МАДОУ г. Хабаровска «Детский сад №5»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПО АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К ДОУ

Педагог - психолог: Лопарева М.Г.

г. Хабаровск

2015

**Пояснительная записка**

**Актуальность программы** - с приходом ребенка в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом меняется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких взрослых, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит потенциально опасного, другой стиль общения.

Все это обрушивается на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.).

Повышение возрастного порога начала посещения дошкольного учреждения (с 1,5 до 3 лет), с одной стороны, и повышение образовательной нагрузки в дошкольном учреждении — с другой, делают проблему привыкания младшего дошкольника к условиям детского сада особенно актуальной.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах (“Социальная адаптация детей в дошкольных учреждениях” / Под ред. Р. В. Тонковой-Ямпольской, Е. Шмидт-Кольмер, А. Атанасовой-Буковой.— М., 1980), было выделено три фазы адаптационного процесса:

1) острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);

2) подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3—5 месяцев);

3) фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития. Различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

• легкая адаптация — сдвиги нормализуются в течение 10—15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного;

• адаптация средней тяжести — сдвиги нормализуются в течение мясяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5—7 дней, есть признаки психического стресса;

• тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Основными линиями развития детей раннего возраста являются: развитие предметной деятельности, развитие речевой и игровой деятельности.

Ведущей в раннем возрасте является *предметная деятельность*. Именно в ней происходит приобщение ребёнка к культуре, формируются главные психологические новообразования этого периода: речь, наглядно-действенное и образное мышление, познавательная активность, целенаправленность и пр. В рамках предметной деятельности можно выделить несколько направлений, каждое из которых является самостоятельной задачей и предполагает определённые методы реализации.

Во-первых, это *развитие культурно нормированных*, специфических и орудийных действий. Маленький ребёнок должен научиться пользоваться окружающими предметами «по-человечески»: правильно есть ложкой, рисовать карандашом, копать совочком, причёсываться расчёской, застёгивать пуговицы и пр. Это задача не только развития движений руки и общей моторики. Все эти действия требуют преодоления спонтанной, импульсивной активности, а значит овладения собой и своим поведением. Ребёнок должен понять и присвоить смысл этим простым действиям, увидеть их результат, почувствовать свою умелость. Всё это даёт ему чувство своей компетентности, самостоятельности, уверенности в себе. Для решения этой задачи необходимо начиная с 1 года приучать детей к самообслуживанию: показывать, как правильно одеваться, причёсываться, держать ложку или чашку, оставляя им возможность самостоятельных действий и побуждая к ним. Помимо обычных бытовых процедур нужны специальные игрушки, созданные для детей раннего возраста (совочки, лопатки, удочки с магнитом и пр.).

Другой линией предметной деятельности является развитие *наглядно-действенного мышления* *и познавательной активности*. Ребёнок раннего возраста мыслит, прежде всего, действуя руками. Соотнося форму или размер отдельных предметов, он связывает их свойства, учится воспринимать их физические качества. Для таких занятий существуют многочисленные игрушки, специально предназначенные для малышей. Это всевозможные вкладыши различной формы, пирамидки, простые матрёшки, башенки и пр. Проводя шарики по лабиринту, или пытаясь открыть загадочные коробочки, в которых спрятан желанный приз, малыш решает самые настоящие мыслительные задачи. И, хотя решение этих задач неотделимо от практических действий, оно требует значительных умственных усилий и познавательной активности. Задача взрослого здесь состоит не в том, чтобы показать правильный способ действия (т. е. подсказать решение задачи), а в том, чтобы вызвать и поддержать познавательную активность, заинтересовать малыша загадочным предметом и побудить к самостоятельному экспериментированию.

Ещё одним важнейшим направлением развития предметной деятельности является *формирование целенаправленности и настойчивости действий* ребёнка. Известно, что деятельность ребёнка до 2-х лет имеет процессуальный характер: малыш получает удовольствие от самого процесса действий, их результат ещё не имеет какого-либо самостоятельного значения.3 К трём годам у ребёнка уже складывается определённое представление о результате того, что он хочет сделать, и это представление начинает мотивировать действия ребёнка. Он действует уже не просто так, а с целью получения определённого результата. Таким образом, деятельность приобретает целенаправленный характер. Очевидно, что нацеленность на результат, настойчивость в достижении цели является важнейшей характеристикой не только деятельности ребёнка, но и его личности в целом. Для формирования этого ценного качества необходима помощь взрослого. Маленькому ребёнку нужно помогать «удерживать» цель, направлять его на достижение желанного результата.

