

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 58 «Золушка» комбинированного вида г. Улан-Удэ

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 3 от  
« 24 » 01 \_\_\_\_\_ 2024 г.

Утверждаю  
Заведующий МБОУ  
детский сад № 58 «Золушка» г.Улан-Удэ  
Орсоева Н.И.  
« 24 » \_\_\_\_\_ 2024 г.



ПРОГРАММА

психолого-педагогического сопровождения в период адаптации

детей 2-3 лет

«В детский сад с радостью»

Разработчик программы:  
педагог-психолог Гомбожапова Т.Э-Б

г. Улан-Удэ  
2024

## Содержание

Введение.....	3
Цель и задачи развивающе – профилактических занятий.....	4
Структура и форма развивающе – профилактических занятий.....	4
Ожидаемые результаты.....	5
Тематическое планирование.....	5
Конспекты развивающе – профилактических занятий:	
Занятие 1 «Мыльные пузыри».....	8
Занятие 2 «Божья коровка».....	11
Занятие 3 «Прогулка в осенний лес».....	13
Занятие 4 «Мячик».....	15
Занятие 5 «Листопад».....	17
Занятие 6 «Котята».....	18
Занятие 7 «Мишка».....	20
Занятие 8 «Непослушные мышата».....	20
Занятие 9 «Веселый Петрушка».....	22
Занятие 10 «Колобок».....	23
Список литературы.....	26
Приложение 1.....	27
Приложение 2 .....	

## Введение

### **Актуальность программы.**

Основная задача детского психолога в наше стрессовое время является сохранение психологического здоровья детей. Проблема эта очень обширна, многогранна, и находится далеко за рамками данной программы. Однако, основным компонентом поддержания и сохранения психологического здоровья наших детей, я считаю развитие их эмоциональной сферы.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребёнка детский сад, несомненно, является новым, ещё неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребёнка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Поэтому, каждый ребёнок привыкает по-своему.

Однако можно отметить некоторые закономерности:

Во-первых, надо помнить, что до 2-3 лет ребёнок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнёр по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребёнка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.

Поэтому нормальный ребёнок не может быстро адаптироваться к детскому саду, поскольку сильно привязан к матери, и ее исчезновение вызывает бурный протест ребёнка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный. Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в дошкольном учреждении ребёнок приобрёл при эмоциональной поддержке и доброжелательном отношении всех сотрудников группы и детского сада.

Во-вторых, дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения. Эти страхи – одна из причин затруднений адаптации ребёнка к детскому саду. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в группе детского сада приводит тому, что ребёнок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, так как стресс истощает защитные силы организма. Длительное пребывание в стрессовом состоянии может привести к эмоциональным нарушениям и замедлению психофизического развития.

Для того чтобы этого не произошло необходимо помочь ребёнку адаптироваться к новым условиям. Важную роль в этот период играют развивающе-профилактические занятия психолога с детьми.

### **Поданной проблеме мною были изучены следующие программы и технологии:**

- Роньжина А.С. «Занятия психолога с детьми 2-4х лет в период адаптации к дошкольному учреждению»;
- Казакова Т.Г. «Занятия с дошкольниками по изобразительной деятельности»;
- Грибовская А.А. «Аппликация в детском саду».

Опыт авторов вышеуказанных программ и технологий помог мне разработать систему развивающе - профилактических комплексных занятий, направленных на профилактику дезадаптации детей младших групп и развитие творческих способностей каждого ребёнка средствами аппликации, лепки и рисования.

Для более легкого восприятия и усвоения материала детьми, развивающие игры и упражнения в каждом занятии были объединены единой темой. А наличие определённой темы или единого сюжета настраивает и заинтересовывает ребят, создаёт определённый эмоциональный микроклимат, что сказывается на качестве и желании участвовать в предложенных заданиях. И именно осознание игровой цели задания, заинтересованное

участие детей даёт положительные результаты в развитии, как для самого ребёнка, так и профессиональное удовлетворение для психолога.

### **Цель и задачи развивающе-профилактических занятий**

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

Этим определяются **основные задачи:**

преодоление стрессовых состояний у детей 2-3-х лет в период адаптации  
обучение воспитателей методам проведения групповой деятельности в адаптационный период

Параллельно с решением основных задач решаются **задачи комплексного развития детей:**

- снятие эмоционального и мышечного напряжения
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом
- развитие внимания, восприятия, речи, воображения
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений
- развитие игровых навыков, произвольного поведения
- развитие творчества.

Так как малыши нередко болеют и после болезни нуждаются в повторной адаптации, рекомендуется проводить занятия в течение первых трех месяцев. Базовыми средствами работы служат разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, потешки, стишки, «догонялки». Они быстро вовлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши и топанье ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой.

### **Структура и формы развивающе-профилактических занятий**

Как правило, деятельность начинается с упражнений, требующих согласованности действий всей группы: дети дружно шагают, бегают, выполняют другие задания в соответствии с ритмом и словами стихотворения. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу.

В основную часть занятий входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками.

Заканчивается занятие спокойными малоподвижными играми и упражнениями.

Все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены сказочно-игровым сюжетом для постоянного поддержания интереса к занятиям.

Комплектование и количество упражнений и игр, из которых состоит каждое занятие, варьируется психологом. Он может сократить занятие, чтобы избежать переутомления детей, изменить последовательность частей в соответствии с настроением детей.

Занятия длительностью 10-15 минут проводятся 1 раз в неделю в течении 3-х месяцев, каждое занятие проводится в три этапа и повторяется. Каждая игра и упражнение повторяется по 2 раза, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр. Кроме того, дети раннего возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче.

Активное участие в занятиях принимает воспитатель. Он перенимает методы и приёмы, применяемые психологом в различных ситуациях, отмечает наиболее понравившиеся детям игры и использует их в своей работе.

Игры, наглядный материал и дидактическое пособие, может меняться, но не меняя содержания и цели данного.

### Ожидаемые результаты

1. Успешная безболезненная адаптация детей к новым условиям
2. Улучшение психологического климата в группе, сплочение детского коллектива
3. В сфере развития познавательных процессов:
  - повышение уровня развития внимания, восприятия, речи, воображения
  - повышение уровня развития чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений
  - повышение уровня развития творческих способностей

### Механизмы отслеживания результатов:

На основании наблюдения за поведением детей психологом заполняются листы адаптации на ребенка (см. Приложение 1).

