

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
«Детский сад № 39 «Малышок»  
(МАДОУ № 39)

УТВЕРЖДАЮ:



Мини-проект: «Адаптация детей к детскому саду»

Выполнила:

Воспитатель 1 к.к  
Плахова Т.Н.

п. Большой Исток, 2025 г.

**Тип проекта:** среднесрочный.

**Участники проекта:**

Воспитатель первой младшей группы., музыкальный руководитель, дети первой младшей группы и их родители.

**Сроки реализации:** Сентябрь – октябрь

**Цель проекта:** помочь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

**Задачи для воспитателей:**

- преодоление стрессовых состояний у детей раннего и младшего возраста в период адаптации к детскому саду;
- разработка и реализация воспитателями методов проведения групповых занятий в адаптационный период;
- формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей.

**Задачи для комплексного развития детей:**

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;

**Проблема:** как облегчить адаптацию детей к детскому саду?

**Актуальность проекта:** Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к её условиям. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать как в растительном, так и в животном мире. Адаптация является активным процессом, приводящим к позитивным (адаптированность), т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатом, или негативным (стресс). При этом выделяются две основные критерии успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворённость) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования). С приходом в ясли у ребёнка начинается новый этап в его жизни. Педагоги и родители должны помнить, что упущенное в воспитании малыша ничем потом не восполнишь.

«Ранний детский возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие», отмечает В.С. Мухина.

**Планируемые результаты:**

- Снижение заболеваемости у детей в период адаптации к детскому саду.
- Привлечение родителей детей первой младшей групп к осознанному воспитанию своих детей, совместно с воспитателями ДОУ.
- Становление партнёрских, доверительных отношений между ДОУ и семьями воспитанников.
- Создание открытой системы взаимодействия участников образовательного процесса в ДОУ.

**Этапы проекта:**

**1. Организационный этап:**

- подбор методической, художественной литературы, иллюстрационных материалов, дидактических игр;
- разработка конспектов адаптационных занятий, совместных мероприятий с родителями и консультаций для родителей;
- пополнение предметно-развивающей среды группы младшего возраста;
- разработка информационного материала для родительского уголка о проведении проекта;

**2. Основной этап:**

- реализация проекта в соответствии с планом.

**3. Итоговый этап:**

- анализ проведенной работы;
- диагностика адаптации детей к условиям ДОУ;
- презентация проекта для педагогов и родителей;
- публикация проекта на интернет-сайте.

**Формы работы с детьми:**

- Непосредственно-образовательная деятельность;
- Цикл подвижных игр;
- Игры со строительным материалом;
- Чтение художественных произведений;
- Художественное творчество: рисование, лепка, конструирование по материалам литературных произведений;
- Книжный уголок: подборка книг;
- Проведение адаптационных игр.
- Рассматривание иллюстраций, наборов открыток к темам: «Дети в детском саду», «Как мы играем»;
- Проведение пальчиковых, подвижных, сюжетно-ролевых игр:

**Формы работы с родителями:**

1. Консультирование - повышение психолого-педагогической компетенции родителей в вопросах воспитания, обучения и развития детей раннего возраста в период адаптации. Консультации на тему:

- «Адаптация ребёнка в детском саду. Адаптационный период»;
- «Что нужно знать родителям, когда ребенок приходит в детский сад»;
- «Моменты утреннего расставания»;
- «Привитие культурно-гигиенических навыков».

Адаптация – процесс развития приспособительных реакций организма в ответ на новые для него условия. Целью этого процесса является адекватное реагирование на колебания разных факторов внешней среды.

Существует 3 степени адаптации: лёгкая, средняя и тяжёлая.

Длительность адаптации:

- с 1 до 15 дней – лёгкая степень;
- от 15 до 25 дней – средняя степень тяжести;
- более 25 дней – тяжелая степень.

Степень адаптации учитывается по таким параметрам:

1. Эмоциональное состояние ребёнка.
2. Социальные контакты ребёнка.
3. Сон ребёнка.
4. Аппетит ребёнка.

**Этапы реализации проекта.**

Этап (сроки)	Основные направления реализации проекта (мероприятия)	Материалы и средства реализации проекта
<b>1 этап.</b> Подготовительный (организационный) сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучение нормативно-правовых документов; анализ современных программ и технологий по адаптации детей</li> <li>• Знакомство с семьей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• План совместной деятельности педагога с детьми;</li> <li>• Показатели адаптации;</li> <li>• План работы с родителями;</li> <li>• Создание РППС в группе: - картотеки;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Анкетирование родителей по данной проблеме</li> <li>• Анализ состояния здоровья поступающих детей (совместно с медсестрой ДОУ).</li> <li>• Создание естественной стимулирующей среды в соответствии с ФГОС ДО в группе.</li> <li>• Родительское собрание «Адаптация детей к условиям детского сада»</li> </ul>	- пополнение Центров активности.
<b>2 этап.</b> Основной (адаптационно-исследовательский) сентябрь - октябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство детей с детским садом, друг с другом. Ежедневно, последовательно вводить правила поведения в группе и приучения к режиму дня. Систематично проводить адаптационные игры и мероприятия с детьми. Применение здоровье сберегающих технологий.</li> <li>• Диагностика нервно-психического развития ребенка</li> <li>• Проведение консультаций, анкетирование.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Диагностика (мониторинг) детей;</li> <li>• Ведение ежедневного планирования выполнение его;</li> <li>• Режим дня;</li> </ul>
<b>3</b> Этап. Заключительный (результативность) октябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определение уровня адаптации детей;</li> <li>• Проведение итогов адаптации в виде проекта.</li> </ul>	

#### План работы по адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада.

Месяц, тема	Содержание работы	Работа с детьми	Работа с родителями
Сентябрь 1 неделя Божья коровка	<p>Игра-хоровод «Божья коровка, Давайте познакомимся!».</p> <p>Цель: формирование эмоционального контакта.</p> <p>Упражнение «Приветствие, знакомство с божьей коровкой».</p> <p>Цель: создание положительного эмоционального настроя.</p> <p>Упражнение «Божья коровка, улети на небо».</p> <p>Цель: развитие координации движений, ориентации в собственном теле.</p> <p>Игра «Согреем божью коровку»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Установление контакта с ребёнком через родителя,</li> <li>- Знакомство детей с детским садом.</li> <li>- Ребёнок завтракает и остаётся на 2- 3 часа без родителей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Знакомство с воспитателем.</li> <li>- Заполнение дневника безопасности ребёнка, анкеты «Давайте познакомимся».</li> </ul>

	<p>Цель: развитие речи, воображения. Игра: «Превращение в божьих коровок».</p> <p>Цель: развитие воображения, координации движений, ориентации в собственном теле.</p> <p>Игра «Божьи коровки и ветер».</p> <p>Цель: снижение психического напряжения, развитие умения действовать соответственно правилам игры.</p> <p>Упражнение: «Выбери маленькие игрушки для божьей коровки».</p> <p>Цель: развитие зрительного восприятия, внимания.</p>		
2 неделя Листопад	<p>Игра-хоровод «Продолжаем знакомиться!».</p> <p>Цель: формирование эмоционального контакта.</p> <p>Упражнение «Мы идем в осенний лес».</p> <p>Цель: развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп; развитие слухового внимания.</p> <p>Игра «Дождик и солнышко»</p> <p>Цель: развитие у детей слухового внимания, быстроты реакции.</p> <p>Упражнение «Мы – кленовые листочки»</p> <p>Цель: развитие воображения, речи, снижение импульсивности.</p> <p>Упражнение «Приветствие».</p> <p>Цель: формирование эмоционального контакта.</p> <p>Упражнение «Мы идем в осенний лес».</p> <p>Цель: развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп; развитие слухового внимания.</p> <p>Игра «Дождик и солнышко»</p> <p>Цель: развитие у детей слухового внимания, быстроты реакции.</p> <p>Упражнение «Мы – кленовые листочки»</p> <p>Цель: развитие воображения, речи, снижение импульсивности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ребёнок с родителями постепенно входит в группу детского сада.</li> <li>Ребёнок привыкает к новому помещению и новым взрослым.</li> <li>- Ребёнок обедает и остаётся на 3- 4 часа без родителей.</li> </ul>	Родительское собрание
3 неделя Мячик	<p>Упражнение «Приветствие».</p> <p>Цель: формирование эмоционального контакта.</p> <p>Упражнение «Мой весёлый звонкий мяч».</p> <p>Цель: сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками.</p> <p>Игра «Разноцветные мячики».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ребёнок остаётся на сон, но сразу после сна его забирают родители.</li> </ul>	Консультации, индивидуальные беседы.

