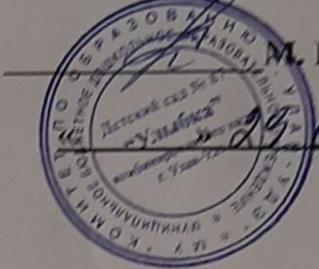


Администрация г. Улан-Удэ
Комитет по образованию г. Улан-Удэ
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 87 «Улыбка» комбинированного вида

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
детский сад № 87 «Улыбка»


М. В. Червякова
29.08.2023 г.

Программа
Адаптация детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада

Актуальность программы: Предпосылкой для создания данной программы послужил мониторинг адаптации детей к условиям детского сада. Она включает в себя комплексные занятия для детей 3–4-х лет, направленные на развитие познавательной, речевой и эмоционально-волевой сферы. Благодаря развивающим занятиям происходит воздействие на все структуры мозга ребенка. Система занятий способствует формированию базовых понятий, составляющих ядро картины мира дошкольника, происходит преодоление детского эгоцентризма, закладываются предпосылки для успешного обучения детей в гимназии, лицее, школе. Несмотря на большое число работ, посвященных изучению адаптации детей, многие из них не содержат практической направленности. Ряд исследователей отмечают зависимость успешной адаптации от возраста, в котором происходит изменение привычных условий. В период интенсивного развития какой-либо функции адаптация протекает более тяжело, чем в стабильный период развития. В кризисные периоды происходят качественные изменения в развитии личности ребенка, выработка новых способов деятельности, т.е. кризисы являются важными моментами в развитии ребенка, и от того, как будут пройдены переломные этапы, зависит его дальнейшее развитие. В три года ребенок осознает себя как активный субъект в мире предметов и в этот кризисный период проходит адаптация к новым социальным условиям. Трудности, связанные с поступлением в детский сад, могут отразиться на наиболее уязвимых функциях – формировании личности и речевом развитии.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Количество занятий: 11, при необходимости занятия можно разбить на части, повторить пройденный материал, использовать в индивидуальной работе с дезадаптированными детьми. Программа включает в себя:

- развитие мелкой моторики;
- развитие внимания;
- развитие памяти;
- развитие логического и творческого мышления;
- развитие речи,
- развитие коммуникативных навыков;
- пальчиковую гимнастику;
- артикуляционную гимнастику;
- знакомство с органами чувств и их функциями;
- начальные навыки классификации, сравнения, выделения определенных свойств (цвет, форма, размер);
- игры с кубиками Зайцева;
- игры и упражнения по формированию начальных навыков счета, чтения и письма;
- аппликацию, рисование, лепку;
- игры и упражнения на коррекцию эмоционально-волевой сферы: тревожности, агрессивности, гиперактивности, самооценки, общения.

Цели занятий:

- гармонизация эмоционального состояния;
- снятие нервно-психического напряжения;
- психологическая профилактика дезадаптации ребенка к условиям детского сада;
- развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы ребенка, воображения;
- повышать групповую сплоченность;
- коррекция и развитие сенсорно-перцептивной сферы;
- развитие мелкой моторики рук и координации движений.

Задачи:

- укрепление и обогащение эмоциональных ресурсов ребенка, его коммуникативных возможностей;
- снятие психомоторного напряжения, тревожности;
- формирование положительной самооценки, уверенности в себе, эмоциональной устойчивости;
- стабилизация нервных процессов;
- повышение внимания друг к другу;
- способствовать сплочению детского коллектива.

Используемые методы и техники: игротерапия, арт-терапия, телесно-ориентированная терапия, музыкотерапия. Все занятия – игровые, так как игра – это основная деятельность ребенка. Для определения эмоционального состояния, отражающего отношение ребенка к дошкольному учреждению, была выбрана цветовая диагностика «Домики» (Е.Ю.Фирсанова). Данная методика

проводилась индивидуально два раза с каждым ребенком: в начале посещения детского сада и после первого месяца проведения занятий. Детям предлагалось в игровой форме выбрать один из восьми домиков разного цвета. Были использованы следующие цвета: синий, зеленый, красный, желтый, фиолетовый, коричневый, серый, черный.

Инструкция: «Это девочка Катя (мальчик Коля). Катя (Коля) ходит в детский сад. Выбери детский сад для Кати (Коли)».

После выбора домика с ребенком проводилась беседа:

- Кате нравится ходить в детский сад?
- Что Катя будет делать в детском саду?
- Что Кате больше всего нравится в детском саду?
- Что Кате не нравится в детском саду?

В ходе диагностики фиксировались такие показатели, как:

1. Поведение ребенка.
2. Эмоциональное состояние.
3. Речевое сопровождение: речевое сопровождение отсутствует; малая речевая активность; нормальная речевая активность; чрезмерная речевая активность.
4. Выбор цвета: выбор темных цветов (черного, коричневого, серого) говорит о преобладании негативных эмоций, связанных с посещением детского сада: чувство тревоги, страха, реакции протеста и прочее.; выбор красного и фиолетового цветов говорит о раздражительности и агрессии; выбор зеленого и синего цветов говорит о наличии чувства беспокойства и тревожности; выбор желтого, красного цветов – о преобладании положительных эмоций.

Эффективность программы

У ребенка с положительным представлением о себе и адекватной самооценкой отсутствует страх контактов с другими людьми, боязнь неудачи, неуспеха, а соответственно – стремление избежать принятия решения. Такие дети свободно выражают собственную точку зрения, желания, чувства.

Развитие познавательных психических процессов (памяти, восприятия, внимания), мышления, мелкой моторики способствует развитию речи психологической комфортности ребенка и профилактике дезадаптации. Было отмечено, что изменение отношения к посещению дошкольного учреждения в положительную сторону (к концу первого месяца) было выявлено у 87% детей. У детей наблюдается преобладание позитивных эмоций, снизилось количество соматических заболеваний, фиксируется положительная динамика в речевом развитии, поведении и эмоциональной сфере.

Тематический план занятий

№	Тема занятий	Количество часов
1	«Божья коровка»	15 минут
2	«Попрыгунчик»	15 минут
3	«Веселый Петрушка»	15 минут
4	«Фантазёры»	15 минут
5	«Мишка пришёл в гости»	15 минут
6	«Непослушные мышата»	15 минут
7	«Колобок»	15 минут
8	«Мама-кошка и её детки»	15 минут
9	«Музыканты»	15 минут
10	«Дождик»	15 минут
11	«Котёнок»	15 минут

Занятие 1

«БОЖЬЯ КОРОВКА»

Задачи:

- создание положительного эмоционального настроения в группе;
- развитие умения действовать соответственно правилам игры;
- развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле;
- развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов);
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

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

Ход занятия

Приветствие.

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 точки на спинке божьей коровки.

- 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 разождем 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.

