Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение –

детский сад № 459

620137, г. Екатеринбург, ул. Вилонова, 49 тел: 367-83-34 mdouds459@yandex.ru

**Проект по адаптации**

**детей раннего возраста**

**к детскому саду**

Составила: Мезенцева В.В.,

 педагог-психолог

Екатеринбург, 2023г.

**Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Структура** | **Содержание** |
| **Тема**  | Адаптация к детскому саду детей раннего возраста  |
| **Авторы****проекта** | Мезенцева В.В. педагог-психолог |
| **Место****проведения****проекта** | МАДОУ – детский сад № 459 |
| **Актуальность темы** | Процесс адаптации ребенка к ДОУ имеет свои сложности, что обусловливает необходимость психолого-педагогической поддержки ребенка в этот период. Необходима такая организация жизни ребёнка раннего возраста в ДОУ, которая обеспечит наиболее адекватное и почти безболезненное приспособление к новым условиям; позволит сформировать положительное отношение к детскому саду; позволит сформировать навыки общения как со взрослыми людьми, так и со сверстниками |
| **Участники****проекта** | Педагог-психолог, воспитатели, воспитанники группы раннего возраста, родители воспитанников. |
| **Возраст****воспитанников** | 2-3 лет |
| **Особенности проекта**По характеру продукта:По количеству создателей:По количеству детей:По продолжительности:По профилю знаний:По уровню контактов и масштаба организации: | социально-педагогическийавторский групповой краткосрочныймежпредметныйна уровне МАДОУ  |
| **Цель****проекта** | Создание условий, обеспечивающие ребёнку психологический и физический комфорт для облегчения процесса адаптации к ДОУ |
| **Задачи****проекта** | - снижение эмоционального и мышечного напряжения при адаптации к детскому саду; - развитие навыков взаимодействия с педагогом и сверстниками;- развитие игровых навыков, произвольного поведения;- формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей к ДОУ |
| **Идея****проекта** | Внедрение особой системы психолого-педагогического воздействия в образовательный процесс ДОУ поможет более легкой и быстрой адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада |
| **Принципы****реализации****проекта** | Принцип учёта **возрастно** - [психологических и индивидуальных особенностей](https://www.maam.ru/obrazovanie/psihogimnastika) ребёнка.  Принцип единства диагностики и коррекции.  Принцип деятельностного подхода, определяющий содержание и построение обучения с учетом ведущей деятельности. Принципы общедидактические – наглядности и доступности материала, постепенного перехода от простого к сложному, от конкретного абстрактному, индивидуального подхода. |
| **Предполагаемые****результаты****проекта** | 1.Сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей.2.Повышение уровня эмоционального благополучия детей, снижение тревоги, уменьшение проявлений агрессии.3.Осуществление полноценного профессионального взаимодействия педагога-психолога и воспитателя в педагогическом процессе. 4.Повышение уровня родительской компетентности в вопросах адаптации детей к детскому саду и их психического развития на данном возрастном этапе. 5.Становление партнёрских, доверительных отношений между ДОУ и семьями воспитанников. |
| **Продукт****проектной****деятельности** | Картотека, куда будут входить: консультации, конспекты занятий, релаксационные и телесно ориентированные игры, памятки по данной теме. |
| **Этапы проекта** | I этап Подготовительный (информационно-исследовательский)Август 2023г. | ‒ анализ и обобщение опыта работы по вопросам адаптации детей раннего возраста к детскому саду;‒ подготовка методического обеспечения проекта;‒ разработка сценариев занятий и определение направлений проектной деятельности на основе преемственности содержания; |
| II этап Внедренческий (практический)Сентябрь 2023г.-октябрь 2023г. | - психолого-педагогический мониторинг; - апробация занятий с использованием методик арт-терапии; ‒ проведение консультаций для педагогов с целью повышения их профессиональной мотивации, творческой инициативности;‒ повышение педагогической компетентности родителей по адаптации детей к условиям детского сада»;‒ формирование мотивационной готовности родителей к участию в проектной деятельности через презентацию детских творческих работ; ‒ информирование родителей в вопросах психического развития детей с помощью буклетов, папок-передвижек, картотек и стендовой информации. |
| III этап ЗаключительныйНоябрь 2023г | ‒ обобщение и структурирование материалов по результатам работы;‒ проведение итоговой психолого-педагогической диагностики. |
| **Ресурсы** |  **Нормативно-правовое обеспечение:**1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования Приказ от 17 октября 2013г. № 1155. 2. Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ Детский сад - № 4593. Устав МАДОУ - Детский сад № 459 |
| **Методическое обеспечение:**Методические ресурсы: ФГОС ДО. Информационные ресурсы: ДОО имеет свой сайт в интернете и электронную почту, использует в работе нормативно-правовую базу, базу данных по воспитанникам.Материальные ресурсы: в ДОО оборудована современная, эргономичная, безопасная, развивающая среда, включающая технические средства; созданы соответствующие современным требованиям условия для обеспечения образовательного процесса. |
| **Алгоритм действия по реализации проекта** | \* Получение необходимых ресурсов\* Проведение плановых мероприятий\* Контроль и оценка выполнения проекта\* Корректировка плана реализации проекта \* Анализ результатов работы по проекту \* Информирование общественности о результатах проекта |