Чрезвычайно важной и ответственной задачей воспитания детей раннего возраста является *развитие речевой деятельности и общения*. Овладение речью в основном происходит от года до трёх лет. Речь перестраивает все психические процессы ребёнка: восприятие, мышление, память, чувства, желания. Она открывает возможности для совершенно новых и специфически человеческих форм внешней и внутренней жизни – сознания, воображения, планирования, управления своим поведением, логического и образного мышления и, конечно же, новых форм общения.

Речь маленького ребёнка возникает и первоначально функционирует в общении со взрослым. Поэтому первая задача воспитания - это *развитие активной, коммуникативной речи*. Для этого необходимо не только постоянно разговаривать с ребёнком, но и включать его в диалог, создавать потребность в собственных высказываниях. Собственная речь ребёнка не развивается через подражание чужим, даже самым правильным, образцам. Чтобы ребёнок заговорил, у него должна быть потребность в этом, необходимость выразить словом то, что другими средствами выразить невозможно. Такую речевую задачу (задачу сказать нужное слово) ставит перед ребёнком взрослый.

На первых этапах развития речь малыша включена в его практические предметные действия и неотделима от них. Ребёнок может говорить только о том, что он видит и что делает здесь и сейчас. Поэтому включённость слов в конкретные действия (или «единство слова и дела») - очень важный принцип формирования активной речи. Каждое новое слово должно быть понятно ребёнку, нести в себе определённое значение и опираться на конкретную ситуацию. Создание такой речепорождающей ситуации, активизирующей речь детей, – специальная психолого- педагогическая задача, которая должна решаться в сотрудничестве педагога и психолога.

Второй важной линией речевого развития является *совершенствование так называемой пассивной речи*, т.е. понимания речи взрослого. Большинство малышей в 1,5-2 года уже хорошо понимают все слова и простые фразы, когда они включены в конкретную ситуацию. Преодоление ситуационной связанности и становление грамматической структуры речи – важнейшая линия развития в раннем возрасте. Неоценимую роль для этого играет литература для малышей. Короткие и простые детские сказки, стишки А. Барто или С. Маршака, народные потешки и песенки дают материал для речевого развития. Однако взрослые должны открыть малышам этот материал, сделать его понятным и привлекательным. Для этого нужно выразительное чтение, которое сопровождается жестами, яркими интонациями и, возможно, спектаклем игрушек. Разработка методики речевого развития детей раннего возраста также входит в задачи психолога.

В раннем возрасте возникает ещё одна *важнейшая функция речи – регулятивная*. Появляется способность управлять своим поведением с помощью слова. Если до 2-х лет действия ребёнка определяются, в основном, воспринимаемой ситуацией, то во второй половине раннего возраста возникает возможность регулировать поведение ребёнка посредством речи, т.е. выполнять речевые инструкции взрослого. Эту форму поведения психологи рассматривают как первый этап развития произвольного поведения, когда действия ребёнка опосредованы речевым знаком, который направлен на своё поведение. Поэтому действие по инструкции открывает возможность развития саморегуляции и самоконтроля. Эту важнейшую способность следует развивать и упражнять. Важно выбрать для каждого ребёнка определённый уровень сложности инструкции, который соответствует его возможностям и способностям. Это очень существенная в раннем возрасте линия развития ребёнка, которая нуждается в соответствующем психолого-4 педагогическом сопровождении. Овладение речью в раннем возрасте делает возможным становление детского воображения. Воображение возникает на третьем году жизни, когда появляется способность к игровым замещениям, когда знакомые предметы наделяются новыми именами и начинают использоваться в новом качестве. Такие игровые замещения являются первой формой воображения ребёнка и составляют важнейший шаг к новой ведущей деятельности ребёнка – сюжетно-ролевой игре. Многочисленные наблюдения и исследования показывают, что игра не возникает сама по себе, без участия тех, кто уже умеет играть – взрослых или старших детей. Маленького ребёнка нужно научить играть. Обучение осуществляется не на занятиях, а в процессе совместной игры со взрослым, который передаёт ребёнку способ замещения одних предметов другими.

*Игра малышей* требует непременного участия взрослого, который не только передаёт им необходимые способы игровых действий, но и «заражает» их интересом к деятельности, стимулирует и поддерживает их активность. Любая игра обладает комплексным воспитательным воздействием. Она требует и умственных, и волевых, и физических усилий и координации своих действий. Если ребёнок по-настоящему включён в игру, она приносит ему эмоциональное удовлетворение. Поэтому развитие творческой игры и воображения у детей 2-3 лет является важнейшей задачей психолога.

