

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности  
по познавательно-речевому развитию воспитанников № 131

## ПРОЕКТ ПО АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА



**«Адаптируемся, играя»**

РАССМОТРЕНО:  
На Педагогическом совете  
Протокол заседания № 1  
30 августа 2023 г.

**Автор проекта:**  
**Аmineva Regina Ramazanovna**  
**воспитатель**  
**МАДОУ детского сада № 131**

**г. Екатеринбург, 2023 г.**

Адаптационный период – это очень серьёзное испытание для ребёнка младшего дошкольного возраста, так как из привычной родной семейной обстановки малыш попадает в новые неизвестные для него условия. Поэтому на этом этапе очень важно, как легко ребёнку будет привыкнуть к новым условиям. Я в свою очередь делаю всё, чтобы малыш справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне лёгкой адаптации, и всячески стараюсь предупредить и не допустить проявлений тяжёлой адаптации.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребёнка в детском саду, которая приводила бы к наиболее безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяло бы формировать положительное отношение к дошкольному учреждению.

Главным расслабляющим средством в период адаптации для дошкольника является игра. Игровую деятельность необходимо направлять на формирование эмоциональных контактов "ребенок – взрослый" и "ребенок – ребенок" и обязательно включать игры и упражнения.

Основная задача игр в период адаптации ребенка в детском саду – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу. В связи с вышеизложенным считаю, реализацию проекта актуальной.

### **Информационная карта проекта.**

#### **Цель проекта:**

Создать благоприятные условия для облегчения периода адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада с помощью игровой деятельности.

#### **Задачи:**

1. Создать необходимую предметно-развивающую среду в группе для облегчения периода адаптации детей;
2. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей в период адаптации;
3. Снять эмоциональное и мышечное напряжение через игровую деятельность;
4. Обеспечивать каждому ребёнку физический и психический комфорт;
5. Воспитывать у детей уверенность в самих себя и своих возможностях, развивать активность, инициативность, самостоятельность;
6. Формировать доверительные и доброжелательные отношения детей к взрослым и друг другу через игровую деятельность;

7. Способствовать установлению дружеских партнёрских отношений между воспитателем и родителями, приобщать их к процессу адаптации.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный (сентябрь – октябрь – ноябрь, в зависимости от поступления детей в МАДОУ)

**Тип проекта:** групповой, социально-практический

**Участники:** воспитатель, дети младшей группы, родители.

**Ожидаемый результат:**

- Максимально безболезненное преодоление адаптации малышами;
- Дети активно участвуют в играх;
- Объединение детей в один большой дружный коллектив, они доброжелательны по отношению к сверстникам и взрослым;
- Малыши расслабятся и успокоятся, у них пройдёт страх;
- Между воспитателями и родителями установятся дружеские партнёрские отношения, что будет способствовать принятию активной позиции в помощи детям в адаптации к детскому саду.

**Формы работы с детьми:**

- элементы телесной терапии (обнять, погладить);
- игрушки-забавы, игрушки-сюрпризы;
- игры-занятия, игры-упражнения, игры-инсценировки, игры-имитации;
- элементы театрализованной деятельности;
- исполнение фольклора во всех режимных моментах;
- релаксационные игры;
- игры с песком и водой;
- игровые методы взаимодействия с ребенком, основная задача которых формирование эмоционального контакта, доверия воспитателю;
- элементы закаливающих мероприятий.

**Этапы работы:**

### **I. Организационный**

- Пополнение предметно-развивающей среды;
- Подбор методической, художественной литературы, дидактических игр;
- Подборка игр, совместных мероприятий с родителями;
- Разработка информационного материала для родительского уголка и анкет;
- Составление перспективного плана на адаптационный период.

### **II. Основной**

- Заполнение индивидуальных адаптационных карт;

- Знакомство с родителями, заполнение анкет, проведение родительских собраний;
- Знакомство детей с детским садом, воспитателями, друг с другом;
- Совместная деятельность с детьми в соответствии с составленным планом: игры, направленные на создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе; игры, направленные на снятие эмоционального и мышечного напряжения; игровые ситуации, направленные на формирование культурно-гигиенических навыков; игровые ситуации, направленные на формирование элементарных навыков самообслуживания; подвижные и сюжетно-дидактические игры, направленные на формирование умения детей ориентироваться в пространстве группы, на прогулке.
- Работа с родителями.

## **II. Заключительный (презентационный)**

- Мониторинг адаптации карт;
- Подготовка презентации по проекту.

### **План реализации проекта для детей 2-3 летнего возраста:**

1. Игры, направленные на формирование доверительных, доброжелательных отношений детей к воспитателю и друг к другу.

**Задачи:** Познакомить детей с воспитателем, друг с другом, способствовать формированию доброжелательных отношений в группе.

- «Давайте познакомимся»
- «Кто у нас хороший?»
- «Как тебя зовут?»
- Здравствуй, ладошки»
- «Здравствуй правая рука...»
- «Расскажем котёнку Мурзику, что кусаться нельзя»
- «Поможем помириться Лисе и зайчику».
- «Солнышко и дождик»

2. Игры-забавы, направленные на создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

**Задачи:** Помочь детям отвлечься, при расставании с родителями, успокоиться, поднять эмоциональный настрой.

- Игры с мыльными пузырями
- «Солнечные зайчики»
- Игры с воздушными шарами
- Игры с детскими вертушками
- Игры с музыкальными игрушками
- Использование потешек–уговорок

- Игры с песком и водой

3. Игровые ситуации, потешки, направленные на формирование культурно-гигиенических навыков и элементарных навыков самообслуживания.

**Задачи:** Учить детей в определенной последовательности мыть руки. Учить детей правильно держать ложку, есть аккуратно, знакомить с нормами поведения за столом. Формировать умение детей убирать за собой игрушки. Формировать умение детей одеваться и раздеваться с помощью воспитателя. Воспитывать чувство аккуратности.

- «Научим Степашку умываться»
- «Я тебе перед едой руки вымою водой»
- «Послушная ложка»
- «Покажем кукле Арине как надо аккуратно кушать»
- «Напоим кукол чаем»
- «Оденем куклу Лизу на прогулку»
- «Посмотрите, мы большие, сами одеваемся»
- «У нас в группе беспорядок»
- Потешки: «Водичка, водичка, умой моё личико», «Кран откройся, нос, умойся», «Закатаем рукава», «Сорока, сорока, кашу варила», «Ладушки, ладушки».

4. Подвижные игры и игровые ситуации, направленные на формирование умения детей ориентироваться в пространстве группы, на участке для прогулки.

- «Я куклу Наташу катаю в коляске»
- «Спрячем ёжика»
- «Покажем Степашке наши кроватки»
- «Мишка косолапый манит деток лапой»
- «По дорожке Настя шла»

### **План работы с родителями на адаптационный период.**

**Цель:** Установление дружеских, партнерских отношений между воспитателями и родителями.

1. Анкетирование
2. Консультации:
  - «Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения»
  - «Значение режима дня для воспитания ребёнка»
  - «Профилактика простудных заболеваний»
  - «Театрализованные игры в помощь при адаптации»
  - «Речевые игры по дороге в детский сад»
  - Родительское собрание «Давайте познакомимся»

- Совместная работа с родителями по изготовлению куклы «Королевы Осени» на выставку поделок «Осенняя сказка».
- Совместная экскурсия по городу «Осенний Шлиссельбург».
- Оформление фото –выставки «Адаптируемся, играя».

### **Реализация проекта**

Изучив актуальность темы, я для себя сформулировала цель и задачи, разработала план реализации проекта, подобрала информацию, картотеку игр, наглядный и технический материал.

В июне 2023 года администрацией детского сада было проведено родительское собрание с целью познакомить родителей с МАДОУ, его условиями, воспитателями и другими работниками.

На первом этапе своей работы я собрала информацию о воспитанниках, их семьях, индивидуальных особенностях каждого ребёнка. Для этого родителям были предложены анкеты, что позволило найти индивидуальный подход к каждому ребёнку, и очень помогло в планировании моей дальнейшей работы на адаптационный период.

В сентябре 2023 года начался поэтапный приём малышей в группу раннего возраста с постепенным увеличением времени пребывания их в группе.

Одним из важных условий эффективной работы в период адаптации явилось правильно организованная предметно-развивающая среда, подборка игр, игровых ситуаций, потешек, а также индивидуальный подход к каждому ребёнку.

На протяжении всего адаптационного периода на каждого ребёнка ведутся индивидуальные адаптационные карты, где ежедневно отслеживались поведение, настроение ребёнка, взаимодействие с воспитателем и другими детьми.

Помимо продуктивной деятельности с малышами велась и постоянная работа с родителями. За два месяца нашей адаптации они приняли активное участие в родительском собрании, субботнике по благоустройству участка детского сада, выставке поделок «Осенняя сказка», пришли на мастер-класс по изготовлению куклы «Королевы Осени».

К концу октября нашу группу посещает 20 детей.

#### **Результат проекта:**

Общий эмоциональный фон поведения малышей стал положительным, снизилась тревожность, дети стали проявлять активность в игровой и познавательной деятельности.

Положительно складываются отношения в детском коллективе.

У малышей получается взаимодействовать и сотрудничать, владеть своими чувствами, позитивно относиться к другим людям.

Благодаря сотрудничеству с родителями нам удалось установить партнёрские, доверительные отношения между детским садом и семьёй.



Анализ индивидуальных адапционных карт показал, что адаптационный период протекает успешно: лёгкая адаптация наблюдается у 14 детей (70%, средняя адаптация наблюдается у 6 детей (30%, тяжёлая адаптация отсутствует).

Я считаю, что такого хорошего результата мы достигли благодаря правильно запланированной деятельности детей в течении дня, подобранным игровым технологиям. Благодаря сотрудничеству с родителями нам удалось установить партнёрские, доверительные отношения между детским садом и семьёй.

Размышляя над своей работой, хочется подчеркнуть, адаптация – сложный стрессовый период для малыша, поэтому мы, опытные педагоги, отдавая свою любовь детям, помогаем преодолевать трудности этого периода. Для себя подчеркнула, необходимо чаще привлекать родителей к совместной деятельности.

### **Список литературы:**

1. Белкина Л. В. Адаптация детей раннего возраста в условиях ДОО. 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. Сертакова Н. М. Игра как средство социальной адаптации дошкольников. Методическое пособие для педагогов ДОО. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2009.
5. Губанова Н. В. «Игровая деятельность в детском саду». Для работы с детьми 2-7 лет. М. МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015.
6. Корнейчева Е. Е., Грачева Н. И, «Планирование образовательной деятельности в ДОО. Первая младшая группа. Методическое пособие. ФГОС ДО.

## Игровая деятельность

### 1. Игра «Давайте познакомимся»

**Цель:** Познакомить детей между собой. Учить называть друг друга по именам.

**Ход игры:** Дети с педагогом становятся в круг. У воспитателя в руках игрушка. От её имени педагог знакомится с каждым ребёнком, побуждая детей назвать своё имя.

### 2. Игра «Кто у нас хороший»

**Цель:** Вызвать у детей симпатию к сверстникам, помочь им запомнить имена товарищей, преодолеть застенчивость.

**Ход игры:** Воспитатель рассаживает детей на стульчики. Используя текст русской народной песенки, он приговаривает:

Кто у нас хороший?

Кто у нас пригожий?

Воспитатель выводит и обнимает его.

Ванечка хороший (Олечка хорошая,

Ванечка пригожий (Олечка пригожая).

«Ванюшка светловолосый. с темными глазами, красивый. Сильный и не плакса», — говорит педагог. («Олечка хорошенькая, веселая, свою куклу Машу любит, песенки ей поет. А детям споешь? Я тебе, если потребуется. Помогу...» «Дима хороший. Дима пригожий. Сильный, он не дерется. Умеет строить высокие башни...»)

Расхвалив 5- 6 детей, педагог приглашает всех детей к себе.

Педагог по очереди обнимает детей: «Замечательные у меня дети, — завершает общение с малышами педагог, — красивые, умные, добрые, веселые. Я вас всех люблю».

### 3. Игра «Как тебя зовут»

**Цель:** Знакомство с вновь поступающими детьми.

**Ход игры:** Дети садятся на ковёр образовав круг. Воспитатель передаёт мяч с вопросом: «Как тебя зовут?». Ребёнок отвечает и дальше передаёт мячик с тем же вопросом.

### 4. Игра «Здравствуйте ладошки»

**Цель:** Формирование контроля над движениями, развитие умения различать части своего тела.

**Ход игры:** Здравствуйте, ладошки! — Вытягивают руки, поворачивают ладонями вверх.

Хлоп-хлоп-хлоп! — 3 хлопка.

Здравствуйте, ножки! — Пружинка.

Топ-топ-топ! — Топают ногами.

Здравствуйте, щёчки! — Гладят ладонями щёчки.



Плюх-плюх-плюх! — 3 раза слегка похлопывают по щекам.  
Пухленькие щёчки! — Круговые движения кулачками по щекам.  
Плюх-плюх-плюх! — 3 раза слегка похлопывают по щекам.  
Здравствуй, губки! — Качают головой вправо-влево.  
Чмок-чмок-чмок! — 3 раза чмокают губами.  
Здравствуй, зубки! — Качают головой вправо-влево.  
Щёлк-щёлк-щёлк! — 3 раза щёлкают зубками.  
Здравствуй, мой носик! — Гладят нос ладонью.  
Бип-бип-бип! — Нажимают на нос указательным пальцем.  
Здравствуй, ребята! — Протягивают руки вперёд, ладонями вверх.  
Здравствуй! — Машут рукой.

### **5. Игра «Здравствуй правая рука»**

**Цель:** Настроить детей на доброжелательный лад, учить здороваться при встрече.

### **6. Игра «Солнышко и дождик»**

**Цель:** Развивать двигательную активность детей, учить выполнять движения по сигналу воспитателя.

**Ход игры:** Воспитатель берёт зонтик и предлагает детям погулять: «Какая хорошая погода! — говорит воспитатель, выглянув в окошко, — Сейчас выйду и позову детей играть!». Он выходит на середину комнаты и зовет всех погулять. Малыши выбегают и собираются вокруг воспитателя, а он произносит следующий текст:

Смотрит солнышко в окошко,

Светит в нашу комнатку.

Мы захлопаем в ладошки,

Очень рады солнышку!

Дети прослушивают и повторяют вслед за воспитателем стихотворение. Затем под его слова совершают следующие движения, подражая взрослому:

Топ-топ-топ-топ (все топают ножками, стоя на месте,

Топ-топ-топ,

Топ-топ-топ,

Топ-топ — топ (пауза).

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп (все хлопают в ладоши, подражая воспитателю,

Хлоп-хлоп-хлоп,

Хлоп-хлоп-хлоп,

Хлоп-хлоп-хлоп.

«А теперь побегаем!» — предлагает воспитатель и убегает. Дети разбегаются в разные стороны. Неожиданно для них воспитатель говорит: «Посмотрите, дождик начинается! Скорее прячьтесь под зонтик ко мне!». Все спешат в свои домики.

«Послушайте, как барабанит дождик по крышам», — говорит воспитатель и, постукивая согнутыми пальцами по сиденью стульчика, изображает шум дождя. Воспитатель и дети произносят стишок:

Дождик, дождик, веселей,  
Капай, капай, не жалеи!  
Только нас не замочи...

### **7. Игра «Солнечные зайчики»**

**Цель:** Создать положительную атмосферу, помочь детям эмоционально расслабиться, снять мышечное напряжение

**Ход игры:** Взрослый зеркалом пускает солнечных зайчиков и говорит при этом:

Солнечные зайчики

Играют на стене.

Помани их пальчиком,

Пусть бегут к тебе!

Дети ловят солнечных зайчиков. Можно пускать зайчиков по земле, а дети на него будут пытаться наступить.

### **8. Игры с мыльными пузырями «Кто больше поймает пузырей»**

**Цель:** Помочь эмоционально расслабиться, снять мышечное напряжение.

**Ход игры:** Дети гоняются за мыльными пузырями, пытаются как можно больше их «поймать».

### **9. Игра «Оденем куклу Лизу на прогулку»**

**Цель:** Формировать навык последовательных действий одевания на прогулку.

**Ход игры:** Чтение стихотворения Благиной «Новая одежда».

Воспитатель говорит, что кукла Лиза уже позавтракала и хочет гулять. Показ и рассматривание новой одежды для Лизы. Совместная деятельность воспитателя с детьми: последовательное одевание куклы на прогулку, сопровождая действия чтением потешек (Вот они сапожки., Моя Катя маленька.)

### **10. Игра «У нас в группе беспорядок»**

**Цель:** Формировать навык ориентироваться в группе, умывальной, раздевалке. Учить детей поддерживать постоянный порядок в игрушечном хозяйстве детского сада и дома.

**Ход игры:** Чтение стихотворения «Маша – растеряша».

Беседа по содержанию стиха. Воспитатель создаёт условия для появления куклы Петрушки в группе. Расстановка принесённых предметов по местам.

### **11. Игра «По дорожке Настя шла»**

**Цель:** Учить детей справляться с негативными проявлениями. Развивать воображение, дружеские чувства, самостоятельность, внимание. Воспитывать чувство терпимости, отзывчивости.

**Ход игры:** Все дети ходят по кругу, а тот, кого выбрал педагог, находится в центре и выполняет движения, соответствующие словам:

По дорожке Настя шла,  
Настя тапочки нашла.  
Настя тапки примеряла,  
Чуть надела – захромала.  
Стала Настя выбирать,  
Кому тапочки отдать  
Никите тапки хороши.  
На, надень и попляши.

Все напевают плясовую мелодию, а первый ребёнок и выбранный им свободно пляшут внутри круга. Затем первый ребёнок возвращается в круг, а выбранный им остаётся в кругу, и игра начинается сначала.

### **12. Игры с песком.**

**Цель:** Познакомить со свойствами песка, помочь эмоционально расслабиться, снять мышечное напряжение через практические действия с песком.

### **13. Игры с водой.**

**Цель:** Познакомить детей со свойствами воды «теплая», «холодная». Помочь эмоционально расслабиться, снять мышечное напряжение через практические действия с водой.

## Приложение №2

### Использование потешек – уговорок.

**Цель:** Помочь детям отвлечься, при расставании с родителями, успокоиться, поднять эмоциональный настрой.

Не плачь, не плач,  
Куплю калач.  
Не плачь, дорогой,  
Куплю другой.  
У лисы боли,  
У волка боли,  
У Николаши боль  
На берёзку в лес улети  
Ай лады, лады, лады!  
Не боимся мы воды!  
Чисто умываемся,  
Маме улыбаемся!

## Приложение № 3

### Перечень мероприятий, реализуемых в проекте

1. Предметно-развивающая среда группы.
2. Игры, направленные на формирование доверительных, доброжелательных отношений детей к воспитателю и друг к другу.
3. Игры–забавы, направленные на создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.
4. Игровые ситуации, потешки, направленные на формирование культурно – гигиенических навыков и элементарных навыков самообслуживания.
5. Подвижные игры и игровые ситуации, направленные на формирование умения детей ориентироваться в пространстве группы, на участке для прогулки.
6. Приобщение родителей в процесс адаптации.