

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа  
«Образовательный центр «Южный город» пос. Придорожный  
муниципального района Волжский  
Самарской области структурное подразделение «Детский сад «Забава»

**Развивающая психолого-педагогическая программа  
для детей раннего возраста  
«Подростай-ка»**

*Автор-составитель программы:* Косырева Жанна Михайловна

*Должность:* педагог-психолог

*Контактная информация:* 89277223347,

[ZhannaBanman1989@yandex.ru](mailto:ZhannaBanman1989@yandex.ru)

## Аннотация

### Научно – практическая новизна и обоснованность программы

Проблема адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения на сегодняшний день достаточно широко представлена в различных как научных, так и популярных источниках.

Процесс адаптации к новым условиям детей стал предметом изучения многих психологов, психиатров и социологов в России (Д.Н.Исаев, В.И.Гарбузов, А.И.Захаров, Е.О.Смирнова, Р.В.Тонкова-Ямпольская, Ю.С.Шевченко и др.). Исследователи указывают на необратимость нарушений в личностном развитии ребенка в случаях отсутствия у него психологической готовности к переходу в новые социальные условия. В период адаптации наблюдаются нарушения сна, аппетита, повышается заболеваемость, отмечаются неадекватные реакции на окружающее и трудности в поведении (Н.М.Аксарина, Г.В.Гриднева, Л.Г.Голубева, К.Л.Печора, В.Манова-Томова, С.Аврамова).

Переход ребенка из одних условий существования в другие сложен всегда, а в наше время он значительно затруднен дополнительными стрессорирующими факторами. Нестабильность и динамичность современной жизни требуют быстрого и адекватного реагирования. Однако адаптационные возможности ребенка, особенно раннего возраста, ограничены, поэтому резкий, неподготовленный переход его в новую социальную ситуацию зачастую приводит к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

В настоящее время признан приоритет семейного воспитания детей раннего возраста, однако современные социальные условия вынуждают родителей прибегать к общественным формам воспитания уже на самых ранних этапах жизни ребенка.

Анализ литературных источников по данной проблеме, показал, что существенное значение для успешности адаптации имеют характеристики личностной и эмоциональной сферы. Показано, что развитию дезадаптации способствуют преобладание отрицательных эмоций, высокая интенсивность реакций, низкий порог чувствительности к раздражителям. Напротив, преобладание ровного настроения, невысокая интенсивность реакций на изменения в окружающей среде и высокая общая активность ребенка обеспечивают ему устойчивость к стрессу (Исаев Д.Н., 1996).

Предлагаемая программа «Подрастай-ка» включает в себя не только цикл развивающих занятий с детьми раннего возраста, направленных на снятие психоэмоционального напряжения, снижение импульсивности, тревоги, совершенствование коммуникативных, игровых и двигательных навыков, но также включает родительские собрания и серию тренингов для воспитателей.

## **Актуальность, перспективность, практическая направленность**

Федеральный государственный стандарт дошкольного образования рассматривает охрану и укрепление психологического здоровья детей как одно из центральных задач работы детского сада. Психологическое сопровождение выступает важнейшим условием повышения качества образования в современном детском саду. В нашем дошкольном образовательном учреждении данная проблема стоит очень остро, так как ежегодно наш детский сад принимает детей в ясельную группу. В этой связи была разработана и реализована программа, направленная на снятие психоэмоционального напряжения у детей раннего возраста в период адаптации к условиям детского сада. К тому же данная программа помогает осуществить обучение воспитателей эффективным механизмам проведения групповых занятий в адаптационный период для детей 2-3 лет, и повысить компетентность родителей в вопросах воспитания и развития детей в период адаптации к детскому саду.

**Цель программы:** способствовать сохранению и укреплению психологического здоровья детей раннего возраста, а также их гармоничному развитию в условиях детского сада.

### **Задачи:**

1. Сохранять и укреплять нервно-психическое здоровья детей.
2. Обеспечить эмоциональное благополучие каждого ребенка, развитие его положительного самоощущения.
3. Стимулировать коммуникативную, игровую активность детей в ходе занятий, развивать навыки взаимодействия дошкольников друг с другом и с взрослым.
4. Обучать воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период, а также в течение учебного года.
5. Формировать у родителей активную позицию по отношению к процессу воспитания и развития детей.

**Адресат:** дети раннего возраста, родители и воспитатели групп раннего возраста.

**Продолжительность:** *занятия для детей* длительностью 10-20 минут проводятся два раза в неделю. Занятия целесообразно повторять по 2 раза, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок. Если ребенок только начал посещать детский сад, возможно присутствие родителей на занятиях.

*Занятия для родителей* проводятся один раз в два месяца в течение года. Продолжительность встреч с родителями может длиться от 30 до 120 минут. Используемые формы работы с родителями: консультации, круглый стол, семинар с элементами тренинга, мастер-класс.

*Занятия с педагогами*, работающими в группе раннего возраста, проводятся в начале учебного года в форме тренингов, которые могут длиться до 120 минут.

Помимо занятий, психолог, в течение всего учебного года оказывает психопрофилактическую поддержку данным участникам образовательного процесса.

### **Структура программы**

Программа «Подрастай-ка» содержит серию развивающих занятий для детей, направленных на взаимное эмоциональное общение взрослого и ребенка в процессе ознакомления малышей с художественной литературой в сочетании с творческой продуктивной и игровой деятельностью. Каждое занятие имеет цепочку развивающих заданий, выстроенной в рамках единой сюжетной линии, в соответствии с выбранным художественным произведением. Развивающие задания способствуют активному восприятию произведений и целенаправленному общему развитию разных сторон психической деятельности ребенка. К ним относятся задания, направленные на развитие мелкой моторики, основных видов движений, а также элементы сюжетно-ролевых игр, дидактические и подвижные игры, продуктивная, изобразительная деятельность. Традиционно занятия начинаются и заканчиваются в кругу.

Все занятия имеют тематическую направленность, отражающую ознакомление детей с окружающим миром.

Содержание знаний дается в системе, логической последовательности с постепенным усложнением и ориентировано на зону ближайшего развития детей.

Занятия отличаются динамичностью построения, что обеспечивает учет возрастных особенностей детей, в частности их высокую двигательную активность и особенности внимания.

С целью достижения большей эффективности в воспитании и развитии детей раннего возраста, данная программа предполагает целенаправленную и систематичную работу психолога с родителями и педагогами.

Для работы с родителями в данной программе разработана тематика родительских собраний. Сотрудничество с семьями осуществляется посредством разнообразных форм взаимодействия с родителями. Нетрадиционные формы, такие как: мастер-класс, тренинг, деловые игры, круглый стол - повышают посещаемость родительских собраний и позволяют установить с родителями партнерские отношения.

Также в данной программе представлена серия тренингов для воспитателей, направленных на развитие коммуникативной компетентности педагогов. Работа с педагогами предполагает развитие профессионально-личностных качеств, способствующих построению эмоционально доверительных отношений с воспитанниками и их родителями.

## Структура занятий

Занятия для детей состоят из вводной, основной и заключительной частей.

### **Вводная часть.**

В данной части занятий используются коллективные упражнения на объединение, взаимодействие детей друг с другом (рифмовка «В нашей группе», речевые игры «Девочки и мальчики прыгают», «Паровоз», «Прыгай веселей», «Где же наши ручки?» и другие).

Основными целями вводной части занятия является установление эмоционального контакта с детьми раннего возраста и обучение действовать согласованно, развитие у малышей чувства сплоченности.

**Основная часть.** Проводятся игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной сферы ребенка. Эта часть состоит из повторения предыдущего занятия (рефлексия), узнавания нового: отработки, закрепления, обобщения. Главные элементы части: игры, упражнения, задания на снижение уровня тревожности, развитие эмоционального мира ребенка, коммуникативных навыков; психогимнастика, релаксация.

Кроме того, эти игры и упражнения на развитие и обучение выразительным мимическим движениям, на определение и передачу эмоциональных состояний. Игры на развитие навыков общения. Сюда входят хороводные и подвижные игры, потешки, прибаутки, музыкально-ритмические движения с речевым сопровождением, игровые упражнения, способствующие установлению положительного контакта ребенка со сверстниками и дающие положительный эмоциональный заряд.

Также данная часть многих занятий посвящена изобразительной деятельности: лепке, конструированию, аппликации, рисованию (с использованием различных техник).

В основной части также проводятся игры на развитие и коррекцию познавательных процессов: восприятия, памяти, внимания, мышления; мелкой моторики.

**Заключительная часть.** Целью заключительной части является закрепление положительных эмоций детей от работы на занятии.

Дети находятся в кругу или сидя на стульчиках или стоя на ковре. Такое положение дает возможность открытого общения, облегчает взаимопонимание и взаимодействие, форма круга позволяет им ощутить особую общность, создает у каждого участника чувство принадлежности к группе.