В раннем возрасте возникает ещё одна чрезвычайно важная сфера жизнедеятельности ребёнка – *его общение и взаимоотношения со сверстниками*. Несмотря на то, что потребность в сверстнике занимает далеко не главное место в раннем возрасте, первые формы взаимодействия малышей играют исключительно важную роль для развития личности ребёнка и дальнейших межличностных отношений. Именно здесь закладывается чувство непосредственной общности и связи с другими, равными ребёнку, людьми. Как показывают исследования, потребность в общении со сверстниками возникает на третьем году жизни. В этом возрасте общение малышей имеет весьма специфическое содержание, которое представляет собой эмоционально- практическое взаимодействие. Особое место в таком взаимодействии занимает подражание друг другу. Дети как бы заражают друг друга общими движениями и эмоциями, и через это чувствуют взаимную общность. Такое взаимодействие даёт ребёнку ощущение своего сходства с другим, равным ему существом. Переживание сходства и общности вызывает бурную радость и способствует осознанию себя. Воспитатель может придать ему культурную, организованную форму. Оптимальным средством для этого являются известные игры, в которых дети действуют одновременно и одинаково – «Каравай», «Карусели», «Раздувайся пузырь», «Зайка» и пр. Эти игры в раннем возрасте должны проходить при непосредственном участии взрослого, который организует детей, показывает им нужные движения и слова, погружает их в общую атмосферу игры. Разработка, подбор и проведение таких игр составляет важное направление работы специалистов. Практически все дети раннего возраста (от 1,5 лет), растущие в семье, нуждаются в контактах со сверстниками и в овладении навыками общения. При этом раннее детство является сенситивным периодом для формирования толерантного отношения к другим. Вместе с тем, правильная организация общения малышей во вновь комплектующейся группе представляет серьёзные трудности и требует участия профессиональных психологов. Все перечисленные задачи являются общими для педагогов, психологов и родителей и решаются в их тесном сотрудничестве. У здоровых малышей нередко наблюдаются задержки речевого развития, эмоциональные нарушения, импульсивность, расторможенность и пр. Своевременное выявление этих проблем имеет решающее значение для их преодоления и построения адекватной стратегии работы с ребёнком.

Диагностика развития детей раннего возраста имеет существенную специфику и требует особого подхода (общение со взрослым и предметная деятельность). Такой подход позволяет взглянуть на ребенка, оценить его достижения по главным линиям развития, которые обеспечивают формирование таких базовых личностных качеств, как инициативность, любознательность, креативность во взаимоотношениях с социальным и предметным миром, доверие к нему и уверенность в своих силах. При этом не отрицается важность развития моторики, сенсорной сферы, речи и других психических функций, но они рассматриваются в качестве средств общения и предметной деятельности, а не как главные задачи воспитания.

Задачи воспитания и развития маленького ребёнка тесно связаны с повышением психологической и педагогической информированности и компетентности родителей, с формированием адекватной родительской позиции. Главной и центральной фигурой для маленького ребёнка является близкий взрослый, в большинстве случаев мать. Именно характер общения матери с ребёнком, адекватность её воздействий возрастным и индивидуальным потребностям и возможностям малыша определяют как эмоциональное самочувствие ребёнка, так и его психическое развитие. Поэтому развивающая и коррекционная работа с детьми раннего возраста может быть эффективной только при участии и активной включённости в нее родителей. Между тем, практика показывает, что далеко не все матери умеют и считают нужным играть с ребёнком, большинство из них не знают, какие игры и игрушки соответствуют возрастным особенностям ребёнка, не учитывают его индивидуальные потребности и способности. Просвещение и обучение родителей, их консультирование по использованию развивающих игрушек, игр и занятий, включение родителей в совместную игру с малышом, раскрытие особенностей психологии маленького ребёнка и возрастных закономерностей его развития – необходимые задачи работы специалистов.

Поступление ребенка в дошкольное учреждение является сложным периодом в его жизни. Малышу предстоит приспособиться к совершенно новым условиям, к незнакомым людям и сверстникам. Отрыв от близких и дома, где он воспитывается в атмосфере любви, внимания, ласки, защиты, где выполняются все его желания, создают ребенку стрессовые переживания и могут стать серьёзной психической травмой. Поэтому многое зависит от воспитателей и специалистов, которые могут оказать помощь родителям в подготовке их малыша к условиям детского сада.

Ранний возраст является уязвимым для адаптации, поскольку именно в этот период ребенок менее всего приспособлен к отрыву от родных. В этот период происходит интенсивное физическое развитие, быстрыми темпами совершенствуются психические функции. Находясь на этапе становления, они в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам. Изменение условий среды и необходимость выработки новых форм поведения требуют от ребенка больших усилий.

Профессионально организованная работа педагогов ДОУ и тесное содружество с родителями в предадаптационный и адаптационный периоды дают положительные результаты в сохранении психического, физического развития и здоровья детей раннего возраста.

