

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
центр развития ребенка – детский сад № 11 «Березка»  
Октябрьского муниципального округа

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
протокол № 1  
от 25.08.2025 года



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МДОБУ ЦРР д/с № 11 «Берёзка»  
Семенова Е.А.

**Программа предадаптации детей  
к детскому саду  
«Шаг за шагом»**

Педагог-психолог  
Фоминова Марина Николаевна

## **Содержание.**

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цель и задачи программы.....	4
3. Принципы программы.....	5
4. Используемые технологии.....	6
5. Планируемые результаты.....	7
6. Содержание программы .....	8
7. План-конспект игровых сеансов.....	9
8. Приложение	

### **Пояснительная записка.**

Адаптационный период – один из ответственных моментов в жизни ребёнка. От того как он пройдёт, зависит формирование основных базисных новообразований этого возраста.

Анализ массовой педагогической практики показал, что основной причиной эмоционального стресса родителей и детей раннего возраста является период адаптации. Родители задумываются, стоит ли отдавать малыша в дошкольное учреждение или продолжать воспитывать его дома. С одной стороны, ребёнку необходимо общество сверстников, кроме того, в детском саду работают специально обученные педагоги, но, с другой, пугают постоянные разговоры о том, что дети часто болеют в детском саду, много плачут. Бесспорно, родители лучше всех других взрослых знают и любят своего ребёнка. Но иногда у молодых родителей нет достаточно глубокого представления о жизни ребёнка в детском саду, о созданных условиях воспитания и обучения. Поэтому важно начинать сотрудничество с семьями малышей перед их поступлением в дошкольное учреждение. Совместная подготовка ребёнка к посещению детского сада – залог успешной адаптации.

Возраст ребёнка от 2 до 2,5 лет, характеризуется обострённой чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поэтому адаптация к дошкольному учреждению проходит крайне болезненно. Надо так организовать этот период, чтоб как можно меньше травмировать ребёнка.

Общая задача педагогов и родителей – помочь ребёнку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада, создать возможность активно действовать в незнакомой обстановке рядом с родителями. Это наполняет впечатления ребёнка различными новыми представлениями, обогащая их положительными эмоциями. Сотрудничество родителей и педагогов позволяет выстроить индивидуальный образовательный маршрут, что способствует современному развитию познавательных процессов у детей раннего возраста.

## **Цель и задачи программы.**

Программа разработана в 2010 году и рассчитана на специалистов – педагогов – психологов, воспитателей, работающих с детьми раннего возраста и их семьями. Программа «Шаг за шагом» - направлена на работу в предадаптационный период с семьями детей, которые вскоре станут воспитанниками ДООУ.

**Цель программы:** создание условий, облегчающих адаптационный период при поступлении ребёнка в дошкольное учреждение при взаимодействии детского сада и семьи, путём использования игровых технологий и методов.

### **Задачи:**

- развивать у детей интерес к играм и игрушкам, игровые умения и навыки, формы игрового взаимодействия со взрослыми и сверстниками.
- стимулировать психическое развитие ребёнка, посредством игр с различными видами игрушек.
- оказывать психолого–педагогическую помощь родителям по вопросам воспитания и развития детей раннего возраста.
- формировать положительный настрой детей и родителей на детский сад, снижать эмоциональное напряжение и тревогу.

## **Принципы программы.**

### ***Принципы, на которых базируется программа:***

- принципы соответствия возрастным и психологическим особенностям;
- разнообразие форм деятельности;
- наглядность;
- доступность.

### **Используемые технологии.**

Программа «Шаг за шагом» - направлена на работу в предадаптационный период с детьми и родителями, которые вскоре станут воспитанниками ДОУ.

#### ***Используемые технологии:***

- телесно – ориентировочные игры и упражнения;
- упражнения с дидактическим материалом;
- коммуникативные, развивающие, пальчиковые игры;
- продуктивная деятельность.

## **Планируемые результаты**

1. Успешная, более лёгкая и короткая адаптация детей, поступающих в группы (с 2 до 3 лет), к условиям ДОУ.
2. Овладение родителями приёмами взаимодействий с ребёнком; понимание значимости положительного тактильного контакта с ребёнком.
3. Упрочение эмоциональной связи с ребёнком в совместной деятельности.

## **Содержание программы.**

Программа «Шаг за шагом» проводится в предадаптационный период – в июне, она состоит из 10 встреч в детско–родительских группах.