(Психолог 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 покружились И в божьих коровок превратились	Кружатся
Божьи коровки, покажите мне ваши Головки, носики, ротки, Ручки-крылышки, ножки, животики.	Показывают названные части тела.

— 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 и воспитателю.

Психолог выставляет перед детьми парные игрушки, различающиеся по величине (большие и маленькие машинки, матрёшки и т.п.) и говорит:

- Ребята, божьей коровке захотелось поиграть с вашими игрушками. Помогите ей выбрать маленькие игрушки.

Дети выполняют задание.

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

Дети вслед за психологом рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. (При необходимости взрослые могут взять руки детей в свои и показать им, как выполняются вращательные движения.)

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

-Теперь нарисуем чёрные точки на спинках божьих коровок.

Дети вслед за психологом обмакивают указательные пальцы в черную краску (гуашь, смешанную с зубной пастой) и закрашивают круги на спинках божьих коровок.

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

Психолог говорит:

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

Занятие 2

«ПОПРЫГУНЧИК»

Задачи:

-сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками;

-повышение эмоционального тонуса;

-развитие чувства ритма, координации движения;

-развитие ориентации в пространстве;

-обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов;

-развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.

Материалы:

большой мяч;

матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч

и пластмассовый кубик (соразмерно по величине)

Ход занятий

Приветствие.

Психолог показывает детям большой мяч и предлагает определить его величину, цвет и форму» Дети выполняют задание.

- Покажите рукой форму мяча.

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

-Давайте сядем вокруг мяча и расскажем про него стихотворение.

Все садятся вокруг мяча и кладут на него ладони. Дети повторяют за психологом стихотворение С.Маршака «Мой веселый звонкий мяч» и ритмично шлепают по мячу сначала одной, потом другой рукой. (Психолог оказывает помощь детям, которые неритмично шлепают по мячу. Он кладет свою ладонь на ладошку ребенка и помогает ему скоординировать движения руки с ритмом стиха.)

— А теперь представьте, что вы превратились в мяч Катя, ты будешь мячиком какого цвета? А ты, Вова? И т.д.

Дети рассматривают свою одежду и называют соответствующие цвета.

- Я буду играть с мячами - легонько шлепать вас ладошкой, а вы будете прыгать, как мячики.

Психолог, рассказывая стихотворение «Мой веселый звонкий мяч». Поочередно кладет ладонь на голову каждого ребенка. Дети, почувствовав касание, подпрыгивают на месте. на слова: «не угнаться за тобой» - дети убегают от психолога к воспитателю (родителям). Игра повторяется - и дети убегают от воспитателя (родителей) в объятия психолога

Психолог предлагает «мячам» поиграть в «прятки». Он читает стихотворение «Мой веселый звонкий мяч». Дети прыгают. На слова: «не угнаться за тобой» - дети разбегаются по группе и прячутся. Психолог ищет детей. Найденный: ребенок должен сказать, где он прятался (под столом, за креслом, в углу и т.п.).

Игра повторяется 2-3 раза.

-Ребята, вы так весело играли в прятки, что мячу тоже захотелось с вами поиграть. Закройте глаза, а мячик спрячется.

Дети закрывают глаза, психолог прячет мяч. По команде психолога дети открывают глаза и начинают искать мяч. Найдя, говорят, где он «прятался».

Психолог показывает детям матерчатый мешочек, в котором находятся маленький мячик и кубик.

- В этом мешочке спрятался маленький мячик. Вам нужно найти его, не заглядывая в мешочек.

Дети поочередно отыскивают мячик на ощупь и рассказывают, как они отличили его от кубика.

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

Психолог говорит:

- Наше занятие заканчивается. Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!

Занятие 3

«ВЕСЕЛЫЙ ПЕТРУШКА»

Задачи:

-развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха;

-закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка-мальчик);

-закрепление пространственных представлений («верх»,«низ»);

-развитие общей и мелкой моторики;

-развитие восприятия, речи и воображения.

Материалы:

игрушка (кукла бибабо) «Петрушка»;

игрушечный паровозик с привязанной к нему длинной лентой;

бельевая прищепка синего цвета (для каждого мальчика);

бельевая прищепка желтого цвета (для каждой девочки);

обруч, с привязанными к нему лентами желтого и синего цвета;

мягкая игрушка или кукла (для каждого ребенка).

Ход занятия

Приветствие.

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 паровозу, 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 с нашими ручками и ножками. Ой, а где же ваши ручки спрятались?

Здесь и далее слова сказочных персонажей произносит психолог или воспитатель.

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

Где же, где наши ручки? Где же наши ручки? Где же наши ручки?	Разводят руками, удивлённо смотрят друг на друга.
Нет у наших ручек!	Прячут руки за спину.
Вот наши ручки! Вот наши ручки!	Поворачивают ладошки тыльной стороной вверх- вниз
Пляшут, пляшут наши ручки! Пляшут наши ручки!	Ритмично машут ладошками перед собой.
Где же, где же наши ножки? Где же наши ножки? Где же, где же наши ножки?	Разводят руками, удивлённо смотрят друг на друга.
Нет у наших ножек!	Садятся на корточки
Вот, вот, наши ножки! Вот наши ножки!	Ритмично хлопают ладошками по ногам.
Пляшут, пляшут наши ножки! Пляшут наши ножки!	Ритмично топают ногами.
Где же где же наши детки? Где же наши детки? Где же, где же наши детки?	Разводят руками, удивлённо смотрят друг на друга.
Нет у наших деток!	Прячут лицо в ладошки.
Вот, вот наши детки! Вот наши детки!	Открывают лицо, улыбаются, покачивают головой
Пляшут, пляшут наши детки! Пляшут наши детки!	Пританцовывая, поворачиваются вокруг себя

- Ура! Нашлись наши детки! Вам мои игры еще не надоели? Тогда все на карусели! А у вас есть билеты? Получите: девочки - желтые, мальчики - синие.

«Петрушка» раздает детям «билеты». Девочки получают желтые прищепки, а мальчики - синие. Дети самостоятельно прикрепляют прищепки на одежду. «Петрушка» обращается к каждому из детей с вопросами: «Какого цвета у тебя билет? Почему?»

Дети отвечают:

-У меня желтый билетик, потому что я девочка.

-У меня синий билетик, потому что я мальчик.

«Петрушка» показывает «карусель» (обруч с желтыми и синими лентами), предлагает детям подойти к тем лентам, которые совпадают по цвету с их «билетиками». Дети выбирают себе ленты и называют их цвет.