Возможность увидеть изменения, происходящие с ребенком в ходе адаптации, позволит анкетирование родителей в первые дни пребывания ребенка в детском учреждении (Анкета для родителей 1) и спустя 2-3 недели пребывания ребенка в детском саду (Анкета для родителей 2) (см. Приложение 2).

### Тематическое планирование занятий

Месяц	Неделя	Тема занятия	№	Игры и упражнения, используемые в занятии
Сентябрь	1	Мыльные пузыри	1	1.Приветствие 2. «Выдувание мыльных пузырей» 3. «Ладушки-Ладочки» 4. «Полет пузырей» 5. Аппликация «Разноцветные пузыри» 6. Прощание
			2	1.Приветствие 2. «Выдувание мыльных пузырей» 3. «Надувайся пузырь» 4. «Мы ногами топ-топ» 5. Аппликация «Большие и маленькие пузыри» 6. Прощание
	2		3	1.Приветствие 2. «Выдувание мыльных пузырей» 3. «Пузыри, собирайтесь в баночку» 4. «Один шарик» 5. Групповой рисунок «Мыльные пузыри» 6. Прощание
		Божья	1	1. Приветствие

				<ul style="list-style-type: none"> <li>2. «Знакомство с божьей коровкой»</li> <li>3. «Поймай божью коровку»</li> <li>4. «Маленькие пальчики»</li> <li>5. Аппликация «Божья коровка»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
	3		2	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Знакомство с божьей коровкой»</li> <li>3. «Божья коровка, улети на небо»</li> <li>4. «Согрей божью коровку»</li> <li>5. Рисование «Точки на спинках»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
			3	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Знакомство с божьей коровкой»</li> <li>3. «Божья коровка, улети на небо»</li> <li>4. «Божьи коровки и небо»</li> <li>5. Лепка «Ножки для божьей коровки»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
	4	Прогулка в осенний лес	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Прогулка в осенний лес»</li> <li>3. «Ежик»</li> <li>4. «Кленовые листочки»</li> <li>5. Аппликация «Кленовые листочки»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
			2	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Прогулка в осенний лес»</li> <li>3. «Ежик»</li> <li>4. «Песенка для ежика»</li> <li>5. Рисование «Колючий еж»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
Октябрь	1		3	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Ежик»</li> <li>3. «Грибник»</li> <li>4. «Грибы»</li> <li>5. Аппликация «Грибы для ежика»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
		Мячик	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Какой мяч»</li> <li>3. «Мой веселый звонкий мяч»</li> <li>4. «Прыгающие мячики»</li> <li>5. Аппликация «Разноцветные мячи»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>

	2		2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Какой мяч»</li> <li>3. «Прыгающие мячики»</li> <li>4. «Прятки»</li> <li>5. Аппликация «Большие и маленькие мячи»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
			3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Какой мяч»</li> <li>3. «Найди мячик»</li> <li>4. «Чудесный мешочек»</li> <li>5. Лепка «Разноцветные мячи – коллективная работа»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
	3	Листопад	1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Прогулка по осеннему лесу»</li> <li>3. «Листопад»</li> <li>4. «Дождик и солнышко»</li> <li>5. Рисование «Листопад»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
			2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Прогулка по осеннему лесу»</li> <li>3. «Листопад»</li> <li>4. «Дождик и солнышко»</li> <li>5. Рисование «Дождик»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
	4		3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Листопад»</li> <li>4. «Дождик и солнышко»</li> <li>5. Групповой рисунок «Кленовые листочки»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
		Котят а	1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Угадай, кто мяукает»</li> <li>3. «Кошка с котятами»</li> <li>4. «Бабочки»</li> <li>5. Рисование «Бабочка»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
Ноябрь	1		2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Кошка с котятами»</li> <li>3. «Бабочка»</li> <li>4. «Поймай бабочку»</li> <li>5. Аппликация «Разноцветные бабочки»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
			3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Угадай, кто мяукает»</li> <li>3. «Кошка с котятами»</li> <li>4. «Бабочка»</li> <li>5. «Бабочка, лети!»</li> <li>6. Прощание</li> </ol>
	2	Мишк	1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> </ol>

				<ul style="list-style-type: none"> <li>2. «Знакомство с Мишкой»</li> <li>3. «Разбуди мишку»»</li> <li>4. «Мишка косолапый»</li> <li>5. Рисование «Банка мёда для Мишки»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
		Непослушные мышата	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Непослушные мышата»</li> <li>3. «Мышки – шалунишки»</li> <li>4. «Мама мышка и дети мышата»</li> <li>5. «Мышки и часы»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
	3	Веселый петрушка	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. «Знакомство с Петрушкой»</li> <li>3. «Где же ваши ручки?»</li> <li>4. «Карусели»</li> <li>5. «Веселые игрушки»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
		Колобок	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Сказка «Колобок»</li> <li>3. «Что за овощ? Что за фрукт?»</li> <li>4. «Покатился колобок»</li> <li>5. Прощание</li> </ul>
	4		2	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Сказка «Колобок»</li> <li>3. «Спрячь колобка»</li> <li>4. «Покатился колобок 2»</li> <li>5. «Угости медведя»</li> <li>6. Прощание</li> </ul>
			3	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Сказка «Колобок»</li> <li>3. «Молчанка»</li> <li>4. Лепка «Колобок»</li> <li>5. Прощание</li> </ul>

## Конспекты развивающе – профилактических занятий:

### Занятие 1. Мыльные пузыри

**Цели:** снятие эмоционального напряжения и агрессии, снижение излишней двигательной активности, обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы, развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, развитие внимания, речи, воображения, памяти, развитие чувства формы и цвета.

**Оборудование:** 2 набора для выдувания мыльных пузырей, спокойная музыка, мячи или шарики, ватман с нарисованными цветными контурами мыльных пузырей разного размера, цветные краски и кисти, половина альбомного листа с нарисованными цветными контурами кругов (мыльных пузырей), готовые формы (цветные круги-вкладыши одного диаметра и разного), клей, кисть клеевая, клеенка, тряпочка, поднос.