**Цель программы:**создание благоприятных условий социальной адаптации ребенка в условиях дошкольного учреждения, способствующие повышению его адаптационных возможностей, необходимых для дальнейшего развития.

**Задачи программы:**

* Снятие эмоционального и мышечного напряжения;
* Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
* Развитие игровых навыков, произвольного поведения.

В соответствии с Приказом от 20 июля 2011 г. № 2151 «Об утверждении федеральных государственных требований к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования» работа педагога – психолога строится в постоянном контакте с педагогом и родителями (законными представителями), консультируя их, по всем волнующим вопрсам, объясняя тактику и стратегию воспитательно – образовательного процесса. Программа строится на доброжелательном отношении к каждому ребенку, индивидуальном и мотивационном подходе. С обеспечением единства воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач воспитательно – образовательного процесса.

По действующему СанПиН для детей ясельного возраста от 1,5 до 3 лет планируется не более 10 занятий в неделю продолжительностью не более 8 – 10 минут (СанПиН 2.4.11249-03).

**Тактика коррекционно – развивающей программы.**Программа предназначена для детей раннего возраста (от 1 года до 3 лет) занятия проводятся в группе, 2-3 раза в неделю, продолжительность одного занятия 10 минут. Каждое из занятий может повторятся несколько раз. Т.к. дети раннего возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Возможно музыкальное сопровождение.

**Принципы программы:**

* Принцип единства коррекции и диагностики.
* Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей.
* Принцип активного привлечения воспитателей
* Принцип программированности (т.е. четкость и конкретность используемых техник)
* Принцип учета объема и степени разнообразия материала.
* Принцип учета эмоциональной сложности материала.

**План занятий по программе адаптации детей к ДОУ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Содержание** | **Форма контроля** | **Сроки проведения** | **Общее**  **время** |
| 1 | **Занятие 1.**   1. Упражнение «Как меня зовут» 2. Упражнение «Раздувайся пузырь» | наблюдение | 1-я неделя августа | 10 мин. |
| 2 | **Занятие 2.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Солнышко»  3. Упражнение «Я дарю тебе…» | наблюдение | 1-я неделя августа | 10 мин. |
| 3 | **Занятие 3.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Мы ногами топ!»  3. Упражнение «Змейка» | наблюдение | 1-я неделя августа | 10 мин. |
| 4 | **Занятие 4.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Зайчик веселый – грустный»  3. Упражнение «Чьи вещи?» | наблюдение | 2-я неделя августа | 10 мин. |
| 5 | **Занятие 5.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Карусели»  3. Упражнение «Чьи вещи?» | наблюдение | 2-я неделя августа | 10 мин. |
| 6 | **Занятие 6.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Пляшут наши детки»  3. Упражнение «Чьи вещи?» | наблюдение | 2-я неделя августа | 10 мин. |
| 7 | **Занятие 7.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Чьи вещи?»  3. Упражнение «Найди игрушку» | наблюдение | 3-я неделя августа | 10 мин. |
| 8 | **Занятие 8.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Чьи вещи?»  3. Упражнение «Найди игрушку» | наблюдение | 3-я неделя августа | 10 мин. |
| 9 | **Занятие 9.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Найди игрушку»  3. Упражнение «Мяч» | наблюдение | 3-я неделя августа | 10 мин. |
| 10 | **Занятие 10.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Найди игрушку»  3. Упражнение «Мяч» | наблюдение | 1-я неделя сентября | 10 мин. |
| 11 | **Занятие 11.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Божья коровка» | наблюдение | 1-я неделя сентября | 10 мин. |
| 12 | **Занятие 12.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Листопад» | наблюдение | 1-я неделя сентября | 10 мин. |
| 13 | **Занятие 13.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Найди игрушку»  2. Упражнение «Мяч» | наблюдение | 2-я неделя сентября | 10 мин. |
| 14 | **Занятие 14.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Листопад» | наблюдение | 2-я неделя сентября | 10 мин. |
| 15 | **Занятие 15.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Прогулка в осенний лес» | наблюдение | 2-я неделя сентября | 10 мин. |
| 16 | **Занятие 16.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Веселый Петрушка» | наблюдение | 2-я неделя сентября | 10 мин. |
| 17 | **Занятие 17.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Зайчик веселый - грустный»  3. Упражнение «Чьи вещи» | наблюдение | 3-я неделя сентября | 10 мин. |
| 18 | **Занятие 18.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Пляшут наши детки»  3. Упражнение «Змейка» | наблюдение | 3-я неделя сентября | 10 мин. |
| 19 | **Занятие 19.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Раздувайся пузырь» | наблюдение | 3-я неделя сентября | 10 мин. |
| 20 | **Занятие 20.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Солнышко»  3. Упражнение «Я дарю тебе…» | наблюдение | 4-я неделя сентября | 10 мин. |
| 21 | **Занятие 21.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Непослушные мышата» | наблюдение | 4-я неделя сентября | 10 мин. |
| 22 | **Занятие 22.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Солнышко и тучка»  3. Упражнение «Зайчик веселый – грустный» | наблюдение | 4-я неделя сентября | 10 мин. |
| 23 | **Занятие 23.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Веселый Петрушка» | наблюдение | 1-я неделя октября | 10 мин. |
| 24 | **Занятие 24.**  1. Упражнение «Как меня зовут»  2. Упражнение «Солнечные зайчики»  3. Упражнение «Игра с собакой» | наблюдение | 1-я неделя октября | 10 мин. |
| 25 | **Занятие 25.**  1. Упражнение «Назови себя ласково»  2. Упражнение «Под зонтом»  3. Упражнение «Угощение для игрушки» | наблюдение | 1-я неделя октября | 10 мин. |
|  | | | | |