Дети, взявшись за ленты, встают в круг. Психолог и «Петрушка» рассказывают потешку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

Еле-еле, еле-еле, завертелись карусели,	Идут медленно.
А потом, потом, потом,	Идут быстрее
Всё бегом, бегом, бегом!	Бегут.
Тише, тише, не спешите,	Переходят на шаг.
Карусель остановите!	останавливаются
Раз, два, раз, два!	Берутся руками за голову, наклоняют голову вправо-влево.
Закружилась голова!	Делают вращательные движения головой

Игра повторяется 2-3 раза. Чтобы у детей не закружилась голова, направление каждый раз меняется на противоположное.

При отсутствии обруча и разноцветных лент можно предложить детям встать в круг и взяться за руки.

- Ребята, вы так весело катались на карусели, играли, что вашим игрушкам тоже захотелось поиграть.

Дети выбирают себе игрушки и подходят к психологу.

Психологи «Петрушка» рассказывают потешку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

Прыгай, прыгай веселей!	Прыгают с игрушками в руках.
Прыгай, прыгай по быстрее!	Поднимают игрушку над головой, приседают, ставят игрушку на пол.
Верх, вниз, вверх, вниз!	Поднимает игрушку над головой, приседают, ставят игрушку на пол.
И немного покружись!	Вытягивают руки с игрушкой вперёд и кружатся на месте.

Игра повторяется 2-3 раза.

Раздается «гудок паровоза».

- Ребята, паровозик говорит, что нам пора возвращаться. Садитесь быстрее в вагончики. Поехали!

Дети берутся за ленту, привязанную к паровозу, дружно идут и подпевают «Петрушке».
Вот какой паровоз к празднику купили,
Вот какой паровоз детям подарили.
Катится, катится дальняя дорога!
Вдоль нашей комнаты, прямо до порога.

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

Психолог и дети благодарят «Петрушку» и паровозик путешествие и игры. Все прощаются до следующей встречи. Петрушка уезжает.

Занятие 4

«ФАНТАЗЁРЫ»

Задачи:

- снятие эмоционального напряжения и агрессии;
- снижение излишней двигательной активности, импульсивности;
- обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

- набор для выдувания мыльных пузырей;
- магнитофон, кассета с записью плавной мелодии;
- мячи;
- мячи для подскоков (хоппы).

Ход занятия

Приветствие.

Психолог показывает детям набор для выдувания мыльных пузырей и предлагает отгадать загадку:

В мыльной воде родился,
В шарик превратился.
К солнышку полетел,
Да не долетел-лопнул!

Психолог и дети выдувают пузыри, наблюдают за ними, ловят их. В конце упражнения психолог задает вопросы. Дети отвечают на них:

- Сколько пузырей я выдула? – Много.
- Какой формы пузыри? – Круглые.
- Какого размера были пузыри? – Большие и маленькие.

А какого цвета вы видели пузыри? – Белые, голубые, розовые, жёлтые, зелёные.

–Разноцветные (подытоживает психолог).

–А что делали пузыри? – Летали, лопались, кружились, поднимались, опускались, сталкивались.

-А что вы делали? –Мы надували пузыри, ловили пузыри, прыгали..

Дети садятся в круг. Психолог поёт песенку «Ладушки-ладошки» и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки... (Ритмично хлопают в ладоши);

Хлопали в ладошки, хлопали немножко. Да... (Кладут ладони на колени)

Пену мешали, пузыри пускали,

Пузыри летали, деток забавляли. (Изображают движения) Да... (Кладут ладони на колени)

Кулачки сложили, кулачками били: (Складывают ладони в кулачки стучат кулачками друг о друга.

«Тука-тука, тука-тук!» «Тука-тука, тука-тук!» Да... (Кладут ладони на колени)

Ладошки плясали, деток забавляли,

Так они плясали, деток забавляли. (Сжимают и разжимают кулачки) Да... (Кладут ладони

на колени)

Ладочки устали, ладошки поспали,
Баю-баю-баюшки, баю-баю ладошки. (Кладут сложенные «лодочкой» под правую, затем под левую щеку)

Да... (Кладут ладони на колени)

Все берутся за руки и встают в маленький круг.

Психолог рассказывает стишок и не спеша отступает назад. Дети повторяют за ним:

Надувайся пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой, Да не лопайся!

Круг расширяется, пока психолог не скажет: «Лопнул пузырь!»

Тогда все хлопают в ладоши, хором говорят: «Хлоп!», сбегаются в маленький круг и снова берутся за руки.

Игра повторяется 2-3 раза.

Психолог предлагает детям лечь на спину, обхватить руками согнутые в коленях ноги, подтянуть голову к коленям.

Дети выполняют задание.

- Вспомните, как плавно покачивались в воздухе пузыри. Попробуйте это изобразить.

Дети выполняют задание.

Взрослые помогают детям раскачиваться вперед-назад.

- Ну-ка, пузыри, собирайтесь в баночку.

Дети подбегают к психологу и встают вплотную друг к другу.

- Я беру палочку для выдувания пузырей и опускаю ее в банку.

Психолог гладит рукой детей по волосам.

- Проверим все ли пузыри собрались в баночку. Называет детей по имена , встречается с ними глазами.

-Раз, два три надувайтесь пузыри!

Дети разбегаются по группе.

Звучит громкая плавная музыка - дети изображают полет мыльных пузырей. Музыка затихает - дети в удобной позе ложатся на ковер¹.

Психолог делит детей на пары. Даёт каждой паре по мячу и говорит:

-Представьте себе, что мяч-это пузырь, который нельзя уронить. Иначе он лопнет. Держите мяч вдвоём и дружно выполняйте движения.

Психолог напевает песню «Антошка», дети подпевают и, не выпуская мяча из рук, выполняют упражнения под музыку (прыгают, кружатся, маршируют, приседают, поднимают руки вверх и т.п.).

Занятие 5

МИШКА ПРИШЁЛ В ГОСТИ

Задачи:

- сплочение группы, развитие эмпатии;
- снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности;
- развитие умения связывать свои действия с действиями других детей, в ритме стиха, с правилами игры;
- 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), кисточка (поролоновый тампон).

Ход занятия

Приветствие.

Психолог 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?

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

Психолог и остальные дети водят вокруг него хоровод и поют:

Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге.

Громко не кричите, Мишку не сердите,

Тихо подходите, ласково будьте.

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

-Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся.

поднимают вверх сначала левую, потом правую руку, встают на носочки.

Игра повторяется 2-3 раза.

Чтобы каждый ребенок побывал в роли медвежонка, можно предложить лечь в круг сразу нескольким детям. На до-родительском занятии ребенок, изображающий медвежонка, входит в центр круга со своей мамой и садится к ней на колени. В конце игры взрослые водят хоровод вокруг прижавшихся друг к другу и сладко посапывающих «медвежат».

■ Психолог укладывает игрушечного медведя на бочок и говорит:

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

Дети садятся на стульчики. Психолог 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 щеку
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.