	<p>Цель: повышение эмоционального тонуса, развитие быстроты реакции. Игра «Найди мячик».</p> <p>Цель: развитие тактильного восприятия, речи. Игра «Прятки».</p> <p>Цель: повышение эмоционального тонуса, развитие ориентации в пространстве. Игра «Найди мячик».</p> <p>Цель: развитие тактильного восприятия, речи.</p>		
4 неделя Прогулка в осенний лес	<p>Упражнение «Ласковое имя». Цель: создание положительного эмоционального настроя.</p> <p>Упражнение «По ровненькой дорожке». Цель: развитие слухового внимания, произвольности.</p> <p>Игра «Найди ёжика». Цель: развитие ориентации в пространстве.</p> <p>Игра «Ёжики колючие». Цель: развитие способности быстро реагировать на меняющуюся ситуацию.</p> <p>Упражнение «Погладь ладошку». Цель: создание положительного эмоционального настроя.</p> <p>Упражнение «По ровненькой дорожке». Цель: развитие слухового внимания, произвольности.</p> <p>Игра «Песенка для ёжика». Цель: развитие памяти, речи, воображения; развитие эмпатии.</p> <p>Игра «Разноцветные листочки». Цель: развитие способности различать цвета, соотносить предметы по цвету, развитие пространственных представлений.</p>	<p>- Ребёнок остаётся на целый день. На данном этапе ребёнка постепенно приучаем к режимным моментам детского сада.</p>	Консультации, индивидуальные беседы.
Октябрь 1 неделя Веселый Петрушка	<p>Игра «Карусели». Цель: развитие слухового внимания, произвольности, двигательной активности.</p> <p>Игра «Где же наши ручки». Цель: развитие умения согласовывать свои действия с ритмом стихотворения, с действиями других.</p> <p>Упражнение «Приветствие Петрушки». Цель: создание положительного эмоционального настроя.</p> <p>Игра «Веселый Паровоз». Цель: развитие слухового внимания, произвольности.</p>	<p>- Отсутствие родителей в течения дня.</p> <p>- Новые требования к поведению.</p> <p>- Постоянный контакт со сверстниками.</p> <p>- Знакомство детей друг с другом.</p> <p>- Сенсорные игры,</p>	<p>- Буклет на тему «Адаптация без слёз».</p> <p>- Беседа с родителями на тему «Как правильно вести себя родителям с ребёнком в первые дни посещения детского сада».</p>

	<p>Игра «Прыгай, прыгай веселей». Цель: развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стихотворения.</p> <p>Игра «Затейники». Цель: развитие чувства уверенности, развитие воображения, двигательной активности, умения согласовывать свои действия с действиями других.</p>	<p>пальчиковые игры с детьми, телесная терапия.</p>	
2 неделя Зайка	<p>Упражнение «Приветствуем Зайку». Цель: создание положительного эмоционального настроя.</p> <p>Игра «Зайка беленький сидит». Цель: снижение психического напряжения, развитие общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле.</p> <p>Игра «Лиса и Заяц». Цель: создание положительного эмоционального настроя в группе, развитие памяти, внимания.</p> <p>Игра «Дети по лесу гуляли». Цель: развитие способности к целенаправленным действиям.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Осуществление индивидуального подхода к каждому ребёнку.</li> <li>- Чтение потешек, прибауток.</li> <li>- «Обнималки» - телесная терапия.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Консультации для родителей.</li> <li>- Изготовление папки передвижки «Адаптация к детскому саду».</li> </ul>
3 неделя Волшебная группа	<p>Упражнение «Сказочное Приветствие». Цель: создание положительного эмоционального настроя.</p> <p>Игра «В нашей группе...» Цель: создание положительного эмоционального настроя в группе, развитие памяти, внимания.</p> <p>Игра «Дети по сказочному лесу гуляли». Цель: развитие способности к целенаправленным действиям.</p> <p>Игра «Найди волшебную игрушку». Цель: развитие ориентации в пространстве.</p> <p>Игра «Кто живет в Теремке?». Цель: развитие способности к целенаправленным действиям.</p> <p>Упражнение «Пальчики у нас попляшут». Цель: развитие мелкой моторики, речи детей.</p> <p>Игра «Подарки». Цель: развитие выразительности движений, двигательной активности, воображения.</p> <p>Игра «Чудесный мешочек». Цель: развитие тактильного восприятия, внимания, речи.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие культурно-гигиенических навыков.</li> <li>- Слушание спокойной музыки.</li> <li>- Игры-занятия: «Уложим куклу спать», «Оденем куклу», «Научим куклу раздеваться».</li> <li>- Подвижные игры: «Зайка серенький сидит», «Солнышко и дождик», «Ровным кругом»</li> <li>- «МишкаЛ-игровая деятельность.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Анкетирование родителей «Как прошла адаптация в ДОУ».</li> <li>- Родительское онлайн-собрание по итогам адаптации.</li> <li>- Презентация «Адаптация ребёнка к детскому саду».</li> </ul>