Режим встреч – три раза в неделю в течении 40 – 50 минут. Организуется парное взаимодействие в системе «мать - ребёнок» под руководством специалистов.

### ***Программа включает:***

- Работу с родителями: групповые консультации, где специалисты отвечают на вопросы родителей, рассматриваются психологические, педагогические аспекты подготовки ребёнка посещения дошкольного учреждения.

- Анкетирование (прил. 3).

Родители получают печатный материал: буклеты (прил. 1), советы, рекомендации (прил. 2), памятки. Тематика разнообразна, но она обязательно включает вопросы адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада. Главная цель этой работы – познакомить с особенностями проведения предадаптационных встреч, настроить родителей на совместную плодотворную деятельность.

### ***Цикл игровых встреч включает:***

1. Ритуал приветствия / прощания, Игры, упражнения.

2. Пальчиковая гимнастика.

3. Игровая часть

Включает игры и задания с дидактическими и обучающими материалами.

4. Музыкально – ритмическая часть

Музыкальные игры, игры и музыкальные композиции сопровождаются движениями в соответствии с текстом.

5. Продуктивная деятельность.

Включают в себя пальчиковое рисование, лепку, конструирование, аппликацию, рисование ладошками.



**План-конспект игровых сеансов.**

№	Тема	Задачи	Приветствие	Пальчиковая гимнастика	Игровая часть	Музыкально-ритмическая часть	Продуктивная деятельность	Прощание
1	«Знакомство» «В гостях у Зайчика Ляли»	Побуждать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом. Формировать положительный настрой, вызвать интерес к ровесникам. Привлекать родителей к совместной деятельности с детьми	«Здравствуй, солнце золотое!..»	«Пальчики ходят в гости»	1.Сюрпризный момент: игрушка-заяц 2.Загадывание загадки 3.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Большие, маленькие морковки» 4.Физическое развитие: «Догони зайку», «Зайка умывается»	Музыкальная игра «Зайцы и лиса»	Рисование пальчиками «Большие морковки»	«Дружно хлопаем руками»
2	«Солнышко»	Формировать стремление действовать вместе со взрослыми и сверстниками в игровых действиях. Развивать мелкую моторику. Стимулировать речевую активность.	«Здравствуй, солнце золотое!..»	«Солнышко» «Пальчики ходят в гости»	1.Сюрпризный момент: игрушка-солнышко 2.Развивающая игра «Прятки с солнышком» - ориентировка в величине: большой - маленький. 3.Развитие мелкой моторики: «Лучики для солнышка» 4.Подвижная игра: «Солнце и зонтик»	Музыкально-ритмическая игра «Солнышко»	Лепка на картоне «Солнышко»	Игра «Дружно хлопаем руками»

3	«Птичка прилетела, на ладошку села»	Побуждать детей слушать взрослого и действовать по инструкции; совершенствовать навыки бега; ориентироваться в четырех основных цветах, делать перекрытия из кирпичиков. Стимулировать речевую активность.	«Здравствуй, солнце золотое!..»	«Села птичка на ладошку» «Солнышко»	1.Сюрпризный момент: игрушка-птичка 2..Развитие восприятия цвета: «Бегите ко мне» 3.Речевая игра: «Покажи, где...» 4.Физическое развитие «Птички и кошка» 5.Игра-развлечение «Спрячь птичку»	Музыкально-ритмическая игра «Птички и автомобиль»	Конструирование «Строим дом для птички»	Игра «Дружно хлопаем руками»
4	«Прогулка в лес»	Развивать элементарные коммуникативные навыки через диалог со взрослыми (умение здороваться, прощаться). Развивать эмоциональную отзывчивость на музыку, игру, общение со взрослыми и сверстниками)	Игра «Бубен»	«Прогулка в лес» «Села птичка на ладошку»	1.Игра, направленная на развитие движений: «Поровненькой дорожке» 2.Игра, направленная на слуховое внимание: «Что звучит?» 3.Речевая игра «Звукоподражание» 4.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Угощение для белочки» 5.Игра, направленная на физическое развитие: «Ёж»	Музыкальная игра «Бьем по мячу», «Прячемся за мячиком»	Рисование пальчиками «Иголочки для ёжика»	Попевка «До свидания!»