Психолог включает кассету с записью пения птиц и говорит:
-Ребята, почему птицы прилетели? Какое время года наступило?
Правильно весна, а медведь всё спит! Пора его будить!
Дети идут к «медведю», напевая песенку:

У медведя во бору
Я гуляю и пою,
Медведь, вставай,
Из берлоги вылезай!

Когда «медведь» начинает рычать, дети прячутся в широко раскрытых объятиях воспитателя.

Игра повторяется 2-3 раза. (На детско-родительском занятии дети «спасаются от медведя», забираясь к родителям на колени).

■ Психолог поднимает игрушечного медведя:

— Кто меня будит? Кто мне спать мешает? Какое сейчас время года? Что?

Уже весна? Ну, пора мне вставать, пора шишки собирать. Спасибо за то, что разбудили!

Психолог 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.

.- 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».

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

Психолог говорит:

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

На повторных занятиях детям предлагается: слепить для Мишки конфеты из пластилина и завернуть их в фантики; «угостить Мишку клубничным вареньем», закрасил банку красной краской.

Занятие 6

«НЕПОСЛУШНЫЕ МЫШАТА»

Задачи:

- преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет;
- формирование положительной самооценки;

-развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм;

-развитие слухового внимания, быстроты реакции;

-развитие общей и мелкой метрики;

развитие чувства юмора, речи и воображения.

Материалы:

игрушечная мышка;

розовый и черный косметические карандаши;

большие игрушечные часы;

магнитофон, кассета с записью плясовой музыки.

Ход занятия

■ Приветствие.

■ Психолог показывает детям игрушечную мышку и говорит:

— Здравствуйте, ребята! Давайте с вами поиграем. Я буду мамой-мышкой, а вы будете непослушными мышатами, мышками-шалунишками, будете делать все наоборот.

Чтобы дето лучше вошли в образ, можно нарисовать им косметическими карандашами розовые носики и черные усики.

Непослушные мышата

Маму слушать не хотят.

Ножками потопайте, - Нет, нет, нет!

Ручками похлопайте. – Нет, нет, нет!

Головкой покивайте. – Нет, нет, нет!

Со мною поиграйте. – Нет, нет, нет!

Мышка качает головой:

-Ах, какие озорные,

непослушные какие!

Ножками не топайте.

– Будем, будем, будем! Топают ногами.

-Руками не хлопайте.

- Будем, будем, будем! Хлопают в ладоши.

-Головкой не кивайте.

– Будем, будем, будем! Кивают головой.

-Со мною не играйте.

– Будем, будем, будем! Прыгают на месте.

–Ах, какие озорные, непослушные мышат

Психолог произносит предложения, дети, подобрав подходящие антонимы, заканчивают их.

— Ах, какие непослушные мышата, все делают наоборот. Мама их просит включить свет, а они. (выключают). Папа их просит выключить телевизор, а они... (включают). Бабушка их просит открыть окно, а они.. (закрывают).

Дедушка их просит закрыть кран, с водой, а они— (открывают). Воспитатель просит их убрать игрушки, а они... (разбрасывают).

- В тихий час, когда все малыши крепко спят, им говорят: «Не шумите, не скачите», а они... (шумят, скачут).

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

Скачут мышки-шалунишки, Кто на чашке, кто на крышке. Тише, тише, тише, мышки, Не мешайте спать малышке	Прыгают на месте. Идут на носочках. Садятся на корточки, кладут ладони, сложенные «лодочкой», под щеку
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Игра повторяется 2-3 раза.

- Вот наступил вечер. Мама мышка уложила своих мышат спать. Она подошла к каждому мышонку, погладила его по головке и поцеловала в щечку.

Дети садятся на стульчики и, изображая спящих мышат закрывают глаза. Психолог берет игрушечную мышку и подходит к каждому ребенку. «Мышка» гладит детей по головкам, «целует» их в щечки, затем «ложится спать» .

Психолог говорит:

- Только мама-мышка уснула...

Звучит быстрая плясовая музыка - дети встают со стульчиков, прыгают, танцуют. Музыка замолкает - дети садятся на стульчики, притворяются спящими.

- Проснулась мама мышка. Что за шум? Наверное, ей что-то приснилось. Только заснула...

Игра повторяется.

- Ребята, давайте покажем пример мышкам-шалунишкам. Музыка заиграет, а мы с вами останемся на стульчиках. Никто не будет прыгать, танцевать, будить маму.

Звучит музыка - дети, преодолевая желание двигаться, остаются сидеть на стульчиках.

Психолог выключает музыку, хвалит детей и говорит:

- Наступило утро. Мышата проснулись, потянулись, друг другу улыбнулись.

Все поднимают вверх сначала левую, затем правую руку и встают на носочки.

Можно предложить детям опустить руки вниз, развести в стороны, протянуть вперед, отвести назад, попросить их вытянуть шею, покрутить головой и т.п.

Такие упражнения способствуют снятию мышечных зажимов, оптимизации мышечного тонуса и повышению психической активности.

Психолог устанавливает на полу большие игрушечные часы и говорит:

- Давайте поиграем в игру «мышки и часы»

Вышли мыши как-то раз	Идут на четвереньках к часам, шлепая ладошками по полу в ритм стиха
Посмотреть который час,	
Раз, два, три четыре!	«Дёргают за гири» правой рукой
Мыши дёрнули за гири,	«Дёргают за гири» левой рукой.
Раздался тут страшный звон:	Закрывают ладонями уши.
Бим, бом, бим, бом!	Ритмично хлопают в ладоши.
Убежали мыши вон!	Отползают на четвереньках (спиной вперёд) К своим стульчикам

Игра повторяется 2-3 раза.

Психолог следит, чтобы дети выполняли движения в соответствии с ритмом стиха.

-Наше занятие заканчивается. Озорные мышата превращается в хороших, послушных мальчиков и девочек. Давайте мальчики скажут сейчас: «Я хороший!» Молодцы! Теперь девочки: «Я хорошая! Умницы! И все вместе: «Мы хорошие!».

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

Все прощаются до следующей встречи.

После детско-родительского занятия «Непослушные мышата» с родителями и воспитателями рекомендуется провести беседу на тему — «Кризис трёх лет. Как ладить с малышом».

Занятие 7

«КОЛОБОК»

Задачи:

-сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества;

-снятие страхов перед сказочными героями;
-развитие общей и мелкой моторики, координации движений;
-развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительно
го, обонятельного);
развитие пространственных представлений;
развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

Куклы бибабо(персонажи сказки «Приключения Колобка»);
матерчатый мешочек;
фрукт и овощ;
пластилиновый шарик (для каждого ребенка);
дидактический набор «Мисочки»;
деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик (соразмерные по величине);
спортивный инвентарь: дорожки с разнофактурной поверхностью, гимнастические бревна,
гимнастическая скамейка, обруч.

Ход занятия

Приветствие.

