «Первая Образцовая типография»,
филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ».
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, д. 14.