**Конспект занятий по программе адаптация детей к ДОУ**

**Занятие 1.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

Дети с воспитателем и психологом становятся в круг и по очереди передают мяч (по кругу). Тот, у кого мяч называет как его зовут (при необходимости психолог или воспитатель помогает ребенку).

1. **Упражнение «Раздувайся пузырь»**

Дети с воспитателем и психологом делают тесный кружок – это сдутый пузырь. Все начинают его “надувать”: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом «вдувании» делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки и идут по кругу со словами:

Раздувайся пузырь, раздувайся большой

Оставайся такой, да не лопайся

Получается большой растянутый круг. Затем ведущий говорит: «Хлоп!» – пузырь лопнул. Все должны расцепиться и сбежаться к центру круга. (Упражнение повторяется 2-3 раза).

**Занятие 2.**

**1. Упражнение «Назови себя ласково»**

Дети сидят в кругу. Педагог-психолог кидает каждому ребенку мяч и просит назвать себя ласково.

**2. Упражнение «Солнышко»**

Каждый ребенок подходит к педагогу и кладет свою руку на ладонь педагога со словами:

«Я люблю…»  
Педагог сверху рук детей кладет свою вторую ладонь со словами: «Посмотрите, какое ласковое доброе солнышко у нас получилось и к каждому ребенку идет лучик доброты, ласки, любви.

1. **Упражнение «Я дарю тебе…»**

Все участники стоят по кругу. С помощью мимики, движения, без слов, под мелодичную музыку каждый, начиная с ведущего, по очереди «дарит» свое настроение, положительную эмоцию своему соседу слева.

**Занятие 3.**

1. **Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2. Упражнение «Мы ногами топ!»**

Дети вместе со взрослыми выполняют следующие движения:

Мы ногами топ-топ-топ

А в ладошки хлоп-хлоп- хлоп

Ай да малыши!

Ай да крепыши!

По дорожке мы шагаем

И в ладоши ударяем.

Топ-топ, ножки, топ!

Хлоп-хлоп, ручки, хлоп!

Ай да малыши!

Ай да крепыши!

*Дети вместе со взрослыми ходят по комнате и топают.*

*Высоко поднимая ладоши, хлопают.*

*Идут за психологом (воспитателем.)*

*Хлопают в ладоши.*

*Стоя на месте, топают ногами.*

*Хлопают руками.*

*Руки на пояс – кружатся*

(Упражнение повторяется 2-3 раза)

**3. Упражнение «Змейка»**

Ведущий становится во главе «змейки» которую образуют игроки, становясь в ряд лицом в одну сторону. Водящий идет по причудливой траектории, делая повороты и закручивая «змейку».

**Занятие 4.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

1. **Упражнение «Зайчик веселый – грустный»**

Психолог просит всех детей превратиться в зайчат, а затем показать веселых зайчат, когда они играют, после этого – грустных, когда они скучают по маме. И, наконец, опять веселых зайчат, когда им купили новую игрушку. (Музыкальное сопровождение)

1. **Упражнение «Чьи вещи?»**

Собираются игрушки принесенные детьми из дома и что-то из вещей воспитателя, младшего воспитателя и по очереди показывают детям. Дети должны назвать имя хозяина.

**Занятие 5.**

1. **Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2. Упражнение «Карусели»**

Еле-еле, еле-еле

Закружились карусели,

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом.

Тише, тише Не спешите.

Карусель остановите.

Стоп

*Взрослые и дети встают в круг и берутся за руки.*

*Двигаются по кругу по часовой стрелке.*

*Идут быстро, еще быстрее, затем бегут.*

*Постепенно замедляют движение, переходя на ходьбу.*

*Медленная ходьба.*

*Остановиться и присесть на корточки.*

(Упражнение повторяется 2-3 раза)

**3. Упражнение «Чьи вещи?»**

(Упражнение 3. занятие №4)

**Занятие 6.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

1. **Упражнение «Пляшут наши детки»**

Где же, где же наши ручки?