Психолог рассказывает и инсценирует (с помощью игрушек) сказку «Приключения Колобка». Дети повторяют показанные психологом движения.

- Жили-были старик со старухой. Вот просит старик; «Испеки мне, старая, колобок».

Старуха намела муки (выполняют плавные движения кистями рук к себе), наскребла соли (медленно сжимают и разжимают кулаки), посолила (собирают пальцы в щепоть, «солят» правой, левой, обеими руками), помешала тесто (круговые движения в разных направлениях правой, левой и обеими руками), слепила колобок (имитируют лепку колобка), покатала (выполняют круговые движения одной ладонью над другой по часовой стрелке, против часовой стрелки, меняют руки и повторяют движения), маслом помазала (глядят одной ладонью другую), в печку жаркую поставила (дышат на ладони теплым воздухом)

и положила остудить на окошко (дуют на ладони). Надоело колобку лежать: он и покатился с окна на завалинку, с завалинки на травку, с травки на дорожку.

— Катится колобок к лесу через поле (ложатся на ковёр и катятся, «как бревнышки» с вытянутыми прямыми руками и ногами, выполняя 3-4 оборота вперед и назад). Прикатился к лесу, а там его уже заяц поджидает.

-Колобок. Колобок, отгадай мою загадку, а не то я тебя съем.

«Зайчик» рассказывает, что любит есть свежие овощи и фрукты, потому что они вкусные и полезные. Предлагает детям с закрытыми глазами попробовать его угощение и отгадать, что они съели. Дети выполняют задание, а затем рассматривают фрукт (овощ) и отвечают на вопросы: какой этот фрукт (овощ): кислый или сладкий? мягкий или твердый? сочный или нет? какого он цвета, формы? какой он на ощупь? есть ли у него запах?

На каждом из повторных занятий детям дают попробовать фрукт и овощ, на пример: яблоко и капусту, грушу и огурец, банан и морковь, апельсин и сладкий перец.

- Поблагодарил колобок зайца за угощение, попрощался с ним и покатился дальше по лесной тропинке (снимают обувь и идут по дорожкам с разнофактурной поверхностью), перекатился через поваленные ветром деревья (перешагивают через гимнастические бревна), перебрался по кочкам через болото (прыгают на двух ногах с продвижением вперед), не заметил ямку и упал в нее (поочередно прыгают в обруч, лежащий на полу, и приседают на корточки), вылез из ямки, а тут уж его волк поджидает.

- Колобок, колобок, никто со мной не дружит и играть не хочет, зайцы разбегаются, птицы разлетаются. Скучно мне одному в лесу, грустно!

- Не грусти, волк, давай с тобой в прятки поиграем.

Многие малыши боятся волка. Используя этот диалог, психолог старается снять чувство страха и заменить его на удивление, жалость, стремление помочь волку.

Психолог раздает детям пластилиновые шарики («колобки») и мисочки-вкладыши, обращая внимание на их размер, например:

- У Миши самая маленькая мисочка, у Кати побольше, у Сережи еще больше, а у Алины - самая большая.

Психолог предлагает детям спрятать колобков в мисочки.

Дети выполняют задание.

- Не может волк найти колобков. Он устал, огорчился. Давайте поможем волку, - скажем где спрятались колобки. Правильно, ребята, в мисочке.

В аналогичной игровой ситуации можно закрепить навыки использования других предлогов {под, за, на, перед, около}.

Психолог, собирая пластилиновые шарики и мисочки, вновь обращает внимание детей на их размер, например:

У Алины самая большая мисочка, у Сережи поменьше, у Кати - еще меньше, а у Миши - самая маленькая!

Волку понравилось играть с колобком, подружился он с ним. Но, что подделаешь, — надо прощаться.

Дети прощаются с волком, говорят ему хорошие слова, успокаивают его, обещают, что будут с ним дружить.

- Простился колобок с волком и покатился дальше по лесной тропинке (двигутся на четвереньках по дорожкам с разнофактурной поверхностью), пролез сквозь заячью нору (на четвереньках пролезают в обруч, поднятый над полом на 10-15 см), перебрался по мостику через речку (на четвереньках проходят по гимнастической скамейке), а на другом берегу реки его медведь поджидал.

- Колобок, колобок, проголодался я, ни одного гриба в лесу не нашел, вот я тебя и съем!

— Не ешь меня, медведь, я тебе грибы помогу найти. Психолог показывает детям маленькие деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик.

На последующих занятиях вместо шарика и кубика можно использовать сходные на ощупь предметы, например: елочку и матрешку.

Дети рассматривают и ощупывают игрушки. Затем психолог складывает игрушки в матерчатый мешок и просит детей найти для медведя грибок. Дети поочередно опускают руку в мешочек, и отыскав грибок среди других игрушек, угощают медведя. «Медведь» благодарит детей и отпускает колобка.

Катится, катится колобок, вдруг видит – перед ним река, а мостика нигде нет. Придется переплывать реку.

Дети ползут по ковру. Если у ребенка не получается ползти, взрослый подставляет ему под пяточки ладони, чтобы он мог отталкиваться от них, координирует его движения, чтобы одновременно сгибались и отталкивались сначала правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога. Как только переплыл колобок речку, сразу с лисой встретился.

- Колобок, колобок, я тебя съем!

- Не ешь меня, лиса, я тебе песенку спою и в интересную игру играть научу. Кто дольше молчать будет - тот и победит.

Все садятся на стульчики и поют песенку, выполняя описанные в ней движения.

Пальчик о пальчик: тук-тук-тук,

Ладонки, ладошки: хлоп-хлоп-хлоп,

Кулачками, кулачками: стук-стук-стук.

Локотками, локотками: цок-цок-цок,

Ножками, ножками: топ-топ-топ,

Ротик закроем, немножко помолчим!

Психолог выдерживает паузу и говорит:

— Понравилась лисе песенка, не удержалась она и принялась нахваливать колобка. Не смогла лиса промолчать и пришлось ей отпустить колобка.

«Лиса» прощается с детьми.

- Веселая прогулка получилась у колобка. Не пора ему к дедушке и бабушке возвращаться. Давайте на прощание споём ему песенку.

Один из детей берет колобка и садится на колени. Психолог и остальные дети, взявшись за руки, водят вокруг него хоровод и поют.

Колобок, колобок,

Тоненькие ножки,
Колобок, колобок,
Новые сапожки.

Мы тебя кормили, Прикладывают руки груди, затем протягивают их к сидящему в центре ребёнку

Мы тебя поили, Повторяют те же движения.

На ноги поставили, Помогают подняться сидящему в центре ребёнку

Танцевать заставили! Танцуют и хлопают в ладоши.

Танцуй, танцуй

сколько хочешь!

Выбирай, кого захочешь! «Колобок» выбирает одного из детей.

Игра повторяется два раза.