**Ход деятельности:**

#### 1. Приветствие

#### 2. Упражнение «Выдувание мыльных пузырей» (1)

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

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

Воспитатель, психолог и дети выдувают мыльные пузыри, наблюдают за ними, ловят их. В конце упражнения психолог задаёт вопросы. Дети отвечают на них.

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| - Сколько пузырей я выдула?            | - Много                               |
| - Какой формы пузыри?                  | - Круглые                             |
| - Какого размера были пузыри?          | - Большие и маленькие                 |
| - А какого цвета вы видели пузыри?     | - Белые, голубые, зелёные, желтые     |
| - Разноцветные (попытоживает психолог) | - Разноцветные                        |
| - А что делали пузыри?                 | - Летали, лопались, кружились, падали |
| - А что вы делали?                     | - Надували, ловили, прыгали           |

Необходимо постараться добиться того, чтобы дети отвечали полными ответами.

#### 3. Упражнение «Ладушки – Ладошки» (1)

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

Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки  
Хлопали в ладошки, хлопали немножко  
да...

Ритмично хлопают в ладоши

Пену мешали, пузыри пускали,  
Пузыри летали, деток забавляли  
Да....

Кладут ладони на колени  
Имитируют движения

Кулачки сложили, кулачками били:  
«Тука-тука, тука-тук!»  
«Тука-тука, тука-тук!»  
Да....

Кладут ладони на колени  
Складывают ладони в кулачки

Ладушки плясали, деток забавляли  
Так они плясали, деток забавляли  
Да...

Стучат кулачками друг о друга  
Кладут ладони на колени  
Сжимают и разжимают кулачки

Ладушки устали, ладушки поспали  
Баю-баю-баюшки, баю-баю-ладушки

Кладут ладони на колени  
Кладут ладони, сложенные  
«лодочкой» под правую, затем

Да...

под левую щеку  
Кладут ладони на колени.

#### **4. Упражнение «Полёт пузырей» (1)**

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

- Вспомните, как плавно покачивались в воздухе пузыри. Попробуйте это изобразить. Психолог и воспитатель помогают детям раскачиваться вперед-назад.

#### **5. Аппликация «Разноцветные пузыри»**

Дети садятся за столы. На столах все подготовлено к аппликации. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах круги-вкладыши одинакового размера, разного цвета. Обращает внимание детей, что круги одинаковые по размеру, но разные по цвету. Дети должны назвать цвета самостоятельно.

2. рассмотреть контуры кругов на листах

3. расположить круги-вкладыши в цветных контурах соответствующего цвета. Ребёнок должен найти цветные контуры кругов на листах и в каждый цветной контур вклеить кружок соответствующего цвета.

#### **6. Упражнение «Надувайся, пузырь» (1)**

Все берутся за руки и встают в маленький круг. Психолог рассказывает стишок и не спеша отступает назад. Дети повторяют за ним.

Надувайся  
пузырь,  
Раздувайся большой  
Оставайся  
такой Да не  
лопайся!

Круг расширяется, пока психолог не скажет: «Лопнул пузырь!». Тогда все хлопают в ладоши, хором говорят «Хлоп!», сбегаются в маленький круг и снова берутся за руки. Игра повторяется 2-3 раза.

#### **7. Упражнение «Мы ногами топ-топ-топ» (2)**

Дети говорят вместе со взрослыми и выполняют следующие движения:

Мы ногами топ-топ-  
топ, А в ладошки хлоп-  
хлоп-хлоп! Ай да малыши,  
ай да крепыши! По дорожке  
мы шагаем И в  
ладошки ударяем  
топ-топ, ножки, топ!  
хлоп-хлоп, ручки хлоп!

Дети и взрослые ходят по комнате, высоко  
поднимая ножки, хлопают в ладошки  
Ручки на пояс, кружатся.  
Идут за психологом, хлопают

Стоя на месте топают ножками,  
хлопают  
ручками Ручки

#### **8. Аппликация «Большие и маленькие пузыри»**

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к аппликации. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах круги-вкладыши разного цвета, разного размера. Обращает внимание детей, что круги разные по размеру и разные по цвету. Дети должны назвать размер и цвета самостоятельно.

2. рассмотреть контуры кругов на листах.

3. расположить круги-вкладыши в цветных контурах соответствующего размера и цвета. Ребёнок должен найти цветные контуры кругов на листах и в каждый цветной контур вклеить кружок соответствующего размера и цвета.

#### **9. Упражнение «Пузыри, соберитесь в баночку» (1)**

- Ну-ка, пузыри, соберитесь в баночку. (Дети подбегают к психологу и встают плотную друг к другу)

- Я беру палочку для выдувания пузырей и опускаю ее в баночку. (Психолог гладит рукой детей по волосам).

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

Раз, два, три, надуваю пузыри! (Дети разбегаются по группе. Звучит громкая и плавная музыка – дети изображают полёт мыльных пузырей).

#### **10. Упражнение «Один шарик» (1)**

Психолог делит детей на пары, даёт каждой паре по мячику/шарику и говорит:

- Представьте себе, что мяч/шарик – это мыльный пузырь, который нельзя уронить, иначе он лопнет. Держите мяч вдвоём и дружно выполняйте движения (прыгают, поднимают руки вверх, приседают и т.п.)

#### **11. Групповой рисунок «Мыльные пузыри»**

Дети подходят к столу, на котором все подготовлено к рисованию. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть контуры кругов на ватмане. Обращает внимание детей, что круги разные по размеру и разные по цвету. Дети должны назвать размер и цвета самостоятельно.

2. выбрать себе контур, который необходимо будет разукрасить.

3. ребёнок должен выбрать краску, соответствующую выбранному контуру круга и разукрасить его.

#### **12. Прощание**

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

### **Занятие 2 Божья коровка**

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

**Оборудование:** игрушечная божья коровка, черная гуашь для рисования пальцами, половина листа, клей кисть для клея, клеенка, тряпочка, поднос, готовые формы (красные круги) для каждого ребёнка, чёрный пластилин, доска для лепки.