Где же наши ручки?

Нету наших ручек!

Вот, вот наши ручки!

Вот наши ручки!

Пляшут, пляшут наши ручки!

Пляшут наши ручки!

Где же, где же наши ножки?

Где же наши ножки?

Нету наших ножек!

Вот, вот наши ножки!

Вот наши ножки!

Пляшут, пляшут наши ножки!

Пляшут наши ножки!

*Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга.*

*Прячут руки за спину*

*Выставляют руки вперёд.*

*Поворачивают ладошки вверх-вниз.*

*Показывают фонарики.*

*Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга*

*Обхватывают ноги руками Ритмично хлопают ладошками по ногам.*

*Ритмично топают ногами.*

*Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга*

*Закрывают лицо ладошами*

1. **Упражнение «Чьи вещи?»**

(Упражнение 3. занятие №4)

**Занятие 7.**

1. **Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

1. **Упражнение «Чьи вещи?»**

(Упражнение 3. занятие №4)

1. **Упражнение «Найди игрушку»**

Ведущий (сначала психолог потом возможно кто – то из детей) прячет игрушку в группе, после чего предлагает остальным найти ее. На первом этапе игрушка прячется на глазах у детей. На втором этапе без детей, но дается словесное описание (например: на подоконнике), которое постепенно усложняется (в спальне, на кроватке у Нади под подушкой и т.д.). После того, как игрушка найдена, надо сказать, что она там делала.

**Занятие 8.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

1. **Упражнение «Чьи вещи?»**

(Упражнение 3. занятие №4)

1. **Упражнение «Найди игрушку»**

(Упражнение 3. занятие №7)

**Занятие 9.**

**1. Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2.** **Упражнение «Найди игрушку»**

(Упражнение 3. занятие №7)

**3.Упражнение «Мяч»**

Психолог читает стихотворение, а дети выполняют действия стихотворения и прячутся. Ведущий ищет детей.

Мой веселый звонкий мяч

Ты куда пустился в скач

Красный, синий, голубой

Не угнаться за тобой

*Дети прыгают*

*Дети разбегаются и*

*прячутся*

Найденный ребенок должен сказать где он прятался (за ширмой, за стулом и др.)

**Занятие 10.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

1. **Упражнение «Найди игрушку»**

(Упражнение 3. занятие №7)

1. **Упражнение «Мяч»**

(Упражнение 3. занятие №9)

**Занятие 11.**

1. **Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

1. **Упражнение «Божья коровка»**

Психолог показывает детям игрушечную божью ко­ровку и говорит:

- *К нам в гости прилетела божья коровка. Посмотри­те, какая она красивая! Давайте поздороваемся с ней.*

Дети рассматривают божью коровку, здороваются с ней.

Психолог предлагает определить цвет, форму и величину игрушки, затем вместе с детьми считает очки на сцинке божьей коровки. Если дети затрудняются с ответом, психолог сам на­зывает цвет, форму и величину игрушки.

*- Ребята, представьте себе, что наша божья коровка полетела. Ну-ка, попробуем ее поймать!*

Психолог, делая вид, что пытается поймать воображае­мого жучка, выполняет хватательные движения над головой: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения.

- *Давайте разожмем кулачки и посмотрим, смогли ли мы поймать божью коровку.*

Дети вслед за психологом медленно разжимают кулачки.

*- Вот наш жучок! Подставьте ему обе ладошки.* Дети вслед за психологом соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат воображаемого жучка.

Как правило, на первом занятии многие дети не спо­собны повторить некоторые движения за взрослым (скрестить кисти рук, погрозить указательным пальцем). В этом случае мамы, воспитатель, психолог сажают малышей к себе на колени и, поддерживая их ладони, делают вместе с ними вышеописанные движения.

Психолог рассказывает потешку и показывает движе­ния. Дети повторяют за ним.

*Божья коровка,*

*Улети на небо,*

*Принеси нам хлеба,*

*Черного и белого,*

*Только не горелого!*

Ритмично покачивают ладонями.

Делают взмахи перекрещенными кистями рук.

Машут кистями рук на себя. Ритмично хлопают в ладоши.

Грозят указательным пальцем.

**Занятие 12.**

1. **Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

1. **Упражнение «Листопад»**

Представьте, что вы – кленовые листочки. Пришла осень – пора листопада, ветер сорвал листочки с деревьев, они закружились в воздухе. Покажите, как танцуют листочки на ветру. Дети изображая полет листьев плавно движутся (можно под музыку), повторяют действия стихотворения.