Чтобы каждый ребенок побывал в роли Колобка, можно посадить в круг сразу двух или трех детей.

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

- Колобок торопится вернуться домой к бабушке и дедушке. Давайте скажем колобку: «Спасибо! Приходи к нам ещё!»

На повторных занятиях детям предлагается:

раскрасить дорожку, по которой катился колобок; скатать колобков из жёлтого пластилина.

Занятие 8

«МАМА-КОШКА И ЕЁ ДЕТКИ»

Задачи:

-формирование положительной самооценки;

-развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга;

-снятие мышечного напряжения;

-развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость);

-развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки;

-развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле,

развитие пространственных представлений;

развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

магнитофон, кассета «Голоса животных и птиц»; жёлтые, красные, синие, зелёные бабочки размером с детскую ладошку (по количеству детей); игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цветов.

Ход занятия

Приветствие

Психолог подходит к магнитофону и говорит:

-Сейчас я включу магнитофон, а вы отгадайте, кто с вами «разговаривает».

Психолог включает аудиозапись «Кошка», потом –« Кошка и котёнок»

Дети высказывают свои догадки.

-Правильно, вы отгадали, это мяукают кошка и котенок. У кошки голос низкий, а у котенка - высокий, тоненький, он почти пищит. Попробуем помяукать, как кошка и как котенок.

Дети выполняют задание.

- Давайте поиграем, я буду мамой-кошкой, а вы - котятами.

Чтобы дети лучше вошли в образ, можно нарисовать им косметическими карандашами розовые носики и черные усики.

- Котята, скоро мы пойдем гулять во двор. Во дворе живет собака, вы должны уметь защищаться. Сейчас мы будем учиться шипеть и выпускать коготки.

Все садятся на корточки, сжимают пальцы в кулаки, произносят: «Ш-ш-пг», затем разжимают кулачки, разводят пальцы («показывают коготки») и произносят: «Мяу».

Упражнение повторяется 2-3 раза.

- Пора выходить на прогулку. Будьте внимательны, а когда услышите слово «собака», защищайтесь, как я вас учила.

Дети ходят на четвереньках по группе. По сигналу «Собака!» дети выполняют вышеописанное упражнение.

Игра повторяется 2-3 раза.

Психолог предлагает детям поидти к нему, показывает бабочек и говорит:

- Посмотрите, котят, какие к нам прилетели бабочки. Давайте рассмотрим их. Эта бабочка жёлтая как солнышко. А эта какого цвета? Правильно, синяя, как колокольчик. И т.п.

Желательно, чтобы в поле зрения детей находились разноцветные предметы или картинки, с которыми они могли бы соотносить цвета бабочек.

Психолог дает бабочку каждому бабочку и говорит:

- Бабочки хотят поиграть. Встаньте в круг.

Дети, держа бабочек перед собой, встают в широкий круг и вслед за психологом произносят слова:

Бабочка, лети, лети, лети Лети, лети, лети!	Медленно выполняют произвольные движения рукой,
На головке (плече и т.д.) отдохни!	В которой находится бабочка (имитация полёта бабочки), и следят за ней глазами.

Игра повторяется 2-3 раза.

На последующих занятиях можно предложить детям держать бабочку левой рукой или обеими руками одновременно.

- Психолог предлагает детям сесть на колени и говорит:

- А теперь попробуйте поймать бабочку, не вставая с места.

Психолог поочередно подходит к каждому ребенку и, держа у него над головой бабочку, предлагает дотянуться до нее. Дети стараются дотянуться до бабочки правой, левой и обеими руками.

- После растяжек дети, передвигаясь на четвереньках, пытаются догнать психолога, который держит бабочку на расстоянии одного-двух шагов от них. (На детско-родительском занятии упражнение с детьми выполняют родители).

- Котят заигрались с бабочкой и не заметили, как убежали из своего двора.

Они потерялись. Уже наступал вечер. Котят замерзли (дети съеживаются), проголодались (поглаживают животики). Где-то неподалеку залаяли собаки (тревожно оглядываются по сторонам). Им стало страшно.

«Где же наша мама?» - спрашивают котят (разводят руками, спрашивают: «Где же наша мама?», говорят, что им страшно).

- Вдруг котят услышали мяуканье мамы-кошки. Они очень обрадовались (изображают чувство радости).

- Котят побежали на мамин голос (передвигаются на четвереньках). Но вот перед ними ручей (останавливаются), а мама кошка стоит за ручьем (мяукают).

Котят потрогали лапкой воду («трогают воду» руками и ногами) – холодный ручей («стряхивают холодные капельки»), смотрят вниз (опускают голову вниз) - глубокий ручей (качают головой), посмотрели на другой берег (подносят руку к глазам, всматриваются вдаль) - широкий ручей (качают головой). Расстроились. загрустили котят (изображают грусть). «Что же нам делать?» - думают они (разводят руками, спрашивают: «Что же нам делать?»).

- Вы сможете переплыть ручей! Плывите ко мне! Смелее!

Один из детей ложится на животик и ползет к психологу (4-5 метров). Все его подбадривают. Психолог садится на колени, раскрывает объятия и встречает ребенка. Ребенок говорит: «Я молодец, я переплыл ручей!»

Упражнение выполняется поочередно всеми детьми. На детско-родительском занятии дети ползут к своим родителям

-Какие у меня смелые, храбрые котят! Я вами горжусь! Я вас очень люблю! Все обнимаются, радуются, веселятся.

Вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

- Вот и пришло время прощаться. Котята превращаются в мальчиков и девочек. Давайте скажем друг другу: «Спасибо! До свидания!»

На повторных занятиях детям можно предложить: перейти ручей по тонкой веточке (дети идут по веревочке, скакалке); перейти ручей по бревнышку (скамейке) с открытыми, а затем с закрытыми глазами (с поддержкой).

Занятие 9

«МУЗЫКАНТЫ»

Задачи:

- создание положительной эмоциональной обстановки;
- сплочение группы, отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом музыки и текста;
- развитие образности слухового восприятия;
- развитие слуховой и зрительной памяти;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

ширма;

игрушки: заяц, медведь (слон, кот и кукла); игрушечные музыкальные инструменты: барабан, гусли, труба, гармошка, пианино.

Ход занятия

Приветствие.

Психолог говорит:

- Сегодня к нам в гости придут музыканты. Знаете ли вы, что делают музыканты? На каких музыкальных инструментах они играют?

Из-за театральной ширмы показывается заяц с барабаном.

- Ребята, кто к нам пришел? Какой музыкальный инструмент принес заяц?

Психолог просит зайца изобразить игрой на барабанах тяжелые, медленные шаги медведя, быстрые прыжки зайчика, бег осторожной мышки, стук в дверь, шум дождя и т.п.