**Перспективное планирование.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***День недели*** | ***1 неделя*** | ***2 неделя*** | ***3 неделя*** | ***4 неделя*** |
| Понедельник | Телесноориентированная игра «Цыплятки» | Игра с песком «Здравствуй, песок» | Релаксационная игра «Поймай бабочку» | Занятие с элементами арт-терапии «Божья коровка» |
| Вторник | Телесноориентированная игра «Котята» | Игра с песком«Дорожка» | Релаксационная игра «Подушечки» | Занятие с элементами арт-терапии «Мишка» |
| Среда | Телесноориентированная игра «Вот, как мы себя погладим» | Игра с песком «Необыкновенные следы» | Релаксационная игра «Мороженное» | Занятие с элементами арт-терапии «Цветы» |
| Четверг | Телесноориентированная игра «Мы умылись» | Игра с песком«Песочный дождик» | Релаксационная игра «Лягушка» | Занятие с элементами арт-терапии «Осенние листочки» |
| Пятница | Телесноориентированная игра «Голову свою погладим» | Игра с песком«Песочные прятки» | Релаксационная игра «Подушечки» | Занятие с элементами арт-терапии «Дождик» |

**Интегрированное занятие «Божья коровка»**

***Цель –*** создание условий для снятия психоэмоционального напряжения, получения положительных эмоций

***Задачи:***

-создание положительного эмоционального настроя в группе;

- развитие умения действовать соответственно правилам игры;

-развитие координации движений, общей и мелкой моторики;

-развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов);

-развитие внимания, речи и воображения.

***Материалы:***

игрушечная «божья коровка» (круглой формы); большие и маленькие машинки, матрёшки, куклы, кубики и т.п.; черная краска для рисования пальцами, лист с изображением божьей коровки  (для каждого ребенка).

***Ход занятия:***

**Приветствие.**

Педагог показывает детям игрушечную божью коровку:

- К нам в гости прилетела Божья коровка. Посмотрите, какая она красивая!

Давайте поздороваемся с ней.

Дети рассматривают божью коровку, здороваются с ней.

Педагог предлагает определить цвет, форму и величину игрушки, затем вместе с детьми считает точки на спинке божьей коровки.

**Игра «Поймай божью коровку»**

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

Педагог, 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.

(Педагог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним)

|  |  |
| --- | --- |
| Божья коровка, | Ритмично покачивают ладонями |
| Улети на небо, | Делают взмахи перекрещенными кистями рук |
| Принеси нам хлеба, | Машут кистями рук на себя. |
| Чёрного и белого, | Ритмично хлопают в ладоши |
| Только не горелого! | Грозят указательным пальцем. |

-Замерзла божья коровка, не может взлететь. Давайте согреем ее нашим дыханием (Дети дышат на ладошки).

- Согрелась божья коровка, давайте сдуем ее с ладошки.

Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки.

На начальном этапе освоения этого упражнения можно предложить детям на выдохе длительно произносить звук «У».