5	«Кот и мышата»	Развивать мелкую моторику, умение ориентироваться в пространстве. Формировать положительное отношение к совместной деятельности. Развивать умение детей ориентироваться в четырех основных цветах.	«Котята»	«Цап – царап»	1.Сюрпризный момент: игрушка-котик. 2.Речевая игра «Серенькая кошка» 3.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Цветные клубочки». 4.Игра, направленная на физическое развитие: «Мышка»	Песня «Кошка» А. Александрова. Русская народная игра «Кот и мыши».	Рисование пальчиками «Следы лапок котика».	Попевка, «До свидания!».
6	«Весёлый мишка»	Развивать эмоциональную отзывчивость на игру, музыку, общение со взрослыми и сверстниками. Формировать интерес к сверстнику, правильное речевое дыхание, развивать мелкую моторику, умение исследовать свойства предмета.	«Здравствуй, солнце золотое!..» «Бубен»	«Солнышко», «Цап-царап»	1.Сюрпризный момент: игрушка-медведь 2.Речевая игра «Покажи, где у мишки...» 3.Игра, направленная на развитие движений: «Большие ноги, маленькие ножки» 4.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Большие и маленькие шишки» 5.Игра, направленная на физическое развитие: «У медведя»	Аудиозапись «Умка» Музыкальная игра «Мишка ходит в гости»	Рисование «Угощение для мишки»	Игра «Дружно хлопаем руками»

7	«Звонкие песенки»	Формировать слуховое восприятие, учить ориентироваться по звуку. Вызывать эмоциональный отклик на музыку, действовать в соответствии с характером музыкального материала.	«С добрым утром»	«Вышли пальчики гулять» «Солнышко»	1.Игра, направленная на слуховое восприятие: «Погремушки» 2.Игра, направленная на развитие движения: «Где же наши ручки» 3.Игра, направленная на развитие динамического слуха: «Тихо-громко» 4.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Волшебные коробочки»	«Петушок» русская народная песня.	Аппликация «Погремушки»	Попевка, «До свидания!».
8	«Веселая матрешка»	Эмоционально откликаться на веселый образ куклы матрешки	«Здравствуй, солнце золотое!..» «С добрым утром»	«Пальчики ходят в гости», «Села птичка на ладошку»	1.Игра, направленная на развитие движения: «Сапожки» 2.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Найди такую же матрешку» 3.Игра, направленная на физическое развитие: «Прогулка» 4.Игра, направленная на развитие динамического слуха: «Тихо-громко»	Песня «Веселые матрешки» Ю.Слонов	Рисование пальчиками «Сарафан для матрешки»	«Дружно хлопаем руками»

9	«В гости к куклам»	Знакомство детей со сказкой. Вызвать интерес детей к театрализованной деятельности, обогащать детей новыми впечатлениями.	«Котята» «С добрым утром»	«Цап-царап» «Солнышко»	1.Игра-развлечение «Спрячь игрушку» 2.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Звучащие коробочки» 3.Кукольный театр «Гости идут» В.Цивкина			Попевка, «До свидания!».
10	«Праздник бантиков»	Вызывать интерес участвовать в общих действиях. Развивать артистизм, чувство ритма, умение двигаться под музыку в соответствии с ее темпом, характером.	«Здравствуй, солнце золотое»	«С добрым утром!»	1.Игра, направленная на развитие движений: «Поезд» 2.Игра, направленная на сенсорное развитие: «Подбери по цвету бантики» 3.Игра, направленная на физическое развитие: «Лягушки» 4.Игра, направленная на социальное развитие: «Цветочки»	Аудиозапись «Топ, топ топает малыш. Музыкальная игра «Прятки»	Рисование ладошками «Хорошее настроение»	Игра «Дружно хлопаем руками»

## **Литература**

1. И.В. Лапина. Адаптация детей при поступлении в детский сад - Волгоград: «Учитель», 2009.
2. Ю.А. Афонькина. Организация деятельности центра игровой поддержки ребенка раннего возраста - Волгоград: «Учитель», 2012.
3. А.В. Найбаур. Создание условий адаптации детей раннего возраста к детскому саду. – Москва: «Сфера», 2013.
4. К. Фопель. Привет, ручки! – Москва: «Генезис», 2010.
5. Н. В. Иванова. Социальная адаптация малышей в доу.- Москва: «Сфера», 2011.