«Заяц» воспроизводит разные ритмические рисунки, дети стараются запомнить их. Психолог предлагает «зайцу» еще раз сыграть на барабанах, а детям - отгадать (или придумать), кого (что) он изображает с помощью звуков.

Психолог подчеркнуто грубо обращается к зайцу:

- Ну-ка, Заяц, дай мне барабан!

«Заяц» не отдает барабан.

- Ребята, заяц не хочет мне отдать барабан! Наверное, я забыла сказать «волшебное» слово? Кто может вежливо попросить зайку?

Дети вежливо просят у зайца барабан, поочередно пробуют играть на нем, благодарят зайца.

Аналогично психолог знакомит детей с другими «музыкантами» (медведь-гармошка, слон — труба, кот — гусли, кукла — пианино). На первом занятии лучше познакомить детей с двумя-тремя инструментами, потом от занятия к занятию увеличивать их количество. Когда дети запомнят названия этих инструментов и научатся различать их на слух, можно будет ввести новые, например: бубен, колокольчики, металлофон, деревянные ложки и др.

Психолог прячет игрушки за ширму и предлагает детям отгадать, какой инструмент звучит, вспомнить, кто на нём играет.

— Давайте вежливо попросим у Мишки гармошку и поиграем в игру, которая называется «Антошка».

Ребенок, изображающий «Антошку», берет гармошку. Остальные дети встают вокруг него.

Психолог напевает песенку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Заводите хоровод вокруг гармошки, Посмотрите, как играет наш Антошка	Идут по кругу.
Топ-топ, ножки,	Топают ногами, стоя на месте.
Хлоп-хлоп ладошки,	Хлопают в ладоши, стоя на месте.
Выше ножки, выше ножки	Высоко поднимая колени, маршируют на месте.
Громче бей в ладошки.	Хлопают в ладоши, стоя на месте.

«Антошка» передает гармошку другому ребенку, игра повторяется.

Психолог рассаживает игрушки перед детьми и говорит:

— Ребята, давайте на прощание покажем нашим гостям, как мы умеем играть на музыкальных инструментах и петь.

Дети садятся на стульчики и повторяют за психологов слова и движения.

На пианино ля-ля-ля, Шевелят пальцами

Так музыканты играют.

На барабанах: бам, бам, бам, Шлёпают ладонями.

Так музыканты играют.

А на трубе: ду-ду-ду, Так музыканты играют	Изображают игру на трубе
А колокольчики: динь, динь, динь Так музыканты играют	Встряхивают расслабленными кистями рук
А на гармошке: тра-ля-ля, Так в детском саду мы играем.	Сводят и разводят кулачки.

Игрушечные музыканты аплодируют, хвалят детей и прощаются.

- Ушли музыканты. Давайте вспомним, на каком инструменте играл заяц.

На чем играл мишка? (А кот? Кто помнит, на чем играл слон? А кукла?) Молодцы, ребята, все вспомнили!

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

Психолог говорит: — Наше занятие подошло к концу, до следующей встречи!

Занятие 10

«Дождик»

Задачи:

- создание положительной эмоциональной обстановки;
- сплочение группы, отработка умения согласовывать свои
- развитие общей и мелкой моторики:
- развитие внимания, речи и воображения.

Материал:

Для каждого ребёнка лист бумаги и фломастеры, карандаши.

Ход занятия:

Взрослый читает стихотворение:

Кап-кап, тук-тук –
Дождик по дорожке.

Ловят дети капли эти,
Выставив ладошки.
(Г.Бойко)

- А сейчас нарисуйте капельки дождя, взяв синий карандаш или фломастер.
Взрослый помогает маленьким детям.

«Украсим Ляле бантик»

Задачи:

- создание положительной эмоциональной обстановки;
- сплочение группы, отработка умения согласовывать свои
- развитие общей и мелкой моторики:
развитие внимания, речи и воображения.

Материал:

Бумажный силуэт зайчихи Ляли, на котором нарисованы лицо и яркое платье,
на голове – белый бант, фломастеры, карандаши.

Ход занятия:

Взрослый читает стихотворение:

Ляля в гости собралась,
Завязала бант большой.
Давайте бантик превратим
В яркий и цветной.

- Давайте украсим Ляле бантик разными цветами так как вы сможете.
- Какие красивые бантики у вас получились. Потанцуйте вместе со своей Лялей.
Взрослый включает музыку и дети танцуют.

Занятие 11

«Котёнок»

Задачи:

- создание положительной эмоциональной обстановки;
- сплочение группы, отработка умения согласовывать свои
- развитие общей и мелкой моторики:
развитие внимания, речи и воображения.

Материал:

Чистые листы бумаги, гуашь любого цвета.

Ход занятия:

Взрослый читает стихотворение:

Намочил котёнок лапки –
Он пошёл гулять босоё.
Не нашел себе он тапки
И скорей бежит домой.
(Н.Дубровская)

Дети окунают пальчики в гуашь и прикладывают к листу бумаги, оставляя «следы».

После того как порисовали, дети идут умываться, а взрослый им помогает, проговаривая слова:

Наши ручки рисовали,
Грязными от краски стали.
Ручки нужно нам помыть,
Полотенцем посушить.

Беседа с детьми

«Вместе весело шагать...»

Цель: познакомить детей с группой, игрушками, спальней, ванной комнатой.

Ход беседы:

1. Приветствие детей
2. Знакомство с игрушками в групповой комнате.
3. Поход в спальню, знакомство с кроватками.
4. Поход в ванную комнату, знакомство с полотенцами, умывальником, горшочками.

Дидактические, подвижные, пальчиковые игры , используемые во время режимных моментов, в работе в малых группах

«Ласковое имя»

Цель: помочь детям запомнить имена друг друга и установить контакт.

Ход игры: для детей младшего возраста – мы будем бросать мяч друг другу и скажем как нас зовут(если ребёнок не говорит, то помогает взрослый);

Для детей старшего возраста – вспомните, как вас зовут дома. Мы будем бросать мяч друг другу. И тот , к кому мячик попадёт, называет одно или несколько своих ласковых имен. Но важно не только назвать своё имя, но и запомнить каждого у нас, к кому попадёт мяч.

«Ладонь на ладонь»

Цель: развивать умение согласовывать действия с партнёром.

Ход игры: дети прижимают ладошки друг к другу и таким образом двигаются по комнате, где можно установить разные препятствия, которые пара должна преодолеть. Это может быть стул или стол, а может сооруженная ребёнком гора или река (детям младшего возраста этого не делать). В игре может участвовать взрослый-ребёнок.

«Сороконожка»

Цель: развивать умение согласовывать действия с партнёром.

Ход игры: в гости приходит зайчиха Ляля и что-то говорит взрослому на ушко, который сообщает детям, что зайчиха очень хочет поиграть. А вы хотите поиграть?