— А теперь, ребята, давайте сами превратимся в божьих коровок.

|  |  |
| --- | --- |
| Мы вокруг себя покружилисьИ в божьих коровок превратились | Кружатся |
| Божьи коровки, покажите мне вашиГоловки, носики, ротики,Ручки - крылышки, ножки, животики. | Показывают названные части тела. |

**Игра «Божья коровка и ветер»**

***—*** Замечательно! А теперь мы поиграем в игру «Божьи коровки и ветер». Светит солнышко, божьи коровки ползают по листочкам.

Дети встают на четвереньки и ползают по полу.

- Подул злой холодный ветер, перевернул жучков.

Дети переворачиваются на спину, шевелят расслабленными руками.

-        Подул добрый теплый ветерок, помог перевернуться жучкам.

Дети снова встают на четвереньки и ползают.

Игра повторяется 2-3 раза.

- Теплый ветер подул сильнее, поднял божьих коровок в воздух, и они полетели.

Дети, изображая полет божьих коровок, медленно бегают, плавно машут руками, жужжат.

-Воробей летит! Спасайтесь, божьи коровки!
Дети бегут в объятия к психологу или воспитателю.

- Давайте нарисуем божью коровку в воздухе, покажем ручками, какая она круглая.

Дети вслед за взрослым рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.

**Рисование пальчиками**

Дети садятся за столы. Психолог раздаёт краски и листки с изображением божьих коровок.

**-**Теперь нарисуем чёрные точки на спинках божьих коровок.

Дети вслед за педагогом обмакивают указательные пальцы в черную краску и закрашивают круги на спинках божьих коровок.

**Подведение итогов.**

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Педагог говорит:

- Божьей коровке у вас очень понравилось, но пришла пора прощаться. До свидания!

**Интегрированное занятие «Мишка»**

***Цель* –** создание условий для снятия психоэмоционального напряжения, получения положительных эмоций

***Задачи:***

- снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности;

- развитие умения связывать свои действия с действиями других детей, в ритме стиха, с правилами игры;

- сплочение группы, развитие эмпатии;

- развитие координации движений, общей и мелкой моторики;

- развитие внимания, речи и воображения.

***Материалы:***

игрушечный медвежонок; магнитофон, кассета с записью пения птиц;

гуашь желтого цвета, лист с изображением банки (для каждого ребенка), поролоновые губки.

***Ход занятия***

**Приветствие**

Педагог показывает игрушечного медвежонка и просит детей внимательно послушать, что он скажет:

-Здравствуйте, ребята. Меня зовут Мишка. А фамилия моя - Топтыгин. А как вас зовут?

Дети называют свои имена и фамилию, пожимают «Мишке» лапку.

- Ребята, а вы знаете, где я живу? А где я сплю зимой? Правильно, в лесу, в берлоге. Давайте возьмемся за руки и встанем в круг — это будет моя берлога. Кто хочет быть медвежонком и вместе со мной спать в берлоге?

**Игра «Мишка в берлоге»**

Ребенок, играющий роль медвежонка, берет Мишку, ложится в центр круга и закрывает глаза.

Взрослый и остальные дети водят вокруг него хоровод и поют:

«Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге.

Громко не кричите, Мишку не сердите,

Тихо подходите, ласково будите».

Дети и взрослый подходят к «медвежонку» и «будят» его (аккуратно, ласково прикасаются к нему, гладят). «Медвежонок» открывает глаза и улыбается.

-Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся.

Игра повторяется 2-3 раза.

Чтобы каждый ребенок побывал в роли медвежонка, можно предложить лечь в круг сразу нескольким детям.

Взрослый укладывает игрушечного медведя на бочок и говорит:

— Все медвежата уже проснулись, а Мишка все спит. Давайте расскажем про него стишок.

 **Потешка «Медвежонок»**

Дети садятся на стульчики. Педагог рассказывает стишок и показывает движения. Дети повторяют за ним.

|  |  |
| --- | --- |
| Как под горкой | Подставляет ладонь под кулачок |
| Снег, снег, | Опускает руки, шевелят пальцами. |
| И на горке | Кладут ладонь на кулачок. |
| Снег, снег, | Опускают руки, шевелят пальцами. |
| А под снегом | Подставляет ладонь под кулачок |
| Спит | Кладут ладони сложенные «лодочкой», под щёку |
| Медведь | Разводят руки в стороны, переступают с ноги на ногу |
| Тише, тише | Подносят к губам указательный палец одной, затем другой руки. |
| Не шуметь | Грозят указательным пальцем. |

Педагог поднимает игрушечного медведя:

— Кто меня будит? Кто мне спать мешает? Ну, пора мне вставать, пора шишки собирать. Спасибо за то, что разбудили!