**Ход деятельности:**

#### **1. Приветствие**

#### **2. Упражнение «Знакомство с божьей коровкой» (1)**

Психолог показывает детям игрушечную божью коровку и говорит:

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

Давайте поздороваемся с ней.

Дети

рассматривают божью коровку, здороваются с ней. Психолог предлагает определить цвет, форму, величину игрушки. Если дети затрудняются с ответом, психолог сам называет цвет, форму, величину.

#### **3. Упражнение «Поймай божью коровку» (1)**

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

психолог, делая вид, что пытается поймать воображаемого жучка, выполняет хватательные движения над головой: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения.

- Давайте разомнем кулачки и посмотрим, смогли ли мы поймать божью коровку.

Дети вслед за психологом медленно разжимают кулачки.

- Вот наш жучок! Подставьте ему обе ладошки.

Дети вслед за психологом

соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат воображаемого жучка.

#### **4. Упражнение «Маленькие пальчики» (3)**

- А сейчас покажите мне правую руку, а теперь – левую. Давайте подружим наши пальчики.

Дружат в нашей группе девочки и мальчики Мы с тобой подружим маленькие пальчики Один, два, три, четыре, пять! Начинаем счёт  
Одн, дв, тр, чет, пят,  
три, четыре, пять!  
кончили считать.

Дети складывают руки в замок и поочередно соединяют пальчики правой и левой рук, начиная с мизинцев

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к аппликации. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах красные круги. Дети должны назвать цвет самостоятельно.
2. сравнить готовые формы и изображение божьей коровки. Дети должны самостоятельно сказать, на что похожи готовые формы (круг на тело)
3. расположить круг в центре листа, а затем приклеить

#### **6. Упражнение «Божья коровка, улети на небо» (1)**

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

Божья коровка	Ритмично покачивают ладонями
Улети на небо,	Делают взмахи перекрещенными кистями рук
Принеси нам хлеба Черного и	Машут кистями рук на себя
	Ритмично хлопают в ладоши
	Грозят указательным пальцем

Как правило, во время первого занятия многие дети не способны повторить некоторые движения за взрослыми. В этом случае психолог, воспитатель сажают малышей к себе на колени и, поддерживая их ладони, делают вместе с ними вышеописанные движения.

#### **7. Упражнение «Согрей божью коровку» (1)**

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

Обучая этому дыхательному упражнению, психолог может попросить детей широко открыть рот и длительно произносить звук «А».

- Согрелась божья коровка, давайте сдуем ее с ладошки.

Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой. На начальном этапе освоения этого упражнения можно предложить детям на выдохе длительно произносить звук «У».

#### **8. Рисование «Точки на спинках»**

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к рисованию. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть свою аппликацию, которая была выполнена на прошлом занятии.
2. сравнить аппликацию и изображение божьей коровки. Дети должны сказать, чего не хватает на спинке (черных круглых точек)
3. дети вслед за психологом обмакивают пальцы в черную гуашь и рисуют круги на спинках божьих коровок.

#### **9. Игра «Божьи коровки и ветер» (1)**

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

Мы вокруг себя  
покружились

И в божьих

коровок превратились

Кружатся, показывают разные части  
тела

Божьи коровки, покажите мне ваши

Головки, носики, ротки

Ручки-крылышки, ножки, животики.

- Замечательно! А теперь представьте, что светит солнышко, божьи коровки ползают по листочкам. Дети встают на четвереньки и ползают по полу.

- Подул злой, холодный ветер, перевернул жучков. Дети переворачиваются на спину, шевелят расслабленными руками и ногами.

Если психолог наблюдает у кого-то из детей напряжение, скованные, резкие движения, то он может поглаживанием и легким встряхиванием помочь ребенку снять излишнее напряжение.

- Подул

добрый теплый ветерок, помог перевернуться жучкам. Дети снова встают на четвереньки и ползают.

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

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

- Воробей летит! Спасайтесь, божьи коровки!

Дети бегут в объятия к психологу и воспитателю.

Игра повторяется 2-3 раза.

### 10. Лепка «Ножки для божьей коровки»

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к лепке. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть свою аппликацию, которая была сделана на прошлых занятиях и сказать, чего не хватает божьей коровке.

2. дети вслед за психологом раскатывают тонкие колбаски из черного пластилина.

3. располагают их на аппликации, чтобы получились ножки божьей коровки.

### 11. Прощание

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

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

## Занятие 3 Прогулка в осенний лес

**Цели:** сплочение группы, развитие эмпатии, развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию, снижение излишней двигательной активности, обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету, развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей, развитие общей моторики, развитие памяти, речи и воображения.

**Оборудование:** картина или фотография «Осенний лес», игрушечный ёжик, игрушки из кукольного театра: лиса, волк, медведь, красный, желтый, зеленый кленовый лист (гриб) – они же готовые формы для аппликации (для каждого ребёнка), красная, желтая, зеленая корзинки (подарочные пакеты, коробки), цветная основа 10\*20 см, клей, кисть для клея, клеенка, тряпочка, поднос, половина листа с изображением контура ежика, черный карандаш на каждого ребенка.

**Ход деятельности:**

### 1. Приветствие

### 2. Упражнение «Прогулка в осенний лес» (1)

Психолог показывает детям картину, на которой изображен осенний лес.

Дети рассматривают картину, называют время года, объясняют, по каким признакам они определили, что изображена осень.

Психолог говорит:

- Давайте представим, что мы идём на прогулку в осенний лес. Дети встают друг за другом и идут по кругу. Психолог рассказывает потешку и показывает движения, дети повторяют за ним.

По ровненькой дорожке

По ровненькой дорожке

Шагают наши

ножки Шагают

наши ножки По

Двигутся обычным шагом

Двигутся большими шагами

По кочкам, по кочкам

Выполняют прыжки с  
продвижением вперед

По маленьким листочкам  
Вямку – бух!

Двигутся мелкими шажками  
Приседают на корточки

С целью развития произвольного контроля за действиями, психолог обращает внимание детей на то, что нужно присесть на корточки, а не просто садиться на ковер или падать на колени.

- Ну вот, мы и в лесу. Нас должен встречать ежик. Где же он?

Дети находят спрятанную игрушку и говорят, где находился ежик (под столом и т.д.) Игра повторяется 2-3 раза.