Листопад, листопад листья желтые летят

Под ногой шуршат, шуршат,

Скоро станет голым сад

*Кружатся, изображая листья*

*Ходят по листьям*

*Ложатся на пол и слушают музыку*

(Упражнение повторяется 2-3 раза)

**Занятие 13.**

**1. Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2.** **Упражнение «Найди игрушку»**

(Упражнение 3. занятие №7)

**3. Упражнение «Мяч»**

(Упражнение 3. занятие №9)

**Занятие 14.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

1. **Упражнение «Листопад»**

(Упражнение 2. занятие №12)

**Занятие 15.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

1. **Упражнение «Прогулка в осенний лес»**

Психолог показывает детям картину, на которой изоб­ражен осенний лес. Дети рассматривают картину, называют время года, объясняют, по каким признакам они определи­ли, что изображена осень.

Психолог говорит:

*-Давайте представим, что мы идем на прогулку в осен­ний лес.*

Дети встают друг за другом и идут по кругу.

Психолог рассказывает потешку и показывает движе­ния. Дети повторяют за ним.

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки,

Шагают наши ножки. По камушкам, по камушкам,

По кочкам, по кочкам,

По маленьким листочкам,

В ямку — бух!

*Движутся обычным шагом.*

*Движутся большими шагами.*

*Выполняют прыжки с продвижением вперед.*

*Движутся мелкими шажками.*

*Приседают на корточки.*

С целью развития произвольного контроля за действи­ями психолог обращает внимание детей на то, что нуж­но приседать на корточки, а не просто садиться на ковер или падать на колени.

*Ну вот, мы и в лесу. Нас должен встречать ежик... Где же он?*

Дети находят спрятанную игрушку и говорят, где нахо­дился ежик.

Игра повторяется 2-3 раза.

Психолог рассматривает с детьми игрушечного ежа, предлагает его потрогать. Дети касаются ладонью игрушки, делают вид, что укололись, отдергивают руку, говорят, что ежик колючий.

Психолог предлагает детям выучить стихотворение Б. Заходера.

- *Что ты, еж, такой колючий?*

*-Это я на всякий случай.*

*Знаешь, кто мои соседи?*

*Лисы, волки да медведи!*

Психолог объясняет, как ежик защищается от «сво­их соседей», предлагает детям поиграть.

Дети, изображая ежиков, ползают на четвереньках по груп­пе. Когда психолог показывает игрушку (лису, волка или мед­ведя), дети должны сгруппироваться и сидеть неподвижно.

**Занятие 16.**

1. **Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

1. **Упражнение «Веселый Петрушка»**

Педагог-психолог говорит:

- *Ребята, к нам в гости едет веселый Петрушка.*

Раздается « гудок паровоза» и в групповую комнату вхо­дит воспитатель, который везет куклу на игрушечном паро­возике.

«Петрушка» обращается к детям:

- *Здравствуйте, дети! Я - веселая игрушка, а зовут меня...* .

Дети хором произносят: «Петрушка!»

- *Правильно, угадали! Наверное, вы меня ждали? Ну, тогда давайте играть и веселиться! Кто хочет на моем паровозе прокатиться?*

Дети встают друг за другом, берутся одной рукой за ленту, привязанную к паровозику, дружно шагают и поют песенку.

*Паровоз, паровоз, маленький блестящий,*

*Он вагоны повез ,будто настоящий.*

*Кто едет в поезде?*

*Плюшевые мишки, зайки пушистые,*

*Кошки да мартышки!*

*Вот мы и приехали в страну игр и развлечений! Вставайте в круг. Давайте поиграем с нашими ручками и ножками. Ой, а где же ваши ручки? Спрятались?*

Психолог и «Петрушка» поют песенку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

*Где же, где же наши ручки?*

*Где же наши ручки?*

*Где же, где же наши ручки?*

*Нету наших ручек!*

*Вот, вот наши ручки! Вот наши ручки!*

*Пляшут, пляшут наши ручки! Пляшут наши ручки!*

*Где же, где же наши ножки?*

*Где же наши ножки?*

*Где же, где же наши ножки?*

*Нету наших ножек!*

*Вот, вот наши ножки! Вот наши ножки!*

*Пляшут, пляшут наши ножки! Пляшут наши ножки!*

*Где же, где же наши детки? Где же наши дет^.и? Где же, где же наши детки? Нету наших деток!*

*Вот, вот наши детки! Вот наши детки!*

*Пляшут, пляшут наши детки! Пляшут наши детки!*

Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга.

Прячут руки за спину.

Поворачивают ладошки тыльной стороной вверх-вниз.

Ритмично машут ладошками перед собой.

Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга.

Садятся на корточки.

Ритмично хлопают ладошками по ногам.