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

|  |  |
| --- | --- |
| Мишка косолапый по лесу идёт | Имитируют походку медведя |
| Шишки собирает, песенки поёт | Наклоняются, делая вид, что собирают шишки. |
| Вдруг упала шишка прямо Мишке в лоб, | Хватаются за лоб. |
| Мишка рассердился и ногою - топ! | Топают ногой. |

**Рисование губками**

**-**Ребята, наш Мишка проголодался. Что медведи любят больше всего? Правильно, мед. Мишка принёс пустые банки и просит налить ему меда. Вы хотите угостить его?

Тогда нужно раскрасить банки. Какого цвета мед? Какого цвета нужно взять краску? Правильно, желтого. Раскрашивайте так, чтобы ни одна капля мимо банки не упала!

Дети закрашивают банку желтой краской и дарят свои рисунки «медведю».

**Подведение итогов**

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

-Наше занятие заканчивается. Мишка говорит вам «спасибо» за игры и за угощенье. До свидания!

**Интегрированное занятие «Цветы»**

***Цель* –** создание условий для снятия психоэмоционального напряжения, тревожности; развитие познавательной деятельности детей с использованием изо-терапии

***Задачи:***

- создание эмоционального положительного настроя в группе;

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;

- сплочение группы, развитие эмпатии;

- развитие координации движений, общей и мелкой моторики;

- развитие внимания, речи и воображения.

***Материалы:***

ванночки с пальчиковой краской разных цветов, ватман, иллюстрации цветов, солнышка.

***Ход занятия:***

 **Приветствие**

Ребята, сегодня к нам прилетела бабочка, вот с таким посланием, а на чём оно написано? Посмотрите! (ответы детей). Правильно на ладошке, тут написано, что сегодня «праздник ладошек» и про это совсем забыли – давайте будем исправляться!

Давайте покажем, что умеют делать наши ладошки. (мелодия песни «Ладушки – ладошки» М. Ирданского).

Мы смешные малыши,

Вот какие крошки! (показывают на небольшом уровне от пола.)

А у нас у малышей,

Весёлые ладошки (поднимают руки в верх)

Ладушки – ладошки (хлопают в ладошки)

Весёлые ладошки!

Умываться могут

Умные ладошки, (изображают умывание)

Надевать умеют

Новые сапожки.

Ладушки – ладошки,

Новые сапожки. (изображают одевание сапожков)

Ладушки – ладошки,

Новые сапожки.

На прощанье помахать

Можем мы ладошкой, (помахать ладошкой)

В кулачок ладошку сжать

И погладить кошку! (изображаем как гладят кошку)

Ладушки – ладошки,

И погладить кошку.

Танцевали крошки, (выполняют пружинку)

Хлопали ладошки

Ой болят ладошки….

Отдохнём немножко (выставляют руки вперёд)

Ладушки – ладошки,

Отдохнём немножко! (гладят по очереди то правую, то левую ладошку, кладут под щёку).

- Покажите, крошки, мне свои ладошки. Какие они красивые и умелые! Сегодня мы будем волшебниками и помогут в этом нам наши ладошки. Мы сегодня рисовать будем не кисточкой, а ладошками.

Далее рассматривают фотографии с изображение цветов, солнышка.

- Кто из вас знает, как называются эти цветы? (если затрудняются помочь детям).

-Посмотрите на них, какие они красивые. Каких они цветов? А листики?

- Ребята обратите внимание на нашу полянку, на ней ничего нет, и она не выглядит красивой и уютной, не радует нас, когда на неё смотрим.

**Рисование ладошками**

Давайте нарисуем на нашей полянке яркие, красивые цветы.

(Дети приступают к работе. В процессе выполнения воспитатель напоминает правила выполнения работы, следит за аккуратностью выполнения. При выполнении работы звучит приятная спокойная музыка.)

- Теперь аккуратно рисуем цветочки. А какого цвета краска? (красная, желтая). Молодцы! (воспитатель помогает во время работы). Вытирайте ладошки о салфетки.