### **3. Упражнение «Ежик» (1)**

психолог рассматривает с детьми игрушечного ежика, предлагает его потрогать. Дети касаются ладонью игрушки, делают вид, что укололись, отдергивают руку, говорят, что ежик колючий. Психолог предлагает детям выучить стихотворение В. Заходера.

- Что ты, еж, такой  
колючий? Это я на всякий  
случай. Знаешь, кто  
мои соседи?

Лисы, волки да медведи!

Психолог объясняет, как ежик защищается от «своих соседей», предлагает детям поиграть. Дети, изображая ежиков, ползают на четвереньках по группе. Когда психолог показывает игрушку (лису, волка или медведя), дети должны сгруппироваться и сидеть неподвижно.

Игра повторяется 2-3 раза.

Некоторым детям сложно соблюдать условие игры: не двигаться при проявлении лисы (волка, медведя) – они стремятся убежать, спрятаться. Вхождение в роль поможет преодолеть импульсивность. Детям напоминают, что ежи не умеют бегать, как зайцы, не умеют лазить по деревьям, как белки, - но у них есть надёжное укрытие – иголки.

### **4. Упражнение «Кленовые листочки» (1)**

психолог говорит:

- Ежик собрал в лесу кленовые листочки. Он просит вас помочь ему правильно разложить листочки по корзинам.

Психолог даёт каждому ребёнку набор кленовых листьев, выставляет три корзинки – красную, желтую, зеленую. Дети раскладывают листья по корзинам соответствующего цвета.

### **5. Аппликация «Кленовые листочки»**

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к аппликации. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах готовые формы – кленовые листья. Психолог отмечает, что они разного цвета.

2. расположить элементы на основе так, как выполнено на образце.

3. наклеить элементы на середину основы в определённой последовательности (красный, желтый, зелёный)

### **6. Упражнение «Песенка для ежика» (1)**

Психолог предлагает спеть ежику песенку.

Выбирается ребёнок, который будет изображать ежа. Он садится и обхватывает руками колени. Психолог и остальные дети встают вокруг него и поют песенку.

Шли по лесу не спеша,

Вдруг увидели ежа.

- Ежик, ежик, - мы друзья,

Дай погладить нам тебя.

Все наклоняются и ласково прикасаются к «ежику».

Игра повторяется 2-3 раза.

Чтобы каждый ребёнок побывал в роли ежа, можно – предложить сесть в центр круга сразу нескольким детям.

### **7. Рисование «Колючий еж»**

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к рисованию. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть контуры ежика на листе. Обращает внимание детей, что ежу чего-то не хватает. Дети должны самостоятельно сказать «иголок».
2. дети дорисовывают карандашом иголки у ежика.

### **8. Упражнение «Грибник» (4)**

Саша шел-шел-шел,

Белый гриб нашел,

Раз – грибок, два – грибок, три – грибок

Положил в кузовок.

Имитируют движения грибника: идут  
нагибаются и кладут грибы в кузовок

### **9. Упражнение «Грибы»**

Психолог говорит:

- Ежик собрал в лесу грибы. Он просит вас помочь ему правильно разложить грибы по корзинкам.

Психолог

даёт каждому ребенку набор грибов, выставляет три корзинки – красную, желтую, зеленую. Дети раскладывают грибы по корзинкам соответствующего цвета.

### **10. Аппликация «Грибы для ежика»**

Дети садятся за столы. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах готовые формы – грибы. Психолог отмечает, что они разного цвета. Дети должны назвать цвета самостоятельно.
2. расположить элементы на основе – рисунке ежика с прошлого занятия так, как выполнено на образце.
3. наклеить элементы на основу.

### **11. Прощание**

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

## **Занятие 4 Мячик**

**Цели:** сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками, повышение эмоционального тонуса, развитие чувства ритма, координации движений, развитие ориентации в пространстве, обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов, развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.

**Оборудование:** большой мяч, матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине), половина альбомного листа с нарисованными цветными контурами кругов (мячей) (по 2 на каждого ребёнка), готовые формы (цветные круги-вкладыши одного диаметра и разного), клей, кисть клеевая, клеенка, тряпочка, поднос, набор пластилина, доска для лепки, ватман с нарисованными цветными контурами мыльных пузырей разного размера.

**Ход деятельности:**

#### **1. Приветствие**

#### **2. Упражнение «Какой мяч»**

Психолог показывает детям большой и маленький мячи и предлагает определить их форму, величину, цвет. Дети выполняют задание.

- Покажите рукой форму мяча и

назовите (мяч круглой формы)

Дети рисуют в воздухе круг:

одной рукой, другой, обеими руками одновременно.

- Сравните мячи по размеру.

Дети показывают большой мяч и называют, показывают маленький мяч и называют.

- Сравните мячи по  
цвету

Дети называют  
цвета мячей самостоятельно

### 3. Упражнение «Мой веселый звонкий мяч» (1)

- Давайте сядем вокруг мяча и расскажем про него стихотворение.

Все садятся вокруг мяча и кладут на него ладони. Дети повторяют за психологом стихотворение С. Маршака «Мой веселый звонкий мяч и ритмично шлепают по мячу сначала одной, потом другой рукой.

Психолог оказывает помощь детям, которые неритмично шлепают по мячу. Он кладёт свою ладонь на ладошку ребенка и помогает ему скоординировать движения руки с ритмом стиха.

Мой веселый звонкий мяч  
Ты куда помчался вскачь?  
Желтый, красный,  
голубой Не угнаться за  
тобой Я тебя  
ладонью хлопал Ты  
скакал и звонко топал  
Ты пятнадцать раз

А потом ты покотился  
И назад не воротился  
Покотился в огород  
Докатился до  
ворот Подкатился  
под ворота Добежал до  
поворота Там попал  
под колесо Лопнул,  
уползнул – вот и все!

### 4. Упражнение «Прыгающие мячики» (1)

А теперь представьте, что вы превратились в мячики. Катя, ты будешь мячиком какого цвета? А ты, Вова? И

т.д.

свою одежду и называют соответствующие цвета.

Дети рассматривают

- Я буду играть с

мячами – легонько шлепать вас ладошкой, а вы будете прыгать, как мячики.

Психолог, рассказывая стихотворение «Мой веселый звонкий мяч», поочередно кладёт ладонь на голову каждого ребёнка. Дети, почувствовав касание, подпрыгивают на месте. На слова: не угнаться за тобой – дети убегают от психолога к воспитателю. Игра повторяется – и дети убегают от воспитателя в объятия психолога.

### 5. Аппликация «Разноцветные мячи»

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к аппликации. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах круги-вкладыши одинакового размера, разного цвета. Обращает внимание детей, что круги одинаковые по размеру, но разные по цвету. Дети должны назвать цвета самостоятельно.
2. рассмотреть контуры кругов на листах.
3. расположить круги-вкладыши в цветных контурах соответствующего цвета.

### 6. Игра «Прятки» (1)

Психолог предлагает «мячам» поиграть в прятки. Он читает стихотворение «Мой веселый звонкий мяч». Дети прыгают. На слова: «не угнаться за тобой» - дети разбегаются по группе и прячутся. Психолог ищет детей. Найденный ребенок должен сказать, где он прятался. Игра повторяется 2-3 раза.

### 7. Аппликация «Большие и маленькие мячи»

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к аппликации. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах круги-вкладыши разного размера, разного цвета. Обращает внимание детей, что круги разные по размеру и разные по цвету. Дети должны назвать цвета самостоятельно.
2. рассмотреть контуры кругов на листах.
3. расположить круги-вкладыши в цветных контурах соответствующего размера и цвета.

### 8. Упражнение «Найди мячик»

- Ребята, вы так весело играли в прятки, что мячу тоже захотелось с вами поиграть. Закройте глаза, а мячик спрячется. По команде психолога дети открывают глаза и начинают искать мяч. Найдя, говорят, где он прятался.

### **9. Упражнение «Чудесный мешочек»**

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

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

Дети

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

### **10. Лепка «Разноцветные мячи». Коллективная работа.**

Дети подходят к столу, на котором все подготовлено к лепке. Психолог предлагает детям: 1. рассмотреть контуры кругов на ватмане. Обращает внимание детей, что круги разные по размеру и разные по цвету.

2. выбрать себе контур, который необходимо будет разукрасить пластилином.

3. ребёнок должен выбрать пластилин, соответствующий выбранному контуру круга.

4. раскатать шарик, расположить его в центре круга и нажать, далее размять края шарика до границ контура.

### **11. Прощание**

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

- Вот мы и подошли к концу.

Давайте скажем друг другу «Спасибо» за веселую игру. До свидания!

## **Занятие 5 Листопад**

**Цели:** создание атмосферы эмоциональной безопасности, снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение импульсивности, повышенной двигательной активности, развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп, развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакции, развитие речи, воображения, творческих способностей.

**Оборудование:** большой зонт, мелодия с шумом дождя, два кленовых листа (для каждого ребенка), желтая, красная, зеленая гуашь, кисточка для каждого ребенка, лист с изображением осеннего пейзажа.

**Ход деятельности:**

### **1. Приветствие.**

### **2. Упражнение «Прогулка по осеннему лесу» (1)**

Психолог предлагает детям посмотреть, что происходит за окном. Он обращает внимание малышей на приметы осени (желтеющие деревья, опавшие листья, пасмурное небо) и говорит:

- Представьте, что мы идём гулять в осенний лес.

Дети выстраиваются в колонну по двое.

- Внимательно слушайте слова. Старайтесь двигаться дружно. Не обгоняйте друг друга.

Зашагали ножки: топ-топ-топ

Прямо по дорожке: топ-топ-топ

Ну-ка, веселее: топ-топ-топ

Идут друг за другом

Вот как мы умеем: топ-топ-топ

Побежали ножки

По ровненькой дорожке

Бегут, старясь не обгонять друг друга

Убегают, убегают, только пяточки сверкают.

Игра повторяется 2-3 раза.

### **3. Игра «Дождик и солнышко» (1)**

Дети ходят по комнате, изображая, что собирают листья. Как только психолог включает мелодию со звуком дождя, дети бегут под большой зонт, который держит воспитатель, и прячутся так, чтобы всем хватило места. Шум дождя прекращается и звучит команда «Солнышко» - дети выбегают из-под зонта.

Игра повторяется 2-3 раза

#### **4. Упражнение «Листопад» (1)**

Включается спокойная музыка. Дети берут в каждую руку по кленовому листочку. Психолог говорит:

Представьте, что вы кленовые листочки. Пришла осень, пора листопада, ветер сорвал листочки с деревьев, и они закружились в воздухе. Покажите, как танцуют листочки на ветру. Дети, изображая полет листьев, плавно движутся под музыку. Психолог читает стихотворение и показывает движения. Дети повторяют.

Листопад, листопад  
Листья желтые летят  
Под ногой шуршат, шуршат  
Скоро станет голым сад

Кружатся, изображая листочки  
Подбрасывают листочки  
вверх      Ходят по листочкам  
Ложатся на пол и слушают музыку

#### **5. Рисование «Листопад»**

Дети садятся за столы. Психолог раздаёт листы с изображением осеннего пейзажа и предлагает нарисовать летящие листья.

#### **6. Рисование «Дождик»**

Дети садятся за столы. Психолог раздаёт листы с изображением осеннего пейзажа с прошлого занятия и предлагает нарисовать капли дождя.

#### **7. Игра «Дождик» (4)**

Дождик, дождик, что ты льёшь?

4 хлопка

Погулять нам не

Притопы

даешь      Дождик,

4 хлопка

дождик, полно лить Деток,

Прыжки на месте

землю, лес мочить

Ходьба

После дождика на даче

Прыжки через лужицы

#### **8. Групповой рисунок «Кленовые листочки»**

Дети подходят к столу, на котором все подготовлено к рисованию. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть тарелочки с краской и трафареты кленовых листьев
2. выбрать себе цвет, в который будет необходимо обмакнуть трафарет
3. сделать отпечаток кленового листа на ватмане.

#### **9. Прощание**

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

## **Занятие 6 Котят**

**Цели:** формирование положительной самооценки, развитие стремление сопереживать, помогать, поддерживать друг друга, снятие мышечного напряжения, развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость), развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки, развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле, развитие внимания, речи и воображения.

**Оборудование:** желтые, красные, синие, зеленые бабочки размером в детскую ладошку (по количеству детей), игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цветов, половина листа с изображенным контуром бабочки, цветные карандаши, шнур с привязанными к нему бабочками.

**Ход деятельности:**

### **1. Приветствие**

## 2. Упражнение «Угадай, кто мяукает» (1)

Психолог «мяукает» сначала как взрослая кошка, а потом как котенок.

- Дети, кто это мяукает?

Дети высказывают свои догадки.

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

## 3. Игра «Кошка с котятами»

(1)

мамой – кошкой, а вы – котятами.

пойдем гулять во двор. Во дворе живёт собака, вы должны уметь защищаться.

Сейчас мы будем учиться шипеть и выпускать коготки. Все садятся на корточки, сжимают пальцы в кулаки, произносят: «Ш-ш-ш», затем разжимают кулаки, разводят пальцы (показывают коготки) и произносят: «Мяу».

Упражнение повторяется 2-3

раза.

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

Дети ходят по

группе. По сигналу «Собака!», дети выполняют вышеописанное упражнение.

Игра повторяется 2-3 раза.

## 4. Игра «Бабочки»(1)

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

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

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

бабочек. психолог даёт бабочку каждому ребенку и говорит:

- Бабочки хотят поиграть. Встаньте в круг.

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

- Бабочка, лети, лети, лети  
произвольные Лети, лети, лети!  
которой На головке (на плече и т.д.) отдохни!  
бабочка (имитация полета

Медленно выполняют

движения рукой в  
находится

бабочки), и следят за ней

глазами Игра повторяется 2-3 раза.

## 5. Рисование «Бабочка»

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к рисованию. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть контуры бабочек на листе
2. выбрать карандаш, которым будут работать, и назвать цвет самостоятельно
3. разукрасить бабочку.

## 6. Упражнение «Поймай бабочку» (1)

Психолог предлагает детям сесть на колени и говорит:

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

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

## 7. Аппликация «Разноцветные бабочки»

Дети садятся за столы, на которых все подготовлено к аппликации. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть на подносах бабочки-вкладыши разного цвета. Обращает внимание детей, что бабочки – вкладыши разные по цвету. Дети должны назвать цвета самостоятельно.
2. рассмотреть контуры бабочек на листах. 19
3. расположить бабочки-вкладыши в цветных контурах соответствующего цвета.

## 8. Упражнение «Бабочка, лети! (2)

психолог предлагает детям подойти к нему, показывает бабочек (2-3 бумажные яркоокрашенные бабочки, к каждой из которой привязана нитка 50 см и прикреплена к шнуру на расстоянии 30 см друг от друга. Шнур натягивается психологом и воспитателем так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребёнка). Психолог говорит:

- Посмотрите, какие красивые бабочки: красная, желтая, синяя. Как их много. Они как живые! Посмотрим, могут ли наши бабочки летать. (Дует на бабочек). Смотрите, полетели! Попробуйте и вы подуть. Какая бабочка улетит дальше? Дети по очереди подходят к бабочкам и дуют на них.

## 9. Прощание

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

### Занятие 7

**Цели:** сплочение группы, развитие эмпатии, снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности, развитие умения связывать свои действия с действиями других детей, в ритме стиха, с правилами игры, развитие координации движений, общей и мелкой моторики, развитие координации движений, развитие внимания, речи и воображения.

**Оборудование:** игрушечный медвежонок, мелодия с пением птиц, гуашь желтого цвета, лист с изображением банки (для каждого ребенка), кисточка, поролоновый тампон.

**Ход деятельности:**

#### 1. Приветствие

#### 2. Игра «Знакомство с Мишкой»

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

- Здравствуйте, ребята. Меня зовут Мишка. А фамилия моя – Топтыгин. А как вас зовут? Дети называют свои имена и фамилию, пожимают мишке лапку.

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

#### 3. Игра «Разбуди мишку»

Ребёнок, играющий роль медвежонка, берет Мишку, ложится в центр круга и закрывает глаза. психолог и остальные дети водят вокруг него хоровод и поют:

Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге

Громко не кричите, Мишку не сердите,

Тихо подходите, ласково будите.

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

- Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся! (дети повторяют за психологом: поднимают вверх сначала левую, потом правую руку, встают на носочки. Игра повторяется 2-3 раза.

#### 4. Потешка «Мишка косолапый»

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

Мишка косолапый по лесу идет

Имитируют походку медведя

Шишки собирает, песенки поёт

Наклоняются, делая вид, что собирают шишки

Вдруг упала шишка прямо мишке в лоб  
Мишка рассердился и ногою – топ!

Хватаются за лоб  
Топают ногами

## 5. Рисование «Банка меда для Мишки»

Психолог

говорит:

- Ребята, наш Мишка проголодался. Что медведи любят больше всего? Правильно, мед. Мишка принес пустые банки и просит налить ему меда. Вы хотите угостить его? Тогда нужно раскрасить банки. Какого цвета мед? Правильно, желтого. Раскрашивайте так, чтобы ни одна капля мимо банки не упала.

Дети закрашивают банку желтой краской и дарят свои подарки Мишке.

## 6. Прощание

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

- Мишка говорит вам спасибо за игры и за угощение! До свидания!

## Занятие 8 Непослушные мышата

**Цели:** преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет, формирование положительной самооценки, развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, развитие слухового внимания, быстроты реакции, развитие чувства юмора, речи и воображения.

**Оборудование:** игрушечная мышка, розовый и черный косметические карандаши, большие игрушечные часы, ритмичная танцевальная мелодия.

**Ход деятельности:**

### 1. Приветствие

### 2. Игра «Непослушные мышата»

Психолог показывает детям игрушечную мышку и говорит:

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

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

Непослушные мышата

Маму слушать не хотят

Ножками потопайте

Говорят: Нет, нет, нет!

Ручками похлопайте

Головкой покивайте

Со мною поиграйте

Мышка качает головой:

- Ах, какие

озорные,

непослушные какие!