Ритмично топают ногами.

Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга.

Прячут лицо в ладошки.

Открывают лицо, улыбаются, покачивают головой.

Пританцовывая, поворачи­ваются вокруг себя.

**Занятие 17.**

1. **Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

1. **Упражнение «Зайчик веселый – грустный»**

(Упражнение 2. Занятие№4)

1. **Упражнение «Чьи вещи?»**

(Упражнение 3. занятие №4)

**Занятие 18.**

**1. Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2. Упражнение «Пляшут наши детки»**

(Упражнение 2. занятие №6)

**3. Упражнение «Змейка»**

(Упражнение 3. занятие №3)

**Занятие 19.**

**1. Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

**2. Упражнение «Раздувайся пузырь»**

(Упражнение 2. занятие №1)

**Занятие 20.**

**1. Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

**2. Упражнение «Солнышко»**

(Упражнение 2. занятие №2)

**3. Упражнение «Я дарю тебе…»**

(Упражнение 3. занятие №2)

**Занятие 21.**

**1. Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2. «Маленькие ножки»**

Под музыкальное сопровождение психолог показывает  по всему залу и предлагает отправиться в путешествие по необыкновенным дорожкам:

*- Эти дорожки не простые, а волшебные.*

*- По дорожкам кто пройдет тот и спляшет и споет,*

*- Затем все дети проговаривают слова и выполняют движения произвольно.*

**3. «Рисуем солнышко»**.

Психолог спрашивает детей:

*- Вам грустно или весело? А когда светит солнышко? Как можно радоваться солнышку?*

Психолог раздает детям палочки, которые кладутся детьми вокруг круга изображенного на листе бумаге. Необходимо дорисовать лучики, глазки и веселый рот (под музыкальный ритм).

**Занятие 22.**

**1. Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2. Упражнение «Солнышко и тучка»**

Солнце зашло за тучку, стало свежо - сожмитесь в комок, чтобы согреться (задержка лыхания). Солнце вышло из-за тучки, жарко - расслабьтесь: разморило на солнце (на выдохе).

**3**. **Упражнение «Зайчик веселый – грустный»**

(Упражнение 2. Занятие№4)

**Занятие 23.**

**1. Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

**2. Упражнение «Веселый Петрушка»**

(Упражнение 2. занятие №16)

**Занятие 24.**

**1. Упражнение «Как меня зовут»**

(Упражнение 1. занятие №1)

**2. Упражнение «Солнечные зайчики»**

Материал. Маленькое зеркальце.

Ход игры. Психолог зеркалом пускает солнечных зайчиков и говорит при этом:

- *Солнечные зайчики играют на стене. Помани их пальчиком, Пусть бегут к тебе!*

По сигналу «Лови зайчика!» дети пытаются его поймать. (Упражнение повторяется 2-3 раза)

**3. Упражнение «Игра с собачкой»**

Материал. Игрушечная собачка.

Ход игры. Психолог держит в руках собачку :и говорит:

*Гав-гав! Кто там?*

*Это песик к нам,*

*Я собачку ставлю на пол,*

*Дай собачка Леше лапу!*

Затем подходит с собачкой к ребенку, имя которого названо. Предлагает взять собачку за лапу, покормить. Приносит миску с воображаемой едой. Собачка ест суп, лает, говорит ребенку «Спасибо!»

При повторении игры психолог называет имя другого ребенка.

**Занятие 25.**

**1. Упражнение «Назови себя ласково»**

(Упражнение 1. занятие №2)

**2. Упражнение «Под зонтом»**

Материал. Яркий зонт.

Ход игры: Взрослый показывает детям яркий зонт и говорит:

*- Ой, кажется, дождик капает.* (Вытягивает руку, проверяет, идет ли дождь.)

*- Дождь пошел. Надо скорее зонтик открыть, своих ребяток спрятать от дождя. Зонтик, открывайся быстрее! Открылся! Скорее бегите все ко мне под зонт! Всех спрячу: и Сашу, и Иришу.* (Называет каждого ребенка по имени.) *Вот как хорошо. Все спрятались под зонт.*

*- Все, дождик кончился. Можно теперь побегать по лужам. Все побегали? Ой, кажется, опять дождик начинается. Скорее прячьтесь ко мне под зонтик!*

(Упражнение повторяется 2-3 раза)

**3. Упражнение «Угощение для игрушек»**

Материал. Детская посуда.

Ход игры. Психолог говорит детям, что сейчас будет варить для всех игрушек суп. Изображает, что наливает в кастрюлю воду из крана, насыпает крупу, помещает овощи, солит, варит, помешивая ложкой. Приглашает детей с игрушками приходить попробовать суп. Угощает игрушку каждого ребенка и спрашивает, понравился ли суп.