- Ой, какие красивые цветочки – яркие, разноцветные. Но чего-то не хватает?

- Правильно, листочков. А для этого нам нужна какая краска? (зелёная). Макаем пальчики в зелёную краску и рисуем нашим цветочкам стебелёк и листики.

- Вы молодцы и очень хорошо справились с работой. Но на нашей полянке всё равно не хватает чего-то, чтобы полянка ожила. Вы не догадались?

- Я расскажу вам стихотворение:

«Наши руки как цветочки,

Пальчики как листочки.

Солнце просыпается –

Цветочки просыпаются.

В темноте они опять

Будут крепко очень спать».

- Вы молодцы, правильно не хватает солнышка! Дети исполняют песенку про солнышко:

- Заглянуло солнышко прямо в детский сад.

-Улыбнулось солнышко глядя на ребят.

Пока дети заняты, на ватмане крепится заготовка солнышка в виде жёлтого круга.

- Чем нас согревает солнышко? Правильно лучиками – тёплыми, добрыми лучиками, которыми солнышко согревает нас, землю, цветы. А у нашего солнышка нет лучиков, давайте их нарисуем.

- Берём жёлтую краску, макаем в неё пальчик и аккуратно рисуем нашему солнышку лучики, краски не жалеем, чтобы лучики получились красивыми и яркими и смогли пробиться через любую тучу, чтобы согреть нас.

В конце работы вытираем руки о салфетку, завершаем работу.

**Подведение итогов**

 Ой как красиво у вас получилось, вы молодцы! Хорошо поработали ребята.

Этой работой мы украсим нашу группу, она будет нас согревать даже тогда- когда будет дождик.

- Смотря на вашу работу, я вижу какие умелые у вас ладошки, но всё же давайте уточним ещё раз что умеют наши ладошки?

Игра «Что умеют наши ручки?»

Воспитатель задаёт детям вопросы. Дети показывают ответы ладошками.

Что делают ручки, когда мы встречаемся?

Что делают ручки, когда мы прощаемся?

А если оленя хотим показать?

А если как зайка хотим поскакать?

А воду ладошками как набирают?

А как на дудочке играют?

А в двери ладошкой как будем стучать?

А как показать если нужно молчать?

А как будем строго мы пальцем грозить?

А как можно ладошкой себя похвалить?

Молодцы! Весёлая вышла игра.

Давайте же скажем: ладошкам – Ура!

**Интегрированное занятие «Дождик»**

***Цель* –** создание условий для снятия психоэмоционального напряжения, формирования познавательной активности детей

***Задачи:***

- снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности;

- развитие умения связывать свои действия с действиями других детей, в ритме стиха, с правилами игры;

- сплочение группы, развитие эмпатии;

- развитие координации движений, общей и мелкой моторики;

- развитие внимания, речи и воображения.

***Материалы:***

листа бумаги белого цвета с синей тучей, гуашь (синего) цвета; запись шума дождя; влажные салфетки.

***Ход занятия***

**Приветствие**

Ребята садятся на стульчики полукругом, воспитатель перед ними.

- Ребята, к нам в гости из леса пришел зверек. Отгадайте, кто это?

Вместо шубки лишь иголки.

Не страшны ему и волки.

Колкий шар, не видно ножек,

Звать его конечно... (Ежик)

(Ответы детей)

- Правильно, ребята, это ежик. (Показывает ежика с грибами). Ребята посмотрите, что нам ежик принес? (Грибочки).

- А где растут грибочки? (В лесу)

Да ребята грибы растут в лесу, они появляется после дождика.

- А откуда идет дождь? (ответы детей).

**Пальчиковая игра «Дождик» (под звуки дождя)**

Капля - раз, капля - два, (Стучим указательным пальчиком)

Капля медленней сперва (По ладошки другой руки медленно).

Стали капли поспевать (Стучим указательным пальчиком)

Капля, каплю догонять (По ладошки другой руки быстрее).

- Я теперь давайте с вами нарисуем дождик, что бы в лесу еще больше было грибочков. Посмотрите на свой листочек, что у вас там нарисовано? (Тучка). А что из тучки идет? (Дождик). Посмотрите внимательно как мы будем рисовать дождик. Макаем пальчик в краску и ставим точечку, получилась капелька дождя.

- А теперь попробуйте сами нарисовать. Аккуратно макаем пальчик в краску и рисуем капельки. А ежик за вами понаблюдает.

Во время работы детей воспитатель, читает стихотворение:

Дождик, дождик, веселей!

Капай, капай, воду лей.

На цветочек, на листок.

Кап, кап, кап!

На дорожку, на лужок,

Кап, кап, кап!

Тучка в небе синяя –

Капай, дождик сильный!

Кап, кап, кап.

(Воспитатель подходит к детям, помогает, в случае необходимости, следит за тем, чтобы дети окунали указательный пальчик неглубоко в краску).

- Молодцы! Нарисовали дождик. А пока наши грибочки растут под дождиком, выходите и поиграем в игру с ежиком.

**Игра «Солнышко и дождик»**

- «Дождик!» - дети бегут и прячутся под зонтик.

- «Солнце!» зонт закрывается - дети «гуляют».

По команде: Дождь!» ребята снова бегут под зонт.

**Подведение итогов**

Ребята ежику пора уходить в лес, собирать грибы. До свидания!

Педагоги интересуются у детей, что им понравилось больше всего на занятии. Кто приходил к ним в гости и т.д.

**Интегрированное занятие «Осенние листочки»**

***Цель* –** создание условий для снятия психоэмоционального напряжения, тревожности; развитие познавательной деятельности детей с использованием изо-терапии

***Задачи:***

- создание эмоционального положительного настроя в группе;

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;

- сплочение группы, развитие эмпатии;

- развитие координации движений, общей и мелкой моторики;

- развитие внимания, речи и воображения.

***Материалы:***

картина с изображением осени, изображение осенних листочков, влажные салфетки, пальчиковые краски желтого и красного цветов, букет листьев, игрушка - зайчик.

***Ход занятия:***

*Дети сидят на стульях полукругом.*

Педагог: Дети, какое сейчас время года?

Дети: **Осень**.

Педагог: Почему вы так думаете? *(ответы детей)*.

Педагог: Правильно, осень. Потому что холодно, мы одеваем теплую одежду, а листочки на деревьях стали желтого и красного цвета.

Стук в дверь.

Педагог: Ой, кто - то стучится в дверь. Я пойду посмотрю.

Педагог возвращается с зайчиком-игрушкой.

Зайчик: Здравствуйте, дети! Шел я мимо вашего сада и услышал, как вы здесь играете и веселитесь, можно я с вами поиграю? (ответы детей).

Педагог: Здравствуй, зайчик, конечно можно.

Зайчик: А я принес вам подарки. В лесу на деревьях облетели листочки, и я принес их вам.

Педагог: Спасибо, зайчик. Давайте, поиграем с разноцветными листочками.

(Педагог из корзинки достает листочки и раздает детям.)

(Дети встают в полукруг)

**Дыхательная гимнастика «Ветер и листочки».**

Дети изображают ветер и дуют на листочки. (повторить 3 раза).

Мы листики осенние

на ветках мы сидели,

Дунул ветер, полетели

И на землю тихо сели.

После упражнения воспитатель предлагает детям положить листочки на пол.

Зайчик: Дети, а еще я вам принес *«волшебные краски»*. Я хочу, чтобы вы ими нарисовали осенние листочки.

(Педагог достает из корзинки краски.)

Педагог: Какие интересные краски! Ну что, дети, нарисуем листочки«волшебными красками»?

Дети: Да.

(Педагог предлагает детям сесть за столы)

Педагог: Дети, посмотрите, что лежит на столах (ответы детей). Правильно, на подносе стоит желтая и красная краска, ей мы будем рисовать листочки. Смотрите внимательно, как мы будем рисовать осенние листочки. Берем губку, обмакиваем в краску и прикладываем его к трафарету листочка. Убираем – получился листочек. Посмотрите, пальчик грязный, что нужно сделать? Да, вытереть мокрой салфеткой хорошо. Будьте аккуратны, набирайте по больше краски что бы нашили осенние листочки были яркими, красочными.

Ой, какие красивые листья у нас получились! Давайте полюбуемся! Педагог раскладывает рисунки на отдельный стол. Вместе с детьми рассматривает их.

Педагог: как шуршат, шелестят осенние листья? (Дети изображают звук: «ш-ш-ш»)

Зайчик: Дети, какие красивые листья у вас получились, молодцы!

Зайчик: А давайте с вами поиграем в игру.

**Игра «Листопад»**

Дети берут с пола листочки и выполняют упражнения под текст стихотворения.

Листопад, листопад, Руки с листочками вверху «качаются».

Листья желтые кружат. Дети кружатся.

Листопад, листопад. Руки с листочками вверху «качаются».

Листья по ветру летят. Дети бегают врассыпную.

Покружились, покружились. Дети кружатся.

И на землю опустились. Присаживаются на корточки.

(повторить 2 раза)

**Подведение итогов**

Зайчик: Дети, мне у вас очень понравилось. Вы такие красивые рисунки нарисовали. Мне было с вами очень весело. Вы, молодцы. А мне пора домой в лес возвращаться. До свидания!

Дети: До свидания!

**Игры с песком (песочная терапия)**

1. **Игра «Здравствуй, песок!»**

***Цель*** – снижение психофизического напряжения.

***Содержание:***

Педагог просит по-разному поздороваться с песком, то есть различными способами дотронуться до песка.

Ребенок:

- дотрагивается дол песка поочередно: сначала пальцами одной руки, затем второй, затем всеми пальцами одновременно;

- сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает в песочницу;

- дотрагивается до песка всей ладошкой, сначала внутренней, затем тыльной стороной;

- перетирает песок между пальцами, ладонями.

1. ***Игра* «Песочный дождик»**

***Цель*** – снижение психоэмоционального напряжения, расслабление

***Содержание:***

Дети представляют, что они находятся в сказочной стране, в которой идёт дождик из песка. Малыши показывают, как медленно или быстро сыплется песок из кулачка на ладонь. Они закрывают глаза, сыплют песок на ладонь или на любой из пальцев, затем рассказывают, куда сыпался песок, и передают свои ощущения.

1. **Игра «Дорожка»**

***Цель*** – снижение психоэмоционального напряжения, расслабление

***Содержание:***

Педагог проводит прямую линию и просит ребенка нарисовать рядом еще одну. Это дорожка для машинки или ручеек для кораблика. Главное условие при проведении параллельной линии, чтобы малыш не отрывал руки, а провел свою линию одним движением. В следующий раз копировать не прямую, а извилистую или ломаную линию.

1. **Игра «Необыкновенные следы»**

***Цель*** – снижение психоэмоционального напряжения, расслабление

***Содержание:***

«Идут медвежата» — ребёнок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Ползут змейки» – расслабленными/напряжёнными пальцами рук делают поверхность песка волнистой (в разных направлениях).

«Бегут жучки-паучки» — двигает всеми пальцами, имитируя движения насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь руками друг с другом — «жучки здороваются»).

1. **Игра «песочные прятки»**

***Цель*** – снижение психоэмоционального напряжения, развитие внимания, памяти, мышления

***Содержание:***

Педагог показывает 2-3 игрушки, просит закрыть глаза, затеи прячет эти игрушки в песке. Ребенок их откапывает

**Телесно-ориентированные игры (телесная терапия)**

* 1. **«Цыплятки»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, развитие навыков общения

Вышла курочка гулять,

Стала деток своих звать,

Где мои, ребятки,

Где мои **цыплятки**?

Цып-цып-цып, ко мне идите,

Цып-цып-цып, ко мне бегите.

(Дети подходят, педагог-психолог обнимает их).

Вот мои ребятки,

Вот мои **цыплятки!**

* 1. **«Котята».**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, развитие навыков общения

Серенькая кошечка села на окошечко,

хвостиком махала деток поджидала.

- Где ж мои ребятки? Серые котятки?

- Спать пора ребяткам, сереньким котяткам

- Вот, мои ребятки, серые котятки

(педагог-психолог тянет руки к детям, они бегут к нему, обнимаются).

* 1. **«Вот, как мы себя погладим».**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения

(Дети выполняют действия по тексту)

«Мы погладим глазки, мы погладим щёчки,

А потом на щёчках нарисуем точки.

Мы погладим ручки, разотрем ладошки.

Птичкам– невеличкам мы накрошим крошки.

После ручки мы встряхнем, на животик перейдем.

Мы животик свой погладим, мы с животиком поладим.

По коленочкам мы хлопнем, дружно ножками притопнем.

Хлопнем раз, хлопнем два, вот и кончилась игра.»

* 1. **«Голову свою погладим»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения

«Мы потрём сначала руки,

 Раз – два- три – нам не до скуки.

Мы пошлёпаем свой лоб,

 Шлёп – шлёп – шлёп!

 А затем пощиплем щёчки

И на них поставим точки.

 После мы погладим ушки,

Доберёмся до макушки.

Голову свою погладим,

 С головой своей поладим.

 Голова у нас на шее,

 И её погладь скорее!

Так мы занимаемся,

Здоровья набираемся!»

* 1. **«Мы умылись!»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения

«Утром глазки мы открыли,

 Их водичкою умыли (поглаживаем веки).

А потом умыли лоб (поглаживаем лоб)

И легонько его хлоп! (похлопывание).

А теперь помоем щёчки. (поглаживание)

Пусть алеют, как цветочки!

 Пусть алеют наши губки, («чмокают» губами)

Пусть белеют наши зубки, (щёлкают зубами)

Нам осталось причесаться! (Гладят себя по голове)

Мы готовы заниматься!»

* 1. **«Паровозик».**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, развитие навыков общения

Педагог – паровозик, дети – вагончики.

«Паровоз гудит ду-ду,

Я иду, иду, иду.

А вагончики стучат,

 А вагоны говорят:

 «Так- так –так –так».

(Дети держатся за плечи впередистоящего ребенка и идут семенящим шагом).

 **Релаксационные игры**

1. ***«Мороженое»***

*Цель:* снять психоэмоциональное напряжение.

*Процедура проведения*. Дети стоят на ковре. Им предлагается поиграть в мороженое. Педагог: «Вы – мороженое. Вас только что достали из холодильника. Мороженое твердое, как камень. Ваши ручки напряжены, ваше тело ледяное. Но вот пригрело солнышко, мороженое стало таять. Ваше тело, ручки, ножки стали мягкими, расслабленными. Ручки бессильно повисли вдоль тела…»

1. ***«Поймай бабочку»***

*Цель:*нервно-мышечная релаксация через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления.

*Процедура проведения.* Педагог показывает бабочку, пробует ее поймать – выполняет хватательные движения над головой одной рукой, потом другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения. Затем медленно разжимают кулачки, смотрят, поймали бабочку или нет. Затем соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат ее.

***3. «Лягушонок»***

*(Перед выполнением упражнения нужно помыть руки!)*

*Цель:*снятие напряжения мышц лица.

*Процедура проведения.*Педагог рассказывает стихотворение и показывает движения к нему.

Вот понравилось лягушкам:

Тянут губы прямо к ушкам!

(Педагог и дети осторожно пальцами растягивают улыбку к ушкам).

Потяну – перестану и нисколько не устану! («Отпускают» улыбку).

Губы не напряжены и расслаблены (Пальчиком руки проводят

по расслабленным губам сверху вниз).

***4.   «Подушечки»***

*Цель:*снять психоэмоциональное напряжение.

*Процедура проведения.*Воспитатель предлагает всем поспать, отдохнуть. Дети собираются в круг, садятся на корточки, закрывают глаза. Воспитатель (через несколько секунд): «Вот мы и проснулись, сладко потянулись». Дети открывают глаза, медленно встают, вытягивают руки вперед, затем поднимают их вверх, отводят за голову и поднимаются на носки. Воспитатель: «Сладко потянулись, друг другу улыбнулись». Дети встают на ступни, опускают руки вниз.

Работа с родителями:

1. Стендовая информация «Советы поступающим в детский сад».
2. Общее родительское собрание на тему «Адаптация детей раннего возраста к детскому саду».
3. Консультации для родителей (онлайн-формат).
4. Памятка «Адаптация ребенка к детскому саду».
5. «Особенности психологии детей 2-3 лет», «Кризис 3 лет», «Как воспитать самостоятельность».
6. Индивидуальные консультации с родителями.

Работы с педагогами:

1. Консультации для воспитателей: «Адаптация ребёнка к детскому саду».
2. Рекомендации по результатам психологического мониторинга.