		- «Обнималки»- телесная терапия.	
4 неделя Мишка	<p>Упражнение: «Знакомство с Мишкой». Цель: создание позитивного настроя. Игра «Разбуди медвежонка». Цель: сплочение группы, развитие эмпатии.</p> <p>Упражнение: «Как под горкой снег лежит». Цель: отработка умения согласовывать свои действия с ритмом текста, развитие моторики, речи.</p> <p>Игра: «У медведя во бору». Цель: развитие умения согласовывать свои действия с правилами игры, быстроты реакции.</p> <p>Упражнение: «Мишка косолапый». Цель: сплочение группы, развитие эмпатии, снятие эмоционального и мышечного напряжения.</p> <p>Чтение стихотворения А. Усачёва «Мишка косолапый» с рассматриванием иллюстраций и кратким обсуждением. Цель: развитие восприятия, внимания, речи детей.</p> <p>Упражнение: «Угощение для мишкки». Цель: развитие эмпатии, мелкой моторики, воображения.</p> <p>Игра «Кто пришёл, что принёс». Цель: развитие образности слухового восприятия, воображения.</p> <p>Игра «Отгадай-ка». Цель: развитие внимания, памяти, речи.</p>	<p>- «Осеннее дерево» - игровая деятельность по изо.</p> <p>- «Музыканты, погремушки» - игровая деятельность.</p> <p>- «У меня игрушки есть, все их мне не перечесть» - игровая деятельность с игрушками.</p> <p>«Улыбка», «Пчёлка» - релаксационные упражнения.</p>	Консультации по КГН, беседы по индивидуальным запросам.

#### **Ожидаемый результат:**

1. Будут преодолены стрессовые состояния у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду
2. Будет развит навык взаимодействия детей друг с другом с учетом возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка.
3. Будет развит игровой навык, произвольного поведения.
4. Будет организована работа по формированию активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей; повышению коммуникабельности между родителями.
5. Повысится профессиональная компетентность педагогов по вопросам адаптации детей к детскому саду.

#### **Выводы о результате проекта.**

Этот проект даёт возможность:

- активизировать детей в игровой и продуктивной деятельности;
- развивает речь, коммуникативные навыки ребенка;
- развивает творческие, познавательные, двигательные, музыкально-художественные способности ребенка;
- даёт широкие возможности адаптации детей к новым социальным условиям.

**Список литературы:**

1. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста в условиях ДОУ. Практическое пособие. – Воронеж: Учитель, 2004.
2. Волосова Е. Развитие ребёнка раннего возраста (основные показатели). – М.: Линка-Пресс, 1999.
3. Губа Г.И. Комплексные развивающие занятия для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет. Учебно-методическое пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2004.
4. Павлова С.В., Савинцева Е.А. Комплексные развивающие занятия для детей раннего возраста. Детский клуб «Умка». – Учебно-методическое пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2010. – 80с.
5. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. – М.: ООО «Национальный книжный центр», 2012. – 72с.
7. Янушко Е.А. Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста. – М.: Мозаика-синтез, 2011. – 56с.