Все участники встают «паровозиком», держась друг за друга. Впереди взрослый, который держит Лялю. сороконожка начинает передвигаться по комнате и находит разноцветные мячи. – Посмотрите, сколько здесь разноцветных мячиков. Вот красный (показывает красный мяч), вот синий (показывает синий мяч), а это желтый (показывает). Красный мяч я дам Маше, синий - Диме (раздаем мячи) давайте поиграем мячами(дети вместе с зайчихой играют мячами). Ой, а где же наша сороконожка? Убежала? (снова все встают «паровозиком»).

«Зайка серенький сидит..»

Цель: развивать мелкую моторику рук.

Ход игры: взрослый рассказывает стихотворение и показывает действия руками. Затем дети повторяют за взрослым.

Зайка серенький сидит и ушами шевелит
руках

Вот так, вот так и ушами шевелит

Зайке холодно сидеть,

как будто нам холодно

Надо лапочки погреть

Вот так, вот так надо лапочки погреть

Зайке холодно стоять,

как будто нам холодно

Надо зайке поскакать

Зайку волк испугал,

Зайка тут же убежал.

Сжимаем и разжимаем пальцы на

Прижимаем руки к груди и делаем

Гладим руки по тыльной стороне.

Прижимаем руки к груди и делаем

Скачем на месте

Прячем глаза руками

«Солнце или дождик?»

Цель: развивать внимание детей, умение действовать по команде.

Ход игры: цветы разложены на полу, у взрослого в руках зонтик.

- Дети мы сейчас с вами пойдём гулять. Дождя нет, погода хорошая, светит солнышко, и можно собирать цветы (дети ходят по комнате, собирают цветы. Взрослый начинает стучать в бубен).

- Ой, дождик пошёл, бегите под зонтик, а то намочите ножки!

Игра повторяется несколько раз.

«Матрёшка»

Цель: развивать мышление

Ход игры: мы сейчас построим из кубиков лесенку, а на самую верхнюю ступеньку поставим матрёшку.

- Помогите матрёшке спуститься с лесенки.

- Помогите матрёшке подняться на лесенку

- Помогите матрёшке спуститься с лесенки и покатайте матрёшку на машине.

Можно придумать другие задания.

«Зайка»

Цель: развивать речь.

Ход игры: дети и взрослые встают в круг и выполняют действия, соответствующие тексту.

Заинька-зайка,
Маленький зайка,

Дети прыгают, поджав руки, имитируя зайку.
Садятся на корточки, показывают, какие они маленькие.

Длинные ушки,
Быстрые ножки.

Приставляют ладошки к голове.
Бегут.

Заинька-зайка,
Маленький зайка,
Деток боишься,
Зайка-трусиска.

Движения повторяются.
Обхватывают себя руками, изображая страх, «дрожат».

«Пропавший» малыш»

Цель: развивать координация движений.

Ход игры: взрослый проговаривает текст, дети повторяют и выполняют соответствующие движения

У меня пропали руки.
Где вы, рученьки мои?
Раз, два, три, четыре, пять –
Покажитесь мне опять.

Руки за спиной.

Показывают руки.

У меня пропали уши.
Где вы, ушеньки мои?
Раз, два, три, четыре, пять –
Покажитесь мне опять.

Уши закрывают ладошками.

Показывают уши.

У меня пропали глазки.
Где вы, глазоньки мои?
Раз, два, три, четыре, пять –
Покажитесь мне опять.

Глаза закрывают ладошками

Убирают ладошки от глаз.

«Пальчики»

Цель: развивать мелкую моторику

Ход игры: взрослый проговаривает текст, сопровождая его движениями, а дети повторяют.

Этот пальчик – самый большой,
массируя.

Самый весёлый, самый смешной!

Этот пальчик – указательный

Он солидный и внимательный.

Этот пальчик средний,

Ни первый, ни последний.

Этот пальчик – безымянный.

будто он не хочет каши.

Он не любит каши манной.

Самый маленький – мизинчик,
хочет убежать от остальных пальцев

Любит бегать в магазинчик!

Показывает большой палец , слегка

Массируем указательный палец.

Отгибаем средний палец.

Сгибаем безымянный палец, как

Оттопыриваем мизинец, будто он

Песочная терапия

«Игра с песком», «Песочные следы», «Найди игрушку в песке»

Цель: способствовать благоприятному течению адаптации с помощью песка.

Материал: песок, игрушки мелкие

Ход игры: взрослый читает стихотворение:

Что нужно для игры в песок?

А нужно в сущности так мало:

Любовь, желанье, доброта,

Чтоб вера в детство не пропала.

(Т.Грабенко)

Затем предлагает детям разные манипуляции с песком: построить фигурки, сделать следы, отпечатки пальцев, кулачков, ладоней, поиграть пальцами по песку, найти игрушки в песке и т.д.

Релаксационные упражнения

“Муравей”

Представьте себе, что вы сидите на полянке, ласково греет солнышко. На пальцы ног залез муравей. С силой натянуть носки на себя, ноги напряжены, прямые. Прислушаемся, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Сбросим муравья с ног (на выдохе). Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают (повторить 2-3 раза).

“Улыбка”

Представьте себе, что вы видите перед собой на рисунке красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой улыбке. Улыбайтесь в ответ солнышку и почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться пошире. Растягиваются ваши губы, напрягаются мышцы щек... Дышите и улыбайтесь..., ваши руки и ладони наполняются улыбающейся силой солнышка (повторить 2-3 раза).

“Солнечный зайчик”

Представьте себе, что солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щеках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги. Он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник – он ловит и ласкает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним (повторить 2-3 раза).

“Пчелка”

Представьте себе теплый, летний день. Подставьте солнышку ваше лицо, подбородок тоже загорает (разжать губы и зубы на вдохе). Летит пчелка, собирается сесть кому-нибудь на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Прогоняя пчелку можно энергично двигать губами. Пчелка улетела. Слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух (повторить 2-3 раза).

“Бабочка”

Представьте себе теплый, летний день. Ваше лицо загорает, носик тоже загорает – подставьте нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка, выбирает, на чей нос сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу вверх, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания). Прогоняя бабочку

можно энергично двигать носом. Бабочка улетела. Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе) (повторить 2-3 раза).

“Солнышко и тучка”

Представьте себе, что вы загораете на солнышке. Но вот солнце зашло за тучку, стало холодно – все сжались в комочек чтобы согреться (задержать дыхание). Солнышко вышло из-за тучки, стало жарко – все расслабились (на выдохе). Повторить 2 – 3 раза.

Ожидаемые результаты:

-преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;

-снятие эмоционального и мышечного напряжения;

-снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;

- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;

- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;

- развитие чувства ритма, общей мелкой моторики, координации движений;

- развитие игровых навыков, произвольного поведения

-обучение воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период;

-формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей.