

## Профілактична програма «Веселі малюки»



Житомир 2023

Схвалено педагогічною радою ДНЗ №43 м. Житомира  
Протокол №4 від 30.05.2023р.

**Рецензент:** Людмила КОТЛОВА, кандидат психологічних наук,  
доцент завідувачка кафедри психології, логопедії та  
інклюзивної освіти Житомирського державного університету  
Імені Івана Франка

**Автор:** Костриця Ольга Яковлівна, завідувач Житомирського дошкільного  
навчального закладу №43, Катанаха Алла Миколаївна, практичний психолог

Програма «Веселі малюки» створена для профілактики дезадаптації в умовах закладу дошкільної освіти; створення середовища, що враховує індивідуально-типологічні особливості дітей і допомагає швидкому звиканню до ДНЗ.

Програма рекомендована для впровадження практичними психологами, вихователями закладів дошкільної освіти для організації психолого-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу.

## ЗМІСТ

Анотація програми «Веселі малюки».....	4
Тематичний план програми.....	6
Заняття 1.....	9
Заняття 2.....	11
Заняття 3.....	12
Заняття 4.....	13
Заняття 5.....	14
Заняття 6.....	16
Заняття 7.....	17
Заняття 8.....	18
Заняття 9.....	20
Заняття 10.....	21
Заняття 11.....	22
Заняття 12.....	24
Додатки.....	26
Відгук завідувача ЗДО про враження від програми «Веселі малюки».....	55
Список використаних джерел.....	56

## АНОТАЦІЯ ПРОГРАМИ «ВЕСЕЛІ МАЛЮКИ»

Відомо, що процес адаптації – це постійний процес, який супроводжує людину впродовж усього життя. Адаптація – пристосування організму, що відбувається на різних рівнях: фізіологічному, соціальному, психологічному.

В межах висвітлення проблеми адаптації дитини до умов дошкільного закладу слід зупинитися на дослідженнях, автори яких доводять існування таких видів адаптації як соціальна та фізіологічна.

Фізіологічна адаптація – реакція функціональних систем організму, яка найбільш повно відповідає потребам певної ситуації. Під соціальною адаптацією розуміють постійний процес активного пристосування індивіда до умов соціального становища, а також результати цього процесу.

Відомо, що навіть незначні зміни умов життя маленької дитини викликають порушення її емоційного стану, сну, апетиту тощо. Саме тому створення умов для успішної адаптації є досить серйозною проблемою, яка хвилює лікарів, психологів, педагогів.

Детальне вивчення даного питання й спонукало до написання профілактичної програми «Веселі малюки» для дітей раннього віку.

**Мета програми:** профілактика дезадаптації в умовах закладу дошкільної освіти; створення середовища, що враховує індивідуально-типологічні особливості дітей і допомагає швидшому звиканню до ДНЗ.

### Основні завдання:

- зняття психоемоційного напруження дітей;
- встановлення емоційного контакту з дітьми;
- ознайомлення дітей з умовами дитячого закладу;
- підтримка потреби в увазі дорослих та спілкування з ними;
- розвиток емоційного інтелекту дітей;
- формування елементарних навичок ввічливого спілкування, доброзичливого ставлення до дорослих та однолітків;
- розуміння мови оточення, розвиток доступних дитині мовних виявів, прагнення активно спілкуватися, збагачувати словниковий запас.

Програма рекомендована для впровадження практичними психологами, вихователями закладів дошкільної освіти для організації психолого-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу.

### Очікувані результати:

- створення позитивного психологічного клімату в дитячому колективі;
- встановлення емоційного контакту з вихованцями;
- збагачення словникового запасу дітей;
- сформованість елементарних навичок спілкування.

**Форма роботи:**групова

**Цільова група:**програма спрямована на діток третього року життя.

**Структура занять:**

I.Вступ

Ритуал привітання.

**Мета:** створити налаштування на спільну роботу (створення позитивного емоційного фону, встановлення довірливих відносин)

II. Основна частина

1.Розширення знань (знайомство з новими знаннями, вміннями)

2. Закріплення (здобутий досвід закріпити новими вміннями)

3.Інтеграція (зв'язок нового досвіду з реальним життям)

III. Заключна частина.

1.Рефлексія (відслідкувати емоційні переживання)

2.Ритуал прощання (закріпити новий досвід, підготувати дітей до взаємодії в звичайному соціальному середовищі).

**Вік дітей:** 2-3 роки.

**Кількість занять:** 12

**Тривалість заняття:** 15 хв.

## Тематичний план занять профілактичної програми «Веселі малюки»

№ п/п	Тема	К-ть год.
1.	<p><b>ТЕМА: «Знайомство»</b>  <b>Мета:</b> розвивати інтерес, довіру й симпатію до найближчих дорослих і однолітків; формувати й підтримувати позитивне ставлення до самого себе («Я гарний»).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання «Ручка до ручки»</li> <li>2. Гра «Ласкаве ім'я»</li> <li>3. Вправа «Я іду, іду, іду...»</li> <li>4. Вправа «Ми ішли, ішли, ішли...»</li> <li>5. Гра «Зайчик біленький сидить»</li> <li>6. Релаксація «Тиша»</li> <li>7. Прощання</li> </ol>	0,5
2.	<p><b>ТЕМА: «Хлопчики й дівчатка»</b>  <b>Мета:</b> допомогти розрізняти свою статеву приналежність за зовнішніми ознаками (ім'я, одяг, зачіска, іграшки); підтримувати позитивне ставлення до самого себе.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання «Ручка до ручки»</li> <li>2. Гра «Хто я»</li> <li>3. Гра «Різнокольорові кільця»</li> <li>4. Релаксація «Тиша»</li> <li>5. Прощання</li> </ol>	0,5
3.	<p><b>ТЕМА: «Я сам!»</b>  <b>Мета:</b> розвивати потребу в самостійності (я сам).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання</li> <li>2. Гра-наслідування «Водичко, водичко»</li> <li>3. Гра «Чарівна торбинка»</li> <li>4. Релаксація «Тиша»</li> <li>5. Прощання</li> </ol>	0,5
4.	<p><b>ТЕМА: «Я веселий, я сумний!»</b>  <b>Мета:</b> розвивати вміння бачити різний емоційний стан дорослих і дітей (радість-смуток); допомогти помітити їх зміну й навчити співпереживати (пожаліти, допомогти).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання</li> <li>2. Гра з звірятами</li> </ol>	

	3. Гра «Дощик» 4. Прощання	
5.	<b>ТЕМА: «Радіємо – гніваємось»</b> <b>Мета:</b> розвивати вміння бачити різний емоційний стан дорослих(радість-злість); формувати емоційно - оцінне уявлення про те, що таке добре й що таке погано. 1. Привітання 2. Вправа «Їжачок гнівається» 3. Гра «Ми йшли, йшли, йшли» 4. Гра «Допоможемо їжачку знайти голки» 5. Прощання	0,5
6.	<b>ТЕМА: «Цей дивовижний світ»</b> <b>Мета:</b> розвивати вміння бачити різний емоційний стан дорослих та дітей (подив); допомогти помітити зміни в емоційному стані оточуючих. 1. Привітання 2. Гра «Лисичка» 3. Хоровод 4. Гра «Різнокольорові кільця» 5. Прощання	0,5
7.	<b>ТЕМА: «Поділись посмішкою своєю»</b> <b>Мета:</b> продовжувати формувати емоційно-оцінне уявлення про те, що таке добре і погано; стимулювати позитивну поведінку за різних ситуацій(пожаліти, поділитись). 1. Привітання 2. Гра «Ми йшли, йшли..» 3. Гра «Хто сховався» 4. Гра «Тупочемо ногами» 5. Прощання	0,5
8.	<b>ТЕМА: «Чарівні слова»</b> <b>Мета:</b> розвивати інтерес, довіру й симпатію до дорослих і однолітків;формувати вербальні й невербальні засоби спілкування( привітно вітатися, дякувати, чемно просити). 1. Привітання 2. Рухлива гра «Зайчик» 3. Гра «Тупочемо ногами» 4. Гра «Зайчики та слоники»	0,5

	5. Прощання	
9.	<p><b>ТЕМА: «Учимося спілкуватись»</b></p> <p><b>Мета:</b> підтримати бажання спілкуватися з однолітками й дорослими щодо предметів, іграшок; спонукати до взаємодії (гратися, малювати, розглядати книги).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання</li> <li>2. Гра «Хто сховався»</li> <li>3. Гра-потішка «Ладу, ладу, ладусі»</li> <li>4. Гра «Тупочемо ногами»</li> <li>5. Прощання</li> </ol>	0,5
10.	<p><b>ТЕМА: «Я вчуся творити»</b></p> <p><b>Мета:</b> активізувати і нормалізувати процес уяви, зниження рівня переживання, розвивати творчі здібності.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання</li> <li>2. Пісочна анімація</li> <li>3. Вправа «Ми тебе любимо»</li> <li>4. Прощання</li> </ol>	0,5
11.	<p><b>ТЕМА: «Наші правила»</b></p> <p><b>Мета:</b> закріплювати правила взаємодії дітей між собою і з дорослими; учити поступатися одне одному; формувати вербальні і невербальні засоби спілкування (привітно вітатися, відповідати на запитання, чужо просити, ділитися).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання</li> <li>2. Гра «Тупочемо ногами»</li> <li>3. Гра «Впізнай за голосом»</li> <li>4. Гра «Дощик»</li> <li>5. Релаксація «Тиша»</li> <li>6. Прощання</li> </ol>	0,5
12.	<p><b>ТЕМА «У світі іграшок»</b></p> <p><b>Мета:</b> формувати навички взаємодії, співпраці та емоційної підтримки дітей, сприяння їх емоційному зближенню, розвивати творчі здібності.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Привітання «Снігова куля»</li> <li>2. Гра «Склади конструктор»</li> <li>3. Вправа «Розмова руками»</li> <li>4. Ритуал «Передай тепло»</li> <li>5. Прощання</li> </ol>	0,5



## Заняття 1

### ТЕМА: «Знайомство»

**Мета:** розвивати інтерес, довіру й симпатію до найближчих дорослих і однолітків; формувати й підтримувати позитивне ставлення до самого себе («Я гарний»).

Обладнання: яскравий м'яч; «чарівний мішечок»; маски зайчиків; шматочки свіжої морквини (для частування); спокійна музика (для релаксації).

#### 1. Привітання «Ручка до ручки»

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов, формувати вміння усміхатися іншій людині, відчувати радість від усмішки, робити іншим приємно.

Діти в колі, один до одного стоять обличчям.

- Давайте з вами усміхнемося один одному і привітаємося:

- пальчиками,

- лобиками,

- спинками,

- носочками ніг (діти виконують обережно, лагідно усміхаючись один одному).

Психолог приносить щось у «Чарівному мішечку». Діти, як ви вважаєте, що у мішечку? Діти визначають предмет на дотик. Психолог дістає з мішечка новий, яскравий м'яч і розглядає його разом із дітьми.

#### 2. Гра «Ласкаве ім'я»

**Мета:** вчити усвідомлювати ім'я, розвивати самосвідомість, усвідомлення соціального простору особистості.

— Зараз ми з вами почуємо, як красиво й ласкаво звучить ім'я кожного із вас.

Діти утворюють коло на килимі, психолог котить м'яч дитині, при цьому ласкаво її називає. Дитина, піймавши м'яч, котить його назад дорослому. Таким чином я звертаюся до кожного з дітей групи.

**Мета:** знайомство, створення невимушеної атмосфери, розвивати почуття приналежності до групи, виховувати бажання гратися разом.

#### 3. Вправа «Я іду, іду, іду...»

**Мета:** розвивати вміння взаємодіяти.

Я іду, іду, іду. Друга я собі знайду.

Друже, разом ми пограймо! Згоден?

Отже, вирушаймо!

Психолог підходить до кожної дитини, бере її за руку, наступна дитина бере за руку попередню, утворюється ланцюжок.

#### 4. Вправа «Ми йшли, ішли, ішли...»

Ми йшли, ішли, ішли.

Що ж ми, друзі, тут знайшли?

Ми нічого не знайшли!  
Ми йшли, ішли, ішли.  
Що ж ми, друзі, тут знайшли?  
Подивіться, що знайшли!

Психолог демонструє коробку з зайчиком.

### **5. Гра «Зайчик біленький сидить»**

**Мета:** розвиток наслідування, координації рухів.

Зайчик біленький сидить,  
Вушками він ворушить.  
Ось так, ось так —  
Вушками він ворушить.  
Йому холодно сидіти,  
Треба ніженьки зігріти.  
Ось так, ось так —  
Треба ніженьки зігріти.  
Йому холодно стояти,  
Треба швидко пострибати.  
Ось так, ось так —  
Треба швидко пострибати.

Усі слова вірша супроводжуються рухами.

### **6. Релаксація «Тиша»**

**Мета:** зняти розумове напруження, дати дітям невеликий відпочинок, викликати позитивні емоції, гарний настрій.

Проводиться під музику на килимі.

— А тепер уявіть, що я — мама-зайчиха, а ви — мої діти зайченята. Настав вечір, і мама-зайчиха поклікала своїх дітей у будиночок (*обіймає дітей, зібравши їх разом*).

Кожна дитина потягується, лягає на килимі й «засинає». Діти під спокійну музику відпочивають на килимі.

— Настав ранок. У будиночок до зайченят зазирнуло сонечко й приголубило своїм ніжним промінням дітей. Зайченята розплющили очі, потягнулися.

Мама-зайчиха радіє своїм малюкам. Вона приготувала їм частування (*роздає морквини*).

Діти дякують за частування.

— А тепер ви знову перетворюєтеся на дітей. Мамі-зайчисі було дуже приємно познайомитися з нашим дітьми, хоча вони всі різні, але всі гарні. Прощання з мамою-зайчихою.

### **7. Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## ЗАНЯТТЯ 2

### ТЕМА: «Хлопчики й дівчатка»

**Мета:** допомогти розрізнити свою статеву приналежність за зовнішніми ознаками (ім'я, одяг, зачіска, іграшки); підтримувати позитивне ставлення до самого себе.

#### 1. Привітання.

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

#### 2. Гра «Хто я»

**Мета:** учити називати свою стать; розвивати мовлення, пам'ять, увагу; закріплювати вміння називати своє ім'я.

Діти, до нас сьогодні у гості завітали ляльки Марійка і Мишко. Привітайтеся з ними! Вони ще маленькі, тому ще не знають хто з них хлопчик, а хто-дівчинка. Допоможемо їм!

У Марійки довге волосся, заплетене. У Мишка – коротке волосся, і одягнений він в штанці й сорочечку.

Скажи Марійці й Мишкові як тебе звати. Ти хлопчик чи дівчинка? Яке в тебе волосся? У що ти одягнена? Які улюблені твої іграшки? (допомагаю кожній дитині розповісти про себе).

У мене є коробка з іграшками. Які іграшки ми запропонуємо для гри хлопчикові Мишкові, а які – дівчинці Марійці?

Молодці, дітки, я думаю нашим лялькам дуже сподобалось з вами гратись.

Сьогодні я вам приготувала гарні кольорові кільця. З ними гратимуться і дівчатка і хлопчики.



#### 3. Гра «Різнокольорові кільця».

**Мета:** вчити добирати кільця відповідного розміру, розвивати спритність рук, окомір.

Я кімнатою ходжу, усім кілечки покажу.

А кілечки кольорові – сині, жовті, пурпурові.

Мов на лузі квіти, подивіться, діти!

Ой, допоможіть, діти, зібрати кільця! Що ж це у нас получилось.

Так, це пірамідка.

Ми старалися, склали гарні пірамідки, настав час відпочити.

#### 4. Релаксація «Тиша».

**Мета:** зняти розумове напруження, дати дітям невеликий відпочинок, викликати позитивні емоції, гарний настрій.

Проводиться під музику на килимі.

В дитсадку настала тиша:

Сплять ляльки, заснула миша,

І ведмедик міцно спить.

Малюки заснули. Цить!

Зачиняємо наш ротик на гачок.

Малюки всі на бочок і мовчок!

-Дітки, хто сьогодні завітав до нас у гості?

-Хто з них хлопчик, а хто дівчинка?

-Які іграшки ми їм подарували?

-Попрощаймося з Марійкою та Мишком.

Час і нам прощатись, малята.

### **5.Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## **ЗАНЯТТЯ 3**

**ТЕМА: «Я сам!»**

**Мета:** розвивати потребу в самостійності( я сам).

### **1. Привітання.**

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Діти, до нас сьогодні завітала в гості лялька Оленка. Вона вам подобається? Чому? Пропоную привести ляльку до ладу. Ви вже дорослі, тому самі можете все робити: складати іграшки, стежити за тим, щоб бути чистими й охайними.(вмиваємо ляльку, розчісуємо, гарно одягаємо).

### **2.Гра-наслідування «Водичко, водичко»**

**Мета:** виховувати культурно-гігієнічні навички, бажання бути чистими, охайними та красивими.

Водичко, водичко, вмий ляльці личко,

Щоб вічка блищали, щоби губки співали,

Щоб зубки кусалися, щоб вона посміхалася.

Наша лялька чиста, охайна. А наші дітки всі чисті? Охайні? Подивіться на себе в дзеркало. Що ж ви робите щоб бути такими?Дітки, наша Оленка принесла «Чарівний мішечок», давайте разом подивимось що там є.

### 3. Гра «Чарівна торбинка»

**Мета:** учити впізнавати і називати предмети.

Я показую дітям «чарівну торбинку». По черзі вони дістають звідти звірят, називають і ставлять на стіл. Разом ми згадуємо хто як «розмовляє» і показуємо як ходять.

### 4. Релаксація «Тиша».

**Мета:** зняти розумове напруження, дати дітям невеликий відпочинок, викликати позитивні емоції, гарний настрій.

В дитсадку настала тиша:

Сплять ляльки, заснула миша,

І ведмедик міцно спить.

Малюки заснули. Цить!

Зачиняємо наш ротик на гачок.

Малюки всі на бочок і мовчок!

Дітки, хто сьогодні завітав до нас у гості? Чому вона була не красивою?  
Як ми їй допомогли?

### 5. Прощання.

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.



## ЗАНЯТТЯ 4

**ТЕМА:** «Я веселий, я сумний!»

**Мета:** розвивати вміння бачити різний емоційний стан дорослих і дітей (радість-смуток); допомогти помітити їх зміну й навчити співпереживати (пожаліти, допомогти).

### 1. Привітання.

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Дітки, до нас у гості сьогодні завітало ведмежа.  
Але ви помітили, що воно чомусь сумне. Мабуть,  
йому ні з ким гратись, от воно й сумує. Діти, а ви  
буваєте сумними? Давайте розвеселимо





ведмедика, а разом з ним і ми всі повеселимось. Підемо з ведмедиком до лісу.

Ми йшли, йшли, йшли,  
Ми йшли, йшли, йшли,  
І до лісу ми прийшли.



## 2. Гра з звірятами.

А у лісі звірята: і дорослі, і малята. Діти, хто у лісі є?  
(зайчики – стрибають, лисички – хитро ходимо, вовк – ричить, кабан – хрюкає, птахи – літають).

Молодці, дуже гарно у вас виходить. Я помітила, що й ведмедик розвеселився і ви всі посміхаєтесь.

## 3. Гра «Дощик».

**Мета:** розвивати у дітей вміння виконувати рухи за сигналом дорослого, спритність, позитивний емоційний настрій.

Діти сидять на килимку.

Сонечко, сонечко, зазирни в віконечко!

Вийдуть дітки погуляти, стануть бігати та грати!

Діти бігають, ходять, плескають у долоні; відкриваю парасольку.

Крап-крап-крап, крап-крап-крап!

Хмароньки збираються.

Крап-крап-крап, крап-крап-крап!

Дощик починається.

Біжіть, малята, швидше сюди і ховайтеся від дощу під мою велику парасольку. Я вас всіх сховаю від дощу.

Дощик, дощик, припиняйся,

Швидко в райдугу сховайся!

- Дітки, хто сьогодні завітав до нас у гості?

- Чому ведмедик сумував?

- Що ми зробили щоб його розвеселити?

Час прощатись з нашим гостем.

## 4. Прощання.

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

# ЗАНЯТТЯ 5

**ТЕМА:** «Радіємо – гніваємось»

**Мета:** розвивати вміння бачити різний емоційний стан дорослих (радість-злість); формувати емоційно - оцінне уявлення про те, що таке добре й що таке погано.

## 1. Привітання.

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Діти, до нас у гості завітав Їжачок.

Здрастуйте, я Їжачок!

У хатинці біля пня мешкало Їжаченя.

Їжаченя зустрів Їжак

І звернувся до нього так:

Як живеш, малий, скажи

І про справи розкажи.

Кінцем великого пальця торкнутися почергово кінців усіх решти пальців.

## 2. Вправа «Їжачок гнівається».

Їжачку, чому ти такий сердитий? – Я йшов до вас у гості зі своїми їжаченятами, а вони дорогою розбіглися, заховалися від мене. Діти, може ми допоможемо Їжачкові знайти його малят?



## 3. Вправа «Ми йшли, йшли, йшли».

**Мета:** розвивати вміння взаємодіяти.

Ми йшли, йшли, йшли,

Ми йшли, йшли, йшли,

І Їжаченят знайшли.

Їжачок радіє, а ми всі розглядаємо малят, з'ясовуємо якого вони кольору (червоний, зелений, жовтий, синій).

## 4. Гра «Допоможи Їжачкові знайти голки».

**Мета:** вчити добирати прищіпки, чергуючи кольори, відповідно до зразка; закріпити знання про кольори; розвивати дрібну моторику пальців рук, увагу.

Їжачок знову гнівається, діти зображають емоції сердитого Їжачка. Що знову трапилось? Подивіться, у Їжаченят немає колючок! Вони їх загубили! Як же мені не гніватись? Діти, ось голочки, що загубили їжаченята, ми зараз допоможемо з'ясувати, де чії голки. Діти підбирають прищіпки відповідного кольору й прикріплюють до їжаченят (червоні-до червоного...)

Ну молодці, дітки (всі радіють). Гарно впорались з завданням.

Діти, хто сьогодні до нас завітав у гості? Чому гнівався Їжачок? Хто йому допоміг?

Яким краще бути – добрим чи злим?

Краще бути добрим. Допомогати іншим, тоді всім навколо буде добре і приємно.

Настав час прощатися з нашими гостями, адже їм час до лісу.

## **5. Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## **ЗАНЯТТЯ 6**

**ТЕМА: «Цей дивовижний світ»**

**Мета:** розвивати вміння бачити різний емоційний стан дорослих та дітей (подив); допомогти помітити зміни в емоційному стані оточуючих.

### **1. Привітання.**

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Діти, я сьогодні зранку йшла до дитячого садка, побачила під кущем чарівний мішечок, у якому щось є. До нас завітала казка! Чи впізнали ви героїв? Що забула зробити лисичка прийшовши до нас? Вона забула привітатись з вами! Привітайся, Лисичко з нами.

Здрастуйте, дітки! Я не знала, що потрібно вітатися, мене в лісі цього не навчили. Лисичко, а наші діти знають слова ввічливості. Що ви говорите, коли повертаєтеся додому з дитячого садочка, коли приходите в дитячий садок, коли вам допомогли щось зробити?

### **2. Гра «Лисичка»**

У лисички гострий ніс, і пухнастий в неї хвіст,  
Грудка біла та пишненька, руда шубонька руденька!  
Лісом лисонька гуляє, свою шубку вихваляє!  
Дуже люблю м'ясо, до курей я вельми ласа!  
Ось така у мене вдача: тільки курочку побачу,  
То відразу і схоплю, дуже курочку люблю!  
І своїх люблю малят, гостроносих лисенят.  
Не сумуйте лисенята, вам несе гостинці мати!

### **3. Хоровод**

Лисичко, ми запрошуємо тебе пограти з нами. Діти за руки у колі.  
Ми йдемо, йдемо, йдемо, хоровод ведемо.  
Полічимо до п'яти, нумо, спробуй нас знайти!  
Психолог лічить до п'яти, діти присідають і ховають обличчя долонями, кличу дитину, вона говорить: ку-ку і підводиться.

### **4. Гра «Різнокольорові кільця».**



**Мета:** вчити добирати кільця відповідного розміру, розвивати спритність рук, окомір.

Я кімнатою ходжу, усім кілечки покажу.

А кілечки кольорові – сині, жовті, пурпурові.

Мов на лузі квіти, подивіться, діти!

Ой, допоможіть, діти, зібрати кільця! Що ж це у нас получилось. Так, це пірамідка.

Ми старалися, склали гарні пірамідки, настав час відпочити.

Хто до нас сьогодні завітав?

Чого ми навчили Лисичку? Тепер Лисичка знає, що потрібно говорити, коли завітаєш у гості, коли зустрічаєш когось, як подякувати, попрощатися. Попрощайтесь з нашою гостею.



### 5. Прощання.

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## ЗАНЯТТЯ 7

**ТЕМА:** «Поділись посмішкою своєю»

**Мета:** продовжувати формувати емоційно-оцінне уявлення про те, що таке добре і погано; стимулювати позитивну поведінку за різних ситуацій (пожаліти, поділитись).

### 1. Привітання.

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Діти, погляньте, хто до нас завітав? До нас прийшла лялька. Дізнайтесь її ім'я. Її звати Марійка. Вона плаче. Запитаймо, що з нею трапилось. Вона загубила хустинку. Як ми їй можемо допомогти? (пожаліти, заспокоїти, знайти хустинку).

### 2. Гра «Ми йшли, йшли...»

Ми йшли, йшли, йшли,

Ми йшли, йшли, йшли,

І нічого не знайшли..

Не знайшли ми хустинку! Як же нам допомогти Марійці? А давайте з нею пограємось.

### **3. Гра «Відгадай, хто сховався».**

**Мета:** розвивати пам'ять дітей, мислення, вміння впізнавати одного.  
Діти сидять на килимі, заплющивши очі. Я прикриваю хустинкою одну дитину і запитую хто сховався. Діти відгадують та називають на ім'я дитину. Знімаю хусточку, дитина говорить: ку-ку.

### **4. Гра «Тупочемо ногами».**

Тупочемо ногами: топ, топ, топ!  
Ми плещемо руками: хлоп, хлоп, хлоп!  
Хитаєм головами, ми руки підіймаємо,  
Ми руки опускаємо, ми друзів так вітаємо.  
Та бігаємо, бігаємо, бігаємо всі, уранці по росі!

Марійко, ти більше не плачеш? Подивіться, як наша гостя розвеселилася. Чому плакала Марійка? Що ми зробили для того, щоб їй допомогти?  
Бачиш, Марійко, які наші діти молодці! Вони знають, що всім, хто плаче, кому сумно, кого скривдили, необхідно допомагати, і знають, як це робити. Попрощайтеся з нашою гостею.

### **5.Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## **ЗАНЯТТЯ 8**

### **ТЕМА: «Чарівні слова»**

**Мета:** розвивати інтерес, довіру й симпатію до дорослих і однолітків; формувати вербальні й невербальні засоби спілкування( привітно вітатися, дякувати, чемно просити).

#### **1. Привітання.**

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Сьогодні до нас у гості завітав Зайчик. Як потрібно зустрічати гостей? (привітатися, запросити присісти, пригостити ). Я знаю як Зайчик збирався до нас у гості, пропоную разом розповісти і показати.

Біленьке зайченя вмивається, в гості у садок збирається.

Миє носик, миє хвостик , миє вуха,

Витирає сухо – сухо.

Діти роздивляються, де в зайчика очі, вушка.

Носику, носику! Де ти, носику?  
Ротику, ротику! Де ти, ротику?  
Щічко, щічко! Де ти, щічко?  
Вічка, вічка! Де ви, вічка?  
Зайчику, зайченя, малесеньке зайченя.  
Довгі вушка, швидкі ніжки.  
Він боїться діточок – заховався – і мовчок!  
Ти не бійся нас, зайчику, ми гарні, дружні діти.  
Пограймося із ним, розвеселимо його!

## 2. Рухлива гра «Зайченята».

**Мета:** сприяти зняттю розумового та психічного навантаження, розвивати увагу, зосередженість.  
Зайченята на галяві бігали і грали  
І смачненькі корінці у землі шукали.  
Ямки вони рили, хоровод водили.  
Ось біжить лисичка, хитрая сестричка.  
Зайченят вона шукає, зайченят вона лякає.



## 3. Гра «Тупочемо ногами».

Тупочемо ногами: топ, топ, топ!  
Ми плещемо руками: хлоп, хлоп, хлоп!  
Хитаєм головами, ми руки підіймаємо,  
Ми руки опускаємо, ми друзів так вітаємо.  
Та бігаємо, бігаємо, бігаємо всі, уранці по росі!

Дякую, дітки, за те, що ви мене так розвеселили і гостинно приймали. Мені у вас дуже сподобалось, тепер і я знатиму як приймати гостей. Я навчився грати у нові ігри і в мене з'явилися друзі.

Діти, хто до нас сьогодні завітав у гості?  
Як потрібно поводитись, коли хтось приходить у гості?

## 4. Гра «Зайченята та слони»

**Мета:** дати можливість дітям відчувати себе сильними та сміливими, сприяти підвищенню самооцінки.

Психолог говорить: «діти, я хочу запропонувати вам гру. Спочатку ми будемо несміливими зайченятами. Скажіть, коли зайчик відчуває небезпеку, що він робить? Так, тремтить. Покажіть, як він це робить. Піджимає вушка, намагається стати меншим, непримітним, хвостик та лапки трусяться. Покажіть, що роблять зайченята, коли бачуть вовка? *(Діти ховаються, тікають)*.

А тепер ми будемо слонами, великими, сильними, сміливими. Покажіть, як вільно, безстрашно ходять слони. А що роблять слони, коли бачить людину? Вони бояться її? Ні. Вони дружать з нею, та, коли її бачать, спокійно продовжують свій

шлях. Покажіть як. Покажіть, що роблять слони, коли бачать тигра». (Діти протягом кількох хвилин зображують сміливого слона).

### **5.Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## **ЗАНЯТТЯ 9**

### **ТЕМА: «Учимося спілкуватись»**

**Мета:** підтримати бажання спілкуватися з однолітками й дорослими щодо предметів, іграшок; спонукати до взаємодії( гратися, малювати, розглядати книги).

#### **1. Привітання.**

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Діти, до нас у гості завітав Ведмедик. Ведмедику, чому ти з нами не вітаєшся?

- Я не вмію, мене у лісі цьому не навчили. Діти, що потрібно говорити, коли завітаєш у гості? Давайте навчимо Ведмедика.

- Я не бажаю вчитись, і взагалі зі мною ніхто не дружить.

- Чому з тобою ніхто не дружить?

- Я й сам не знаю, принесу на дитячий майданчик іграшки, частування й нікому нічого не даю, а щойно хтось візьме мою іграшку – б'юся. І чому вони зі мною не дружать – не розумію.

- Діти, поясніть Ведмедикові, чому з ним ніхто не дружить. Як потрібно поводитися, щоб з тобою всі бажали гратися і дружити? Ведмедику, ми запрошуємо тебе погратися з нами!

#### **2. Гра «Хто сховався».**

**Мета:** розвивати пам'ять дітей, мислення, вміння впізнавати один одного.

Діти сидять на килимі, заплющивши очі. Я накриваю дитину хусткою і запитую хто сховався. Діти називають заховану дитину на ім'я. Знімаю хустку, дитина говорить: «КУ-КУ».

Бачиш, Ведмедику, як приємно гратися з дітками, ніхто тебе не кривдить, не ображає, усі бажають з тобою дружити.

#### **3. Гра-потішка «Ладу-ладу-ладусі».**

Ладу-ладу-ладусі, ложкою мішали, кішку пригощали. Так!

Кашку готували, Ведмедика пригощали. Так!

Кулачки стискали, разом танцювали. Так!

Разом танцювали, діток звеселяли. Так!  
Кулачками билися, та усі втомилися. Так!  
Ладу-ладу-ладоньки полягали спатоньки. Так!

#### **4. Гра «Тупочемо ногами».**

Тупочемо ногами: топ, топ, топ!  
Ми плещемо руками: хлоп, хлоп, хлоп!  
Хитаєм головами, ми руки підіймаємо,  
Ми руки опускаємо, ми друзів так вітаємо.  
Та бігаємо, бігаємо, бігаємо всі, уранці по росі!

«Дякую, дітки, мені дуже сподобалось з вами гратись та веселитись, але час повертатись до лісу. Дякую вам за все. До побачення!»

Ну що ж діти, будем і ми відпочивати. Хто ж сьогодні у нас був в гостях? Діти, чи змінився Ведмедик? Він став ввічливим, привітним, уміє вже ділитися іграшками, не б'ється. Тепер у нього буде багато друзів.

#### **5. Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## **ЗАНЯТТЯ 10**

### **ТЕМА: «Я вчуся творити»**

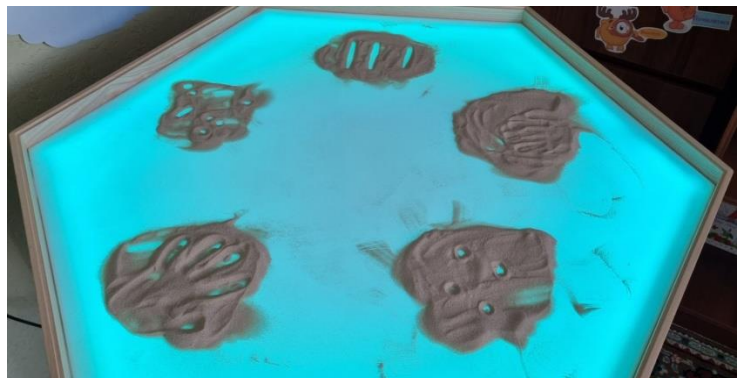
**Мета:** активізувати і нормалізувати процес уяви, зниження рівня переживання, розвивати творчі здібності.

#### **1.Привітання «Оплески по колу»**

**Мета:** покращити настрій, налаштувати дітей на роботу, емоційне зближення. Психолог просить кожного з дітей називати по черзі своє ім'я, а інші діти супроводжують її бурхливими оплесками. Психологу слідкувати, щоб всі діти отримали оплески (за потреби називає ім'я дитини).

#### **2.Пісочна анімація**

**Мета:** розкрити індивідуальність кожної дитини, розвинути здатність усвідомити свої



бажання і знаходити можливість їх реалізації.

Психолог знайомить дітей з піском, разом досліджують пробують його, потім пропонує дітям спробувати намалювати долоньками, пальчиками все, що вони забажають. Малювання супроводжується музикою.

### **3. Вправа «Ми тебе любимо»**

**Мета:** гармонізація сприйняття свого імені та імен інших дітей, створення позитивного емоційного настрою.

Я зараз по черзі викликати дітей у коло, ми розглядаємо дитину, ласкаво називаємо її ім'я, промовляючи: «ми тебе любимо» Наприклад: Ульянка, іди в коло. Ми любимо тебе.

### **4. Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## **ЗАНЯТТЯ 11**

### **ТЕМА: «Наші правила»**

**Мета:** закріплювати правила взаємодії дітей між собою і з дорослими; учити поступатися одне одному; формувати вербальні і невербальні засоби спілкування (привітно вітатися, відповідати на запитання, чемно просити, ділитися).

#### **1. Привітання.**

**Мета:** налаштування на спільну діяльність, спілкування з метою гармонізації процесу адаптації дітей до нових умов.

Діти, коли я сьогодні йшла до дитячого садка, то помітила що хтось б'ється, придивившись, побачила що це ляльки. Я забрала їх з собою. Тож давайте привітаємось та познайомимось з ними.

- Оленко й Тетянка, що з вами трапилось? Чому ви бились і галасували?
- У нас одна коляска, а ми обидві хотіли ними гратись. Діти, як допомогти подружкам? (обговорити варіанти).
- Якщо бажаєте гратися чужою іграшкою, то що потрібно зробити?
- Битися можна?
- Покажіть лялькам як ви вмієте дружно гратися.

#### **2. Гра «Тупочемо ногами».**

Тупочемо ногами: топ, топ, топ!

Ми плещемо руками: хлоп, хлоп, хлоп!

Хитаєм головами, ми руки підіймаємо,



Ми руки опускаємо, ми друзів так вітаємо.  
Та бігаємо, бігаємо, бігаємо всі, уранці по росі!

### 3.Гра «Впізнай за голосом»

**Мета:**виховувати бажання гратися разом, зняття емоційного напруження.  
Психолог обирає дитину, яка буде «котиком», і сідає на стільчик в середині кола і закриває очі.

Діти ходять по колу промовляючи слова:

Ми по колу йдемо

Тихо котика звемо:

Котику не підглядай

Хто покликав, відгадай!

Дитина, на яку вказав дорослий, голосно промовляє: «Няв!». Дитина в колі повинна відгадати, хто сказав «няв».

### 4.Гра «Дощик».

**Мета:**розвивати у дітей вміння виконувати рухи за сигналом дорослого, спритність, позитивний емоційний настрій, довірливі та приязні стосунки.

Діти сидять на килимку.

Сонечко, сонечко, зазирни в віконечко!

Вийдуть дітки погуляти, стануть бігати та грати!

Діти бігають, ходять, плескають у долоні; відкриваю парасольку.

Крап-крап-крап, крап-крап-крап!

Хмароньки збираються.

Крап-крап-крап, крап-крап-крап!

Дощик починається.

Біжіть, малята, швидше сюди і ховайтеся від дощу під мою велику парасольку. Я вас всіх сховаю від дощу.

Дощик, дощик, припиняйся,

Швидко в райдугу сховайся!



### 5.Релаксація «Тиша»

**Мета:** зняти розумове напруження, дати дітям невеликий відпочинок, викликати позитивні емоції, гарний настрій.

В дитсадку настала тиша:

Сплять ляльки, заснула миша,

І ведмедик міцно спить.

Малюки заснули. Цить!

Зачиняємо наш ротик на гачок.

Малюки всі на бочок і мовчок!

Діти, хто сьогодні завітав до нас у гості?

- Що з ними трапилось?
- Як ми їм допомогли?
- Чого ми їх навчили?

### **6.Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## **ЗАНЯТТЯ 12**

### **Тема «У світі іграшок»**

**Мета:** формувати навички взаємодії, співпраці та емоційної підтримки дітей, сприяння їх емоційному зближенню, розвивати творчі здібності.

#### **1.Привітання «Снігова куля»**

**Мета:** сприяти запам'ятовуванню імен учасників групи.

Діти сідають в коло і один одному передають м'яча і по міриможливостейназивають своє ім'я. Останній учасник повторює імена усіх учасників (дорослий)

#### **2.Гра «Склади конструктор»**

**Мета:**виховувати бажання гратися разом, розвивати уяву, творчі здібності.

Дітям пропонується разом зібрати якусь фігуру із деталей конструктора. Під час гри психолог допомагає дітям розв'язувати конфлікти, що виникають, та запобігати їм. Після гри розглядаємо свої вироби.



#### **3.Вправа «Розмова руками»**

**Мета:**від реагування і відпрацювання на тілесному рівні існуючих стосунків.

Психолог пропонує стати в пари один навпроти одного і виконувати наступне:

- привітатися один з одним вказівними пальцями,
- погладити своїм мізинчиком мізинчик свого партнера,
- помірятись силами (перетягнути) за допомогою середніх пальчиків,
- попрощатися з партнером безіменним пальчиком.

Вправа виконується правою рукою.



#### **4. Ритуал «Передай тепло»**

**Мета:** провести колективний ритуал, який поліпшить настрій, зніме тривожний стан.

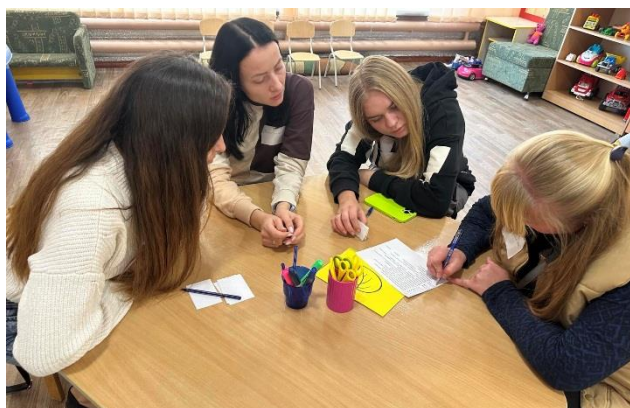
Діти стоять в колі, повертаються один до одного лагідно дивляться в очі, посміхаються і передають тепло свого серця через рукостискання.

#### **5.Прощання.**

**Мета:** вербальне підведення підсумків заняття, вираз емоційного ставлення учасників групи один до одного.

Усім діткам, до побачення.

## РОБОТА З БАТЬКАМИ



Батьківські збори

# «Будьмо знайомі!»

(група раннього віку)



Житомир 2023

**Мета:** познайомити батьків та педагогів між собою;  
окреслити коло спільних завдань батьків і педагогів та  
налагодити співпрацю.

**Завдання:**

- Створювати сприятливу атмосферу під час заходу
- Встановлювати доброзичливі стосунки й згуртовувати учасників
- Забезпечувати взаєморозуміння та взаємопідтримку
- Формувати почуття відповідальності за власні дії, що впливають на виховання дитини.

**1.«Створення бейджів».** Батьки на клейких аркушах паперу записують своє ім'я, або так як хотіли б щоб до них звертались (прикрашають малюнками, рамочками).

**Мета:** познайомити учасників одне з одним, створити сприятливий психологічний клімат у групі.

Доброго дня шановні присутні батьки, ми раді вітати вас у стінах нашого дошкільного закладу. Сьогодні пропоную провести наші збори у дещо незвичній формі, де всі присутні будуть активними учасниками.

**2.Отже, запрошую вас до вправи «Подарунок»**

**Мета:** створити сприятливий психологічний клімат у групі, покращити настрій, зняти напругу.

Учасники стають в коло, перший учасник показує за допомогою міміки та жестів якийсь подарунок, всі решта учасників відгадують і дякують. І так всі учасники по черзі.

Дякуємо, прошу займати свої місця.

Проблема адаптації до умов дошкільного навчального закладу виникає у дітей будь – якого віку .

Для дитини незвичне все: відсутність мами, незнайомі дорослі, велика кількість дітей, новий розпорядок дня, нове приміщення.

Нові умови життя вимагають від дитини нової поведінки. Така зміна (різка) викликає в дитини нервово–психічне напруження, супроводжується емоційними переживаннями. Може порушуватись сон, апетит, настрій.

Виділяють 3 групи дітей:

- ✓ з «легкою адаптацією»
- ✓ «середньої важкості адаптацією»
- ✓ «важкою адаптацією»

За «легкої адаптації» - негативний емоційний стан триває недовго. У перші дні погіршується апетит, сон, мляво грається з дітьми. Та на протязі місяця це проходить і дитина звикає до нових умов.

За «адаптації середньої важкості» емоційний стан нормалізується повільніше. Дитина може хворіти, це звісно триває недовго, та без ускладнень.

За «важкої адаптації» емоційний стан стає в норму досить повільно. Це може тривати і декілька місяців. Дитина хворіє, виявляє порушення поведінки (ховається, може вийти, сидіти і кликати маму). Така дитина негативно ставиться до оточення дитячого закладу. Згодом може проявляти байдужість.

Легка адаптація і певною мірою адаптація середньої важкості є закономірною реакцією дитячого організму на зміну умов життя.

«Важка адаптація» говорить про надмірність психоемоційних навантажень і потребує уваги з боку батьків, вихователів та психолога.

Які ж причини важкої адаптації і яким чином допомогти дитині ?

По – перше, однією з основних причин «важкої адаптації» може бути не сформованість у дитини позитивної установки на відвідування дитячого садка.

Основною умовою успішної та швидкої адаптації є готовність усіх членів сім'ї..

Готуючись до вступу до дитячого садка постійно говоріть про нього як там добре, весело. Гуляючи, зайдіть на територію, покажіть діток, які там граються, що роблять. Розповідайте про велику кількість іграшок що є в садочку, про цікаві заняття. Можна розповісти про свій позитивний досвід відвідування закладу.

Якщо до дитини ставитись з співчуттям, вона це добре розуміє і користується цим: відмовляється йти до садка, вередує. Ні в якому разі не можна залякувати садком: «будеш не слухатись – підеш в садок, будеш плакати - не заберу».

Перші дні у дошкільному закладі не мають тривати більше ніж 1,5-2 години. Надалі час перебування дитини в групі можна збільшувати, але обережно і поступово, орієнтуючись на поведінку дитини і обговоривши її з вихователем.

По – друге, слід організувати життя дитини в сім'ї відповідно до режиму дня дитячого садка. Це дуже полегшує процес звикання.

Наступне. Не сформованість навичок самообслуговування. Дуже часто, щоб зекономити час, батьки поспішають одягнути дитину, нагодувати. Це стримує формування необхідних навичок. В садочку дитина почувається безпорадною, самотньою. Тому до вступу в садок вчіть дитину мити руки, брати участь у роздяганні, складанні одягу.

Важко і тим дітям, яким у сім'ї нічого не забороняли. Потрібно вчити дитину з перших місяців чути вимоги та прохання, а в подальшому виконувати їх (треба мити руки, бо вони грязні, а тоді їсти; не можна щипати бабусю, бо їй боляче.).

Важливо вчити дитя гратись. Більшість батьків вважає, що дитина і сама добре вміє гратись. Насправді дітиможуть маніпулювати іграшками; кидають їх, стукають, гризуть, не знають де їх застосувати. Щоб гра була цікавою, потрібно розкривати призначення іграшок (з чашки напувають ляльку, ведмедика, зайчика; у ліжку спить лялька...). Прийшовши в дитячий садок, дитина зможе вибрати іграшку до вподоби та погратись.

Ще однією причиною «важкої адаптації» є недостатній досвід спілкування з іншими дорослими та дітьми. Дитина, яка звикла до тата і мами боїться сторонніх, не вміє реагувати на їх звернення. Тому потрібно виховувати привітне ставлення до них. Гуляючи, можна сказати «Подивись, як лагідно всміхнулась до тебе тьотя, посміхнись і їй. Не залякуйте: не будеш слухатись – злий дядя тебе забере».

На ігровому майданчику залучати до ігор інших дітей. Не забувати хвалити дитину.



Шановні батьки пам'ятайте, що з дитиною постійно треба розмовляти, все коментувати; не залежно від того говорить вона чині. Чим раніше почнете розмовляти з дитиною, тим швидше формується її мовлення, відбувається розумовий і фізичний розвиток. Якщо дитина на момент вступу до дитячого садка може висловити свої бажання, це покращить адаптацію. Це означає, що вихователь, або його помічник, зможе допомогти дитині. Зрозуміють, що вона хоче, що потрібно.

Прагніть оформити дитину в дошкільний заклад за 2 – 3 тижні до виходу на роботу.

Щоб поступово дитина звикала до нових умов. Ні в якому разі не слід дитину лишати на довго. Дитину може злякати замкнутий простір.

### **3. Вправа «Підніміться хто...»**

**Мета:** ближче познайомити учасників один з одним, створити сприятливий психологічний клімат у групі.

Підніміться хто:

- має 2 дітей
- відвідував в дитинстві дитсадок
- має традицію на вихідних спільно проводити час (за будь яких умов)
- читає казки, книжечки діткам
- любить тишу
- задоволений своєю родиною.

### **4. Вправа «Спільні завдання»**

**Мета:** сформулювати спільні завдання щодо виховання дитини, які забезпечать результативну роботу батьків та педагогів (розподілити відповіді на 3 групи: для педагогів, для батьків, разом)

Орієнтовні варіанти відповідей:

- Дотримуватися режиму дня дитини
- Забезпечувати раціональне і калорійне харчування

- Створювати умови для повноцінного сну
- Організовувати достатньо прогулянок на свіжому повітрі
- Створювати сприятливу психологічну атмосферу
- Створювати умови для повноцінного інтелектуального, мовленнєвого, емоційного, соціального розвитку
- Застосовувати адекватні способи заохочення і покарання
- Розвивати позитивні міжособистісні взаємини з однолітками, працівниками
- Проявляти увагу до проблем дитини, її успіхів та невдач
- Застосовувати активні форми дозвілля
- Прищеплювати культурно-гігієнічні навички, навички самообслуговування
- Виховувати моральність
- Розвивати естетичність.

**Висновок: Між батьками та дошкільним закладом має бути співпраця!**

### **5.Вправа «Однією рукою вузла не зав'яжеш»**

**Мета:** забезпечити узгоджені учасників заходу.

Що таке на вашу думку співпраця? Можливо ви знаєте прислів'я, приказки чи якісь вислови про спільну працю.

Є народна мудрість, яка говорить «однією рукою вузла не зав'яжеш», пропоную перевірити це на власному досвіді.

Учасники працюють в парах: 1 – права рука, 2 – ліва рука. Завдання – вирізати осінній листочок.

Які висновки зробили з даного завдання (вирішувати проблему в спокійній обстановці, висловити власну думку, вислухати інших, намагатись зрозуміти, аналізувати різні варіанти розв'язання проблеми).

### **6. Вправа «Дерево осені»**





**Мета:** отримати зворотній зв'язок, підбити підсумки заняття.

На підготовлений макет дерева прикріпити вирізані листочки з побажаннями, пропозиціями, зауваженнями.

## **7. Вправа «Чарівна коробочка»**

**Мета:** розвивати фантазію, виховувати

позитивні риси характеру,

доброзичливість.



Показати коробочку, закриту кришкою. Потрясти її, батьки повинні визначити на слух, що там. Насправді це цукерки. Але вони не прості. Як тільки ви їх з'їсте, ви перетворитеся на чарівників і зможете побажати всім людям, щось таке, від чого вони зможуть стати радісними, добрішими, щасливішими. Давайте подумаємо, що ми можемо побажати всім людям, які оточують нас, живуть на землі ...

Дякую за увагу та співпрацю!



## ПАМ'ЯТКА «ГОТУЄМО МАЛЯ ДО ДИТЯЧОГО САДКА» Шановні батьки!

- ✚ Важливо усвідомити, що ваше хвилювання передається дитині. Щоб запобігти цьому, заздалегідь познайомтеся з вихователями групи та особливостями організації життя в групі.
- ✚ Дайте дитині позитивну перспективу: розкажіть, що в дитячому садку багато діток, іграшок, там цікаво та весело.
- ✚ Підпорядкуйте домашній режим режиму роботи дитячого садка, особливо дотримуйтесь часу вкладання спати і періодів харчування.
- ✚ Навчіть дитину елементарних навичок самообслуговування.
- ✚ Повідомте вихователів про звички і вподобання вашого малюка.
- ✚ Потурбуйтеся про нервову систему сина чи дочки – не залишайте малюка на цілий день з перших днів відвідування дитячого садка.
- ✚ Тримайте тісний зв'язок з працівниками групи і будьте певні, що вони зуміють прийняти вашу дитину і подбають про неї.



## **Консультація для батьків: «ВЕРЕДУВАННЯ В ПЕРІОД АДАПТАЦІЇ»**

**Підготувала  
практичний психолог  
Алла Катанаха**



Вередлива дитина –джерело постійних конфліктів, переживань, неврозів та стресових ситуацій для дорослих. Вередування і не на користь самому малюку: він стає нервовим, збудженим.

В українському педагогічному словнику вередливість тлумачиться як особлива поведінка дитини, що виявляється в недоцільних і нерозумних діях,

необґрунтованому оперуванні вказівкам, порадам і вимогам дорослих, у прагненні наполягати на своєму.

**До фізіологічних причин виникнення вередливості можна віднести:**

- Адаптаційний період, різка зміна звичних умов життя;
- Негативні впливи на нервову систему дитини захворювань, перенесених матір'ю під час вагітності;
- Ускладнені пологи;
- Захворювання, перенесені дитиною, лікування антибіотиками;
- Перевтома, виснаження нервової системи та всього організму;
- Спадкова нервозність;
- Нетривалий фізіологічний дискомфорт.

Випадки вередливості можуть частішати навесні, коли організмові малюка не вистачає вітамінів, в період адаптації до нових умов перебування (коли повертається з дитячого садка, після тривалих вихідних, хвороби, наприкінці тижня).

Вередливість може зумовлюватись перенесеним стресом, який є наслідком виснаження нервової системи. У даному випадку важливо знайти способи зниження нервового напруження і розумового навантаження: збільшити час перебування дитини на свіжому повітрі, збагатити її раціон вітамінами, надати своєчасну психологічну допомогу.

Нервозність, успадкована від батьків – небезпека подвійна, оскільки в таких родинах дорослі, зазвичай не здатні створити умови для правильного виховання дитини, що може тільки посилювати хворобливі прояви. Нервові діти надзвичайно вразливі: їх легко образити, роздратувати, мають підвищену тривожність і страхи, можуть втрачати самоконтроль через найменші дрібниці.

У дитини з нормо типовим розвитком капризування може бути пов'язане з неусвідомленою потребою усунути фізіологічний дискомфорт. Малі діти, часто не усвідомлюючи, що голодні, виявляють надмірну дратівливість. Тож досить нагодувати дитину і вона заспокоїться. Аналогічною буде реакція, якщо малюка не покласти вчасно спати або розбудити, коли він ще не виспався.

Народна мудрість говорить: після надмірного сміху будуть великі сльози. Це стосується і дитячої поведінки. Інтенсивні рухливі ігри, тривалий сміх, перегляд мультфільмів, зavelика кількість яскравих малюнків, забирають в малюка багато енергії. А це призводить до нервового виснаження й зумовлює вередування.

Здорові, енергійні діти часто вередують через брак рухової діяльності.



Причинами роздратування можуть також бути теплий або затісний одяг, значні перепади атмосферного тиску, наближення негоди, задушливе повітря в кімнаті. Примхливість, спричинена фізіологічним дискомфортом – нормальне явище, яке можемо спостерігати у всіх дітей і не становить загрози, якщо дорослі вчасно на нього реагують. Проте, якщо дозволити йому укорінитися, перетворитися на звичний стереотип поведінки, боротися з цим буде надзвичайно важко.

#### **Причини вередливості, зумовленої неправильним вихованням:**

- Копіювання поведінки іншої людини;
- Неправильна спрямованість родинного виховання;
- Тривале перебування дитини сам на сам з непосильними для неї проблемами;
- Невміння розподілити свій час та організувати своє дозвілля;
- Відсутність інших шляхів для самоствердження та самореалізації;
- Прагнення привернути до себе увагу;
- Спроба розважитися.

Найлегше усунути вередливість, що виникла внаслідок копіювання поведінки іншої особи. У цьому разі досить провести з малюком роз'яснювальну роботу.



Прорахунки у родинному вихованні різні. Деякі турботливі батьки намагаються виконати будь-яку дитячу забаганку. Дитина сприймає це як належне, і тому, коли її волю виконують невчасно, вона виявляє бурхливий протест (крик, сльози, тупотіння ніжками). Якщо внаслідок таких дій дитина отримує бажане, стереотип поведінки закріплюється, і здоровий та веселий малюк поступово стає нервовим і дратівливим. Такій дитині важко адаптуватися

до колективу та умов освітнього закладу.

На формування хибного стилю виховання в сім'ї можуть вплинути хронічні захворювання дитини. Співчуваючи малюкові, дорослі часто прагнуть оберігати його від усього складного чи небезпечного. Намагаючись компенсувати фізичні страждання, відсутність товариства однолітків, хвору чи хворобливу дитину оточують надмірною турботою, виконуючи кожне її бажання. Поступово дитина починає сприймати свій стан як привілей, іноді може вдаватися до симуляції. Важливо, щоб дорослі вміли поєднувати розумну турботу з вимогливістю і створювали умови для творчої, конструктивної діяльності дитини.

Під оболонкою вередування іноді може ховатися розгубленість дитини перед непосильною роботою чи надмірними вимогами зі сторони дорослих.

Нерідко трапляється, що дитина не може знайти продуктивного способу самоствердження в сім'ї чи дитячому колективі. Тоді вона намагається ствердитися, вередуючи серед близьких та однолітків.



Отже, для дорослих на першому місці має стояти завдання – допомогти дитині знайти себе. Вередування дитини може бути способом привернути до себе увагу дорослих членів сім'ї, якщо особисті турботи поглинають увесь їхній час. Батькам варто частіше замислюватися над розподілом свого часу. До цієї ж категорії примх належать капризування через ревності дитини до брата чи сестри, яким дорослі, на її думку, приділяють більше уваги.

Причини можуть бути різні, тому єдиного рецепта розв'язання подібної проблеми не існує. Дитина може бачити у вередуванні спосіб розважатися, якщо їй набридає одноманітність життя. При цьому малюка не обходить, які наслідки – позитивні чи негативні – спричиняють його дії.

Якщо урізноманітнити щоденну діяльність дитини, звичка вередувати зникне автоматично.





Нервова система малюків дуже крихка та ослаблена, тому бажано у цей час підтримувати вдома спокійну, безконфліктну атмосферу.

- Психологи рекомендують у перші дні початку відвідування закладу також зменшувати навантаження на дитину: скоротити емоційні походи у гості, багатолюдні місця тощо.

- Бажано, щоб у перші тижні адаптації перерви батьки не допускали у відвідуванні закладу. Декілька днів «відпочинку вдома» можуть продемонструвати дитині, що існують інші варіанти. Тоді малюк всіма силами буде добиватися зостатися вдома, що може перерости в серйозні нервові розлади (дитина починає самостійно визивати рвоту, заїкання, починає істеріку, яку дуже важку зупинити).

- І звісно ж постійно нагадуйте своєму малюку про те, що тато і мама його дуже люблять та цінують.

#### Зустрічайте чемпіона

Будьте готові до того, що після відвідування дитячого садка, дитина зміниться. З'являться нові слівця, звички... Не кожен з батьків позитивно оцінює такий досвід, а даремно: разом з ним дітям приходить впевненість у собі та перші навички суспільного життя.

#### Причини важкої адаптації

- у дитини несформовані навички самообслуговування: вона не вміє мити руки, проситися в туалет, одягатися. Така дитина почуває себе залежною від дорослих, безпорадною та самотньою. А причиною цьому є те, що батьки, заощаджуючи час, не спонукають у дитини розвинути самостійність практичні поспішають нагадувати, умити тощо. у спробі ввічання, а вдягнути,
- Адаптуватися дитині ще тяжче, якщо - режим дня вдома не співпадає з режимом дня у дитячому закладі ( вдома допізна не лягають спати, не має денного сну, прийом їжі не залежить від часу тощо).
- Несформованість позитивного настрою на відвідування дошкільного закладу (дитина нічого не знає про дитячий садок, про те що там на неї чекає). Батькам слід формувати у дитини позитивне очікування щодо майбутніх змін і в жодному разі не показувати дитині що вони їй співчують. Як результат цього ми бачимо капризи, вередування, відмову відвідування садочку. Годі вже і казати про те, що деякі батьки лякають дитину дитсадком. Невміння спілкуватися з однолітками. Інколи, батьки свідомо обмежують дитину у спілкування з іншими малюками («щоб не захворів», «не маємо на це часу»), і як результат Отримують недовіру з боку дитини до оточуючих, страх спілкування, конфліктність, нетерплячість дитини.

## Готуємось у дитячий садок

Підготувала: Практичний психолог  
ЖДНЗ №43  
Катанаха Алла



#### Адаптація дитини до умов ДНЗ

Дитячий садок - ціла епоха в житті малюка, великий новий етап, до якого слід підготуватися як дитині, так і батькам. Підготовка до садка

- Підпорядкуйте домашній режим до режиму дитячого садка, особливо дотримуйтесь часу вкладавання до сну та режиму харчування.

- Навчіть дитину елементарних навичок самообслуговування: їсти, мити руки, ходити на горщик, тощо.

- Якнайчастіше відвідайте парки, гри в майданчики, привчайте до пісочницях, ходіть на дні народження друзів та інші заходи, де є однолітки і та інші заходи дитини.

- Дайте дитині позитивну перспективу: розкажіть що в дитсадку багато іграшок, діткам там дуже добре, цікаво, весело.

- Навчіть дитину говорити «ні», особливо дорослим, що пропонують неприйнятні для неї речі. Привчіть дитину повідомляти про будь-які випадки коли хтось її просив про щось «не казати мамі з татом» - за цим проханням може приховуватися небезпека.

#### Оптимальний вік

Найкращий вік коли віддавати до садка дитину слід 3 роки. Дворічна дитина ще сильно прив'язана до матері. Чотирьохрічний важче адаптуватися до нового середовища, через те, що вона звикла до домашніх умов. А ось трирічною дитиною чужий налагодити контакт простіше.

#### Як одягатися в садок

- Купуйте одяг, який дитина може одягнути або зняти самостійно ( штани з еластичним поясом, сорочки з великими гудзиками, светри з широким коміром).

- Одяг має бути зручним. Для дитини садок на цілий день як домівка, тому в строгому костюмі або в сукні, котру шкода зім'яти, буде незручно.

- Одяг повинен бути чистим та охайним! Зрозуміло, що в садку трапляються усіялки казуси - грав на полу, облився супом, впав під час вуличної прогулянки, тому краще мати декілька комплектів одягу на зміну.

#### Що взяти із собою

- Візьміть у дитячий садок улюблену уграшку дитини, вона допоможе відволіктися під час розставання;

- якщо дитина починає сумувати за батьками, можна через вихователя передати для неї маленьке «привітання» з дому: цукерку, картинку, або будь-яку гарну річ. У потрібну хвилину такий подаруночок підніме настрій дитини.

#### Батьки - вихователі

- Повідомляйте вихователів про звички та вподобання особливості харчування. вашого малюка, про здоров'я, поведінку, харчування.

- Тримайте тісний зв'язок із персоналом групи. Будьте певні, що працівники приймуть і зрозуміють Вашу дитину, та по материнськи дбатимуть про неї.

#### Як полегшити вхід до колективу.

- Пограйте з дитиною та іграшками в дитячий садок: розподіліть ролі дітей і вихователів, та спробуйте розіграти різні ситуації, що можуть виникнути у дитини. Орієнтуйте гру на позитивні результати.

- Поговоріть з дитиною про можливі труднощі та до кого вона може звернутися по допомогу. Наприклад: якщо ти хочеш пити. Підійди до виховательки та скажи: «я хочу пити», і вихователь наллє тобі води та п.т.

- На початку відвідування дитячого садка приведіть дитину у першій половині дня, коли діти гуляють. Вона охоче познайомиться з однолітками та поступово включиться у спільні ігри. Заберіть дитину перед обідом. Нехай перспектива пообідати за загальним столом Здається їй привабливою і бажаною.

- Якщо умови дозволяють вам не квапити події, то у перші два-три тижні дитину краще забирати з дитсадка перед денним сном. Засинання ритуал дуже домашній, при якому дитина особливо потребує фізичного зв'язку з мамою.

- Розробіть разом з дитиною не складну систему прощальних знаків уваги і їй буде простіше відпустити Вас.

- Не слід дуже затягувати прощання з дитиною ( довгі обійми та поцілунки тільки додадуть дитині невпевненості та стривожать її).

- Якщо малюк дуже важко розстається у приймальні садочку з батьками, можна перший час доручити відводити його бабусі чи дідусю.





## РОБОТА З ПЕДАГОГАМИ





## Корисна інформація

# «АДАПТАЦІЯ МАЛЮКА. КОРОТКО ПРО ГОЛОВНЕ»





У якому б віці дитина вперше не прийшла б до дошкільного навчального закладу, для неї це сильне стресове переживання. На рівні фізіології в період адаптації визначають де синхронізуючий вплив підкірки на кору великих півкуль головного мозку дитини. Водночас відбувається активізація відділу вегетативної нервової системи, який відповідає за реакцію і поведінку дитини в стресових ситуаціях. Унаслідок цих фізіологічних процесів у дошкільника – новачка спостерігають:

- реакцію тривожного очікування;
- наростання нервового напруження;
- підвищення м'язового тону;
- спазм периферійних судин.

Зовнішні ознаки дитини, яка щойно прийшла до дошкільного закладу:

- ✓ блідість або ж почервоніння шкіри;
- ✓ змінена частота дихання та пульсу;
- ✓ виражена настороженість та неспокій.

У перші дні перебування в дошкільному закладі нові діти практично не спілкуються та нечітко сприймають те, що їм кажуть. Вони зазвичай спостерігають за поведінкою інших дітей і дорослих, придивляються і прислухаються. Їхня діяльність, як правило, хаотична і непродуктивна.

### **Зверніть увагу!**

Набагато легше діти – новачки сприймають **невербальні сигнали** – інтонацію мовця, його міміку і жести, аніж словесні інструкції.

Слід наголосити, що в період адаптації відбувається **злам звичного стереотипу** життя, в якому дитина почувалася спокійно і впевнено. Окрім того, психіку дитини травмує розлука з матір'ю та іншими близькими дорослими, які турбувалися про неї від народження. Особливу роль у цій вимушеній ситуації відіграє той факт, що маленька дитина не вміє мислити у часовій перспективі, тобто дитину переслідує думка: «мама йде назавжди!» Це породжує тривогу, невпевненість, незахищеність, до яких часто додаються почуття самотності, непотрібності.

Через ці фізіологічні та соціально-психологічні чинники під час періоду адаптації до нових умов життя дітям характерні:

- підвищена збудливість;
- нестриманість;
- роздратованість;
- вередливість;
- крик і плач.

Дитина намагається змінити стан речей, який її не задовольняє, і водночас перевірити, наскільки може розгніватися мама, яка не хоче її більше бачити, і дорослі, з якими її залишають, а також визначити таким чином, добрі вони чи ні. Можливий і інший варіант перебігу подій, адже для деяких дітей, навпаки, характерними є депресивні реакції:



- загальмованість;
- відчуженість від оточення;
- закритість від навколишнього середовища.

Зовсім незвичним для дитини є і перебування в дитячому колективі серед 15-20 однолітків, це є значним навантаженням для її нервової системи. Дошкільник входить у досить складну систему стосунків, розподілу іграшок, уваги вихователя, узгодження намірів і бажань різних дітей. Важливо розуміти, що навіть підвищений рівень шуму в групі спочатку травмує психіку дитини.

#### **Причини стресових перевантажень:**

- + обернене до сім'ї демографічне положення – один дорослий і багато дітей;
- + досить суворі дисциплінарні правила, за невиконання яких дитину можуть насварити;
- + ігнорування деяких потреб дитини;
- + спілкування одразу з багатьма дорослими людьми, які є чужими і від яких дитина залежить, частина з них може не подобатися їй;
- + тривале перебування у великому колективі дітей, частина з яких може бути неприємна.

Важливо, щоб батьки в цей період ставились до дитини дуже уважно, турботливо, намагаючись допомогти їй пережити цей нелегкий період в житті, а не були настирливими наставниками та борцями з дитячими вередуваннями.

Житомирський дошкільний навчальний заклад №43

## Семінар-практикум: «СПЛКУЄМОСЬ З НОВАЧКАМИ»



Житомир 2023

**МЕТА:** опанування вихователями навичок встановлення емоційного контакту з дітьми раннього віку та налагодження взаємодії з їхніми батьками для полегшення процесу адаптації новачків до нових умов життя.

**ЗАВДАННЯ:**

—розширити та систематизувати знання вихователів щодо психологічних особливостей адаптації дітей раннього віку до умов дошкільного закладу;

—розвивати у вихователів здатність розуміти психологічний стан кожної дитини в групі, її емоційні переживання в нових умовах;

—сприяти осмисленню вихователями психологічних засад процесу адаптації до умов дошкільного закладу;

—сформувати у вихователів інтерес до вивчення особливостей процесу адаптації у дітей раннього віку до умов дошкільного закладу.

**МАТЕРІАЛИ:**

- папір
- олівці
- маркери
- ватман

**1.Вступне слово практичного психолога.**

У якому б віці дитина вперше не прийшла б до дошкільного навчального закладу, для неї це сильне стресове переживання. На рівні фізіології в період адаптації визначають десинхронізуючий вплив підкірки на кору великих півкуль головного мозку дитини. Водночас відбувається активізація відділу вегетативної нервової системи, який відповідає за реакцію і поведінку дитини в стресових ситуаціях. Унаслідок цих фізіологічних процесів у дошкільника – новачка спостерігають:

- реакцію тривожного очікування;
- наростання нервового напруження;
- підвищення м'язового тону;
- спазм периферійних судин .

Зовнішні ознаки дитини, яка щойно прийшла до дошкільного закладу:

- ✓ блідість або ж почервоніння шкіри;
- ✓ змінена частота дихання та пульсу;
- ✓ виражена настороженість та неспокій.

У перші дні перебування в дошкільному закладі нові діти практично не спілкуються та нечітко сприймають те, що їм кажуть. Вони зазвичай спостерігають за поведінкою інших дітей і дорослих, придивляються і прислухаються. Їхня діяльність, як правило, хаотична і непродуктивна.

## **2.Вправа «Асоціативний ряд»**

**Мета:**налаштувати педагогів на співпрацю під час семінару-практикуму;актуалізувати позитивне турботливе ставлення до дитини під час процесу адаптації.

*Слова для створення асоціативного ряду:* адаптація, дитина, вихователь, дорослий, розвиток, вік тощо.

### **Хід вправи:**

Учасники мають придумати на кожну літеру запропонованого практичним психологом слова слова-ознаки, що свідчать про позитивну взаємодію вихователя і дитини в процесі звикання дитини до дитячого садка. Після завершення роботи учасники обґрунтовують свій варіант розшифрування запропонованого слова.

### **Варіант відповіді учасників:**

- А — адресність (як індивідуальність);
- Д — доброзичливість;
- А — активність;
- П — піклування;
- Т — толерантність;
- А — акуратність;
- Ц — цілеспрямованість;
- І — інтерес;
- Я — яскравість.



### **3.Вправа «Карусель»**

**Мета:**систематизувати знання вихователів про процес адаптації; сформувати у вихователів вміння розуміти особливості та закономірності процесу адаптації.

#### **Хід вправи:**

Практичний психолог об'єднує учасників у чотири групи, забезпечує кожному з них аркушем паперу з незавершеним реченням, як-от:

- Адаптація — це...
- Адаптація ускладнюється, коли...
- Аби адаптація була успішною, слід...
- Для успішної адаптації дитини батькам можна порадити...

Протягом 3 хв. групи мають продовжити кожна своє речення. Відтак обмінюються аркушами, допоки не напишуть на кожному з них свій варіант. Думки груп не повинні повторюватися. На завершення їх обговорюють та узагальнюють.

### **4.Інформаційне повідомлення «Чинники, які ускладнюють процес адаптації»**

Існує низка соціальних чинників, що можуть позначитися на перебігу адаптації.

Це такі чинники:

- невідповідність домашнього режиму і режиму дошкільного закладу;
- брак у дітей досвіду спілкування з однолітками та незнайомцями;
- конфліктні взаємини в родині;
- неповна родина;
- надмірні вимоги до дітей;
- гіперопіка.

Вплив соціальних чинників можна зменшити, аби він не мав негативних наслідків для розвитку дітей загалом та/або для їхнього входження в нові умови життєдіяльності зокрема. Такі знання допомагають адекватно вибудовувати взаємодію з кожною дитиною та її батьками.

## **5. Практичне завдання «Портрет новачка»**

**Мета:** розвивати у вихователів емпатію; формувати навички встановлення емоційного контакту з дитиною.

Учасники словесно «малюють» портрет новачка дошкільного закладу, а потім описують його стан, зокрема емоції, контактність, мовлення, сон, рухову активність тощо. Ця вправа допомагає працівникам дитячого садка усвідомити, що деякі поведінкові прояви чи емоційні реакції є нормальними для дитини, що опинилася в змінених умовах. Розповідь слід починати такими словами: «Я бачу перед собою...».

## **6. Ігрова вправа «Шукаємо вихід зі складних ситуацій»**

Кожен з учасників семінару отримує картку з описом складної ситуації, деякий час обмірковує її, відтак висловлює свою думку щодо можливих шляхів розв'язання цієї ситуації. За потреби учасники наочно демонструють свої дії.

*Орієнтовні варіанти ситуацій:*

- Дитина плаче, розлучаючись на порзі дошкільного закладу з мамою. Ваші дії.
- Дитина відмовляється їсти. Ваші дії.
- Дитина відмовляється лягати в ліжко під час денного сну. Ваші дії.
- Дитина в пісочниці кидає пісок на інших дітей. Ваші дії.
- Дитина розбила чашку (тарілку). Ваші дії.
- Дитина вдарила (вкусила) іншу дитину. Ваші дії.

## **7. Вправа «Допоможи колезі»**

**Мета:** удосконалювати вміння вихователів аналізувати поведінку дитини; стимулювати пізнавальну активність вихователя.

**Хід вправи:**

Практичний психолог пропонує учасникам семінару-практикуму розв'язати психолого-педагогічну ситуацію взаємодії з новачком.

**Ситуація**

Дмитрику два роки і чотири місяці. Він неохоче ходить до дитячого садка.

Щоранку просить маму дозволити йому залишитися в роздягальній кімнаті і запевняє її: «Іди на роботу, я тут тебе почекаю». Завжди довго прощається з мамою і два-три рази обіймає її. Протягом дня часто запитує, чи прийде за ним мама, а коли вона нарешті приходить, починає бігати по групі та не йде вдягатися. Однак одного разу, коли мама спробувала піти додому без нього, хлопчик страшенно злякався, і відтоді відтоді всі його капризування припинилися.

У дитячому садку Дмитрик полюбляє гратися іграшковими тваринами. Однак, його ігри завжди розвиваються за одним і тим самим сценарієм: тварини борються та сваряться між собою.

Дитина майже не реагує на звернення та пропозиції вихователя. Склалося враження, що він взагалі не звертає уваги на дорослих. Та останнім часом хлопчик почав прихильно ставитися до помічника вихователя. Можливо, тому що вона дозволяє дитині допомагати їй накривати столи, зокрема розставляти чашки, розкладати ложки, а також перевіряти, чи всім поклали хліб. До того ж мама розповідає, що вдома з Дмитром важко впоратися. Його неможливо вкласти спати, а єдиний спосіб його заспокоїти, аби він нарешті заснув — сильно вдарити.

#### **Запитання для обговорення:**

- Які позитивні тенденції вирізняють розвиток Дмитра?
- Які негативні тенденції ви помітили?
- Що означає вечірня поведінка дитини?
- Чи шкодить дитині мамин спосіб заспокоїти її?
- Яку виховну стратегію обрали щодо такої дитини?

#### **Варіанти відповідей учасників:**

- *можна виокремити такі позитивні тенденції:* початок спілкування з помічником вихователя, дитина починає йти на контакт з дорослими, прагне уваги дорослих та підтримки, прив'язаність до матері;
- *серед негативних тенденцій:* агресивні ігри, небажання йти на контакт з дітьми та іншими дорослими, окрім помічника вихователя, небажання йти додому, але при цьому сумування за мамою;

- *поведінка дитини ввечері* може свідчити про те, що хлопчик сумує за мамою і прагне проводити з нею якомога більше часу, але він не хоче повертатися додому, можливо, через конфліктні ситуації, які виникають вдома. Саме їх дитина моделює в своїх іграх;
- *мамин спосіб заспокоїти* шкодить дитині, оскільки хлопчик не відчуває маминої емоційної підтримки та турботи. Модель маминого вихователя: тілесні покарання — нервові виснаження — сон;
- *можна обрати такі виховні стратегії:*  
 —емоційно підтримувати дитину — мама має обіймати хлопчика, турбуватися про нього;  
 —формувати довірливі стосунки з дитиною — мама має постійно повторювати Дмитрику, що він у садочку лише до вечора, що вона за ним обов'язково повернеться, чітко вказувати час, коли саме його забере;  
 —спонукати дитину до самостійності — обов'язково формувати навички самообслуговування, зокрема самостійно одягатися, їсти, здійснювати гігієнічні процедури.

## **8.Підбиття підсумків семінару-практикуму**

### **Вправа «Серце, сповнене любові»**

Практичний психолог підводить учасників семінару до думки, що педагогам варто й самим вчасно «адаптуватися» до кожного новачка, зрозуміти його, відчувати, допомогти йому.

Кожен з учасників отримує шматочок великого паперового серця, на якому пише початок фрази «Я буду...» та записує усі свої майбутні дії, що сприятимуть швидкій адаптації дітей. Після цього всі шматочки з'єднують, утворюючи одне велике серце — серце, сповнене любові, доброти та взаємодопомоги.

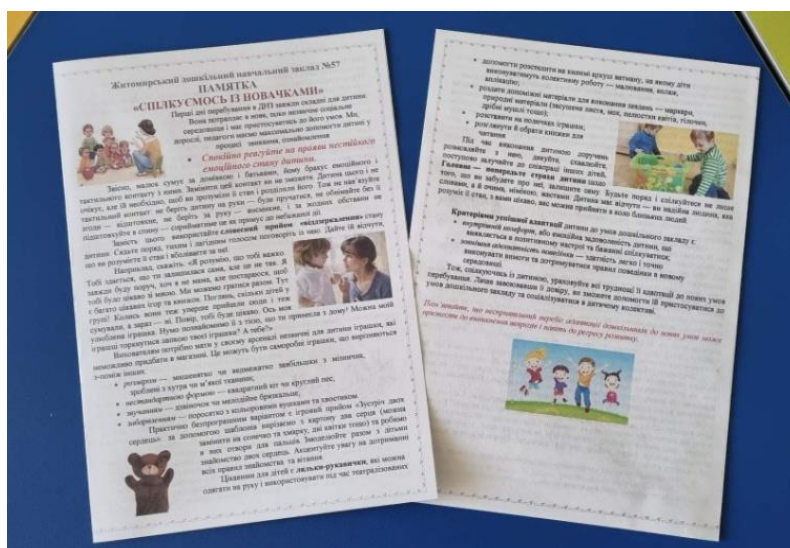
## РОЗДАТКОВИЙ МАТЕРІАЛ ДЛЯ БАТЬКІВ







## ПАМ'ЯТКИ ДЛЯ ПЕДАГОГІВ











**Відгук  
про апробацію програми «Веселі малюки»  
практичним психологом Житомирського дошкільного  
навчального закладу №43  
Катанаха А.М.**

Велика кількість несприятливих чинників, зумовлених соціальною нестабільністю, негативно впливають на сучасну дитину й можуть загальмувати розвиток потенційних можливостей особистості. За таких умов у суспільстві дуже гостро постає проблема соціально-психологічної адаптації та збереження психічного здоров'я особистості. Саме тому адаптація дітей до дошкільного навчального закладу є актуальною й потребує особливої уваги з боку психологів, педагогів і батьків.

У процесі адаптації беруть участь всі системи організму. Відповідно, знижуються захисні сили організму, що може призвести до захворювання дитини. Завдання педагогічних працівників полягає у створенні сприятливих умов для успішної адаптації до дошкільного закладу.

Профілактика дезадаптації передбачає зниження психоемоційного напруження дітей, надання допомоги у встановленні емоційного контакту з однолітками, ознайомлення дітей з умовами дитячого закладу, підтримка потреби в увазі дорослих та спілкування з ними.

Аналізуючи спостереження в період адаптаційного процесу та підсумовуючи проведену роботу, можна зробити певні висновки: процес адаптації проходить значно легше в тих дітей, котрі мають добре сформовані певні навички предметно-ігрової діяльності, навички самообслуговування, комунікативні навички середнього рівня, а також отримують від батьків позитивне настановлення на відвідування дитячого садка.

Програма практичного психолога Катанаха А.М. є досить актуальною для вихованців третього року життя.

Програма проходила апробацію протягом двох років (вересень 2020 – вересень 2022р.) на базі Житомирського дошкільного навчального закладу №43.

Важливим у розробці даної теми є системний підхід, що полягає в роботі зусіма учасниками освітнього процесу (діти, батьки, педагоги).

За час впровадження програми було виявлено, що вона дійсно забезпечує вирішення низки завдань: сприяє ознайомленню дітей з умовами дитячого закладу, підтримці потреби в увазі дорослих та спілкування з ними, розвитку емоційного інтелекту дітей, формуванню елементарних навичок ввічливого спілкування, доброзичливого ставленню до дорослих та однолітків, розумінню мови оточення, розвитку доступних дитині мовних виявів, прагненню активно спілкуватися, збагачуванню словникового запасу.

Програма є дієвою та результативною.

Завідувач ЖДНЗ №43

Ольга КОСТРИЦЯ

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Бейлах О. М. Як допомогти дитині підготуватись до вступу в дошкільний заклад [Електронний ресурс]: дис. практичного психолога / О. М. Бейлах. – Миколаїв, 2012.
2. Лукша Т. Крокуємо з малечею дорогою адаптації / Т. Лукша, С. Немержицька, Н. Соколова // Психолог дошкілля. – 2012. - №8. – С. 1-48.
3. Науменко О. М. Адаптація малюків до умов дошкільного закладу / О. М. Науменко // Психологічна газета. – 2010. - №13. – С. 3-5.
4. «Дитячий садок» №45-46, грудень 2004/ Гончарук І., Шелест Л., Гаврилюк Т. «Виховуємо наймолодших»
5. «Психолог» №34, вересень 2008 /Доля Н. «Розвиток емоційної сфери дітей раннього віку»
- 6.Максимова М.А. Методичні рекомендації щодо здійснення психологічного супроводу навчально-виховного процесу дошкільних навчальних закладів / М.А. Максимова // Електронний ресурс. Режим доступу: <http://www.osvitayahotin.org.ua/>
- 7.Стреж Л. В. Адаптація дітей раннього віку до умов ДНЗ [Текст] : семінар-практикум для психологів ДНЗ / Л. В. Стреж // Психолог (Шкільний світ). – 2007. – № 43. – С. 10-15.
- 8.Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчукта ін. – К.: Просвіта, 2001. – 416 с.
- 9.Олтаржевська Людмила. Як запобігти ускладнень адаптації до умов дитячого садка[Електронний ресурс]/ Людмила Олтаржевська // «Психолог дошкілля» №4, листопад 2009. ([http://bilatserkva-dnz32.edukit.kiev.ua/porady\\_psihologa](http://bilatserkva-dnz32.edukit.kiev.ua/porady_psihologa)).
- 10.Циганенко О. М. Адаптація дошкільників до умов дошкільного навчального закладу/ О. М. Циганенко// Особливості організації роботи практичних психологів у дошкільних підрозділах навчально-виховних комплексів району – П., 2011. - №7 – С. 6-10.
- 11.Ясінська Х. Адаптація дітей раннього віку до перебування в ДНЗ[Електронний ресурс]/ Х. Ясінська// Психолог дошкілля. – №4(21) (<http://prolisok.it-we.net/adaptaciya-ditej-rannogo-viku-do-perebuvannya-v-dnz>).