Мероприятия с **родителями** также состоят из трех частей. Как правило, встреча с родителями начинается со вступительных слов психолога. **В первой части** мероприятия предлагается обсудить какую-нибудь тему. **Во второй части** диалог организуется таким образом, чтобы родители имели возможность получить ответы на интересующие вопросы. На занятиях родителям предоставляется информация о возрастных особенностях детей, эффективных приемах

поддержки ребенка в адаптационный период, а также приемах урегулирования своего эмоционального состояния. С помощью практических упражнений родители имеют возможность поразмышлять над проблемами и радостями, связанными с воспитанием ребенка, а также снять эмоциональное напряжение.

**В заключительной части** применяется психологический метод «рефлексии», на основе которого родители отмечают наиболее значимое в понимании актуальных вопросов, дают оценку того, насколько оправдались их ожидания от встречи, какие выводы они сделали.

**Тренинговые занятия для педагогов** состоят из двух блоков: теоретического и практического. В начале занятия педагогам предлагаются упражнения, способствующие созданию эмоционально-комфортной атмосферы в группе. Затем предлагается мини-лекция или информационная справка по проблеме общения. **Практическая часть** состоит из различных игровых упражнений и психологических заданий, способствующих раскрепощению педагогов, самопознанию, осознанию мотивов действий и поступков, повышению эмпатии и коммуникабельности.

### **Методы**

Данная программа реализуется с помощью следующих методов:

Словесные: чтение художественной литературы, проговаривание потешек и песенок, лекции, беседы, дискуссии,.

Наглядные: показ различных предметов и игрушек, показ образца и способа действия, показ иллюстраций по теме, показ движений для повтора их детьми, демонстрация картин, иллюстраций, видеофильмов.

Практические: игры (дидактические, подвижные, коммуникативные), психогимнастика, сказкотерапия, арт-терапия, релаксация, тренировочные упражнения, психологические задания.

### **Предполагаемый результат**

-Благополучная адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада.

-Оптимизация физического и психического уровня развития детей.

-Повышение психолого-педагогической компетентности воспитателей и родителей.

**Материально-техническое оснащение:** групповая комната для проведения занятий с детьми по подгруппам, тренинговых занятий и родительских собраний, аудиоаппаратура, жесткий диск с записями музыкальных произведений, иллюстрации по теме, мягкие и другие игрушки, зеркало, платочки, материал для изобразительной деятельности (листы для рисования, гуашь, кисточки, ватные палочки, пластилин), игры для детей раннего возраста (шнуровка, различные виды конструкторов, печатные игры с картинками), зонт, корзины, листочки, кукольный театр, маски различных персонажей, музыкальные инструменты, ширма, природный материал, муляжи грибов.

## Учебный план

**Цель программы:** обеспечить психолого-педагогическую поддержку детям раннего возраста.

**Категория обучающихся:** дети раннего возраста.

**Срок обучения:** 44 занятия.

**Режим занятий:** занятия длительностью 10-15 минут, проводятся 2 раза в неделю.

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	практич.	
1.	Вот такие малыши (с 1 по 4 занятие)	8	-	8	диагностика, наблюдение
2.	Вместе весело играть (с 5 по 20 занятие)	32	-	32	анализ результатов работ
3.	Вот как мы умеем! (с 21 по 22 занятие)	4	-	4	диагностика, наблюдение, анализ результатов работ
	Итого	44	-	44	

\*1 академический час – 10 минут.

## Учебно-тематический план

**Цель программы:** обеспечить психолого-педагогическую поддержку детям раннего возраста.

**Категория обучающихся:** дети раннего возраста.

**Срок обучения:** 44 занятия.

**Режим занятий:** занятия длительностью 10-15 минут, проводятся 2 раза в неделю.

№	наименование тем	всего часов	в том числе		форма контроля
			теоретич.	практич.	
<b>1.</b>	<b>Вот такие малыши (с 1 по 4 занятие)</b>	<b>8</b>	-	<b>8</b>	
1.1.	«Солнышко» (2 занятия)	2	-	1	анализ результатов работ
1.2.	«Божья коровка» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
1.3	«Осенний листопад» (2 занятия)	2	-	1	анализ результатов работ
1.4	«Встреча в осеннем лесу» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
<b>2.</b>	<b>Вместе весело играть (с 5 по 21 занятие)</b>	<b>32</b>	-	<b>16</b>	
2.1	«Белочка - красавица» (2 занятия)	2	-	1	
2.2	«Белочка в гости пришла» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
2.3	«Щенок ищет друга» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
2.4	«Нежданный гость» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
2.5	«Мой веселый звонкий мяч» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
2.6	«Мартышка» (2 занятия)	2	-	1	анализ результатов работ
2.7	«Веселый Мишка» (2 занятия)	2	-	1	анализ результатов работ
2.8	«Кукла Катя» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
2.9	«Снегурочка» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
2.10	«Новый год» (2 занятия)	2	-	1	
2.11	«Зайка-побегайка» (2 занятия)	2	-	1	
2.12	«Мячики» (2 занятия)	2	-	1	
2.13	«Музыканты» (2 занятия)	2	-	1	анализ результатов работ

2.14	«Мишка в гости к нам пришел» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
2.15	«Миша Топтыгин» (2 занятия)	2		1	
2.16	«Подарок маме» (2 занятия)	2		1	
<b>3.</b>	<b>Вот как мы умеем!</b> <b>(с 21 по 22 занятие)</b>	<b>4</b>	-	<b>4</b>	
3.1	«Непослушные котята» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
3.2	«Мышата» (2 занятия)	2	-	1	наблюдение
	<b>Итого</b>	<b>44</b>		<b>44</b>	

\*1 академический час – 10 минут.

## Учебный план

**Цель программы:** оптимизировать детско-родительские отношения.

**Категория обучающихся:** родители детей группы раннего возраста.

**Срок обучения:** 4 занятия.

**Режим занятий:** занятия длительностью до 60 минут, проводятся один раз в два месяца.

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	практич.	
1.	Адаптация детей раннего возраста к детскому саду	1	0,5	0,5	наблюдение
2.	Особенности психического развития детей раннего возраста. Кризис трех лет.	1	0,5	0,5	наблюдение
3.	Игры детей 2-3 лет.	1	0,5	0,5	наблюдение,
4.	Общение с детьми раннего возраста.	1	0,5	0,5	наблюдение
	Итого	4	2	2	

\*1 академический час- 60 минут.

### Учебно-тематический план

**Цель программы:** оптимизировать детско-родительские отношения.

**Категория обучающихся:** родители детей группы раннего возраста.

**Срок обучения:** 4 занятия.

**Режим занятий:** занятия длительностью до 60 минут, проводятся один раз в два месяца.

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	практич.	
1.	Адаптация детей раннего возраста к детскому саду	1	0,5	0,5	диагностика, наблюдение
2.	Особенности психического развития детей раннего возраста. Кризис трех лет.	1	0,5	0,5	наблюдение
3.	Игры детей 2-3 лет.	1	0,5	0,5	наблюдение, анализ результатов
4.	Общение с детьми раннего возраста.	1	0,5	0,5	наблюдение
	Итого	4	2	2	

\*1 академический час- 60 минут.

## Учебный план

**Цель программы:** повысить уровень психолого-педагогической компетентности педагогов.

**Категория обучающихся:** воспитатели групп раннего возраста.

**Срок обучения:** 4 занятия в форме тренингов.

**Режим занятий:** занятия длительностью до 60 минут, проводятся один раз в неделю в течение месяца.

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	практич.	
1.	Роль общения в педагогическом процессе.	1	0,2	0,8	наблюдение
2.	Способы выхода из напряженных ситуаций педагогической деятельности.	1	0,2	0,8	наблюдение
3.	Синдром эмоционального выгорания.	1	0,2	0,8	наблюдение
4.	Культура педагогического общения.	1	0,2	0,8	наблюдение
	Итого	4	0,8	3,2	

\*1 академический час- 60 минут.

### Учебно-тематический план

**Цель программы:** повысить уровень психолого-педагогической компетентности педагогов.

**Категория обучающихся:** воспитатели групп раннего возраста.

**Срок обучения:** 4 занятия в форме тренингов.

**Режим занятий:** занятия длительностью до 60 минут, проводятся один раз в неделю в течение месяца.

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	практич.	
1.	Роль общения в педагогическом процессе.	1	0,2	0,8	наблюдение
2.	Способы выхода из напряженных ситуаций педагогической деятельности.	1	0,2	0,8	наблюдение
3.	Синдром эмоционального выгорания.	1	0,2	0,8	наблюдение
4.	Культура педагогического общения.	1	0,2	0,8	наблюдение
	Итого	4	0,8	3,2	

\*1 академический час- 60 минут.