Ножками не топайте

Говорят: Будем, будем, будем! Топают

Руками не хлопайте

Хлопают в ладоши

Головкой не кивайте

Кивают головой

Со мною не играйте

Говорят: Будем, будем, будем! Прыгают

- Ах, какие

озорные,

### 3. Потешка «Мышки-шалунишки»

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

Скачут мышки-шалунишки

Прыгают на месте

Кто на чашке, кто на крышке

Тише, тише, тише, мышки,

Не мешайте спать малышке

Идут на носочках. Садятся на корточки, кладут ладони, сложенные «лодочкой», под щеку

Игра повторяется 2-3 раза.

#### 4. Упражнение «Мама мышка и дети мышата»

Психолог говорит:

- Вот наступил вечер. Мама мышка уложила своих мышат спать. И сама хочет спать. Психолог подходит к каждому ребёнку и гладит его по голове. Дети на стульчиках изображают спящих мышат. Психолог укладывает спать игрушечную мышку. - Мама- мышка

уснула.

Включается

ритмичная танцевальная музыка. Дети встают со стульчиков, прыгают, танцуют. Музыка замолкает – дети садятся на стульчики, притворяются спящими.

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

Игра повторяется.

#### 5. Игра «Мышки и часы»

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

Вышли мыши как-то раз

Идут на четвереньках к часам

Посмотреть который час

Раз, два, три,

Дергают за гири правой

четыре! Мыши

рукой

Дергают за гири левой

дернули за гири

рукой

Раздался тут страшный звон:

Закрывают ладонями

Бим, бом, бим, бом!

уши

Ритмично хлопают в

Убежали мыши

ладоши.

вон! Игра

Отползают на четвереньках (спиной)

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

- Мышка говорит вам спасибо за игры и гостеприимство!

### Занятие 9 Веселый петрушка

**Цели:** развитие умения согласовывать свои действия с действиями других людей, закрепление знаний о принадлежности к полу (девочка – мальчик), закрепление пространственных представлений (верх – вниз), развитие общей и мелкой моторики, развитие восприятия, речи и воображения.

**Оборудование:** игрушка «Петрушка», игрушечный паровозик с привязанной к нему длинной лентой, бельевая прищепка синего цвета (для каждого мальчика), бельевая прищепка желтого цвета (для каждой девочки), обруч, с привязанными к нему лентами желтого и синего цвета, мягкая игрушка или кукла (для каждого ребенка).

**Ход деятельности:**

#### 1. Приветствие

#### 2. «Знакомство с Петрушкой»

Психолог говорит:

- Ребята, к нам в гости едет веселый Петрушка!

Раздается «гудок паровоза» и в групповую комнату входит воспитатель, который везет куклу на игрушечном паровозике. «Петрушка» обращается к детям:

- Здравствуйте, дети! Я – веселая игрушка, а зовут меня –

Петрушка! А кто хочет на моем паровозике прокатиться?

Дети встают друг за другом, берутся одной рукой за ленту, привязанную к паровозу, дружно шагают и поют песенку:

Паровоз, паровоз, маленький блестящий,

Он вагоны повёз, будто настоящий.

Кто едет в

поезде?

Плюшевые мишки, зайки

пушистые Кошки да мартышки!

- Вот мы и приехали в стану игр и развлечений.

### 3. Упражнение «Где же ваши ручки?»

- Вставайте в круг. Давайте с нашими ручками и ножками поиграем. Психолог поёт песенку и показывает движения. Дети повторяют за ним. Где же, где же, наши ручки?

Разводят руками удивлённо

Где же наши ручки?

Нету наших ручек!

Вот наши ручки!

Вот наши

ручки! Пляшут,

пляшут наши ручки!

Пляшут наши ручки!

Где же наши ножки?

Нету наших ножек!

Вот наши ножки!

Вот наши ножки!

Пляшут, пляшут наши ножки!

Пляшут наши ножки!

Где же, где же, наши детки?

Где же наши детки?

Нету наших деток!

Вот, вот наши детки!

Вот наши детки!

Пляшут, пляшут наши детки!

Пляшут наши детки!

- Ура, нашлись наши детки! Приглашаю вас на карусели! А у вас есть билеты? Получите: девочки – желтые, мальчики – синие.

### 4. Подвижная игра «Карусели»

«Петрушка» показывает карусель (обруч с желтыми и синими лентами). Дети выбирают себе ленты в соответствии с цветом билета. Дети, взявшись за ленты, встают в круг. Психолог и «Петрушка» рассказывают потешку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

- Еле-еле, еле-еле, закружились карусели

А потом, потом,

потом Все бегом,

бегом, бегом Тише,

тише, не кружите

Карусель остановите

Раз-два, раз-

Идут медленно

Идут

быстрее

Бегут

Переходят на

шаг

Останавливаются

головой.

Игра повторяется 2-3 раза.

### 5. «Веселые игрушки»

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

Дети выбирают себе игрушки и подходят к психологу. Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ними.

Прыгают с игрушками вверх

Поднимают игрушки над головой

Прыгай, прыгай веселей!

Прыгай, прыгай по быстрей!

Вверх, вниз, вверх, вниз  
И немножко покружись!

Приседают, ставят игрушки на пол  
Вытягивают руки с игрушкой перед собой  
и

кружатся. Игра повторяется 2-3 раза.

### **6. Прощание**

- Ребята, паровозик говорит, что нам пора  
возвращаться.

Дети берутся за ленту, привязанную к

паровозу, дружно идут.

Психолог и дети благодарят

Петрушку и паровозик за путешествие и игры. Петрушка уезжает.

## **Занятие 10 Колобок**

**Цели:** сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества, снятие страхов перед сказочными героями, развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного), развитие пространственных представлений, развитие внимания, речи и воображения.

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

**Ход деятельности:**

### **1. Приветствие**

### **2. Упражнение «Сказка Колобок» (1)**

Психолог рассказывает и инсценирует сказку «Колобок». Дети повторяют показанные психологом движения.

- Жили-

были старик со старухой. Вот просит старик: «Испеки мне, старая, Колобок».

Старуха намела муки (выполняют плавные движения кистями рук к себе), наскребла соли (медленно сжимают и разжимают кулаки), посолила (собирают пальцы в щепоть, «солят» правой, левой и обеими руками), помешала тесто (круговые движения в разных направлениях правой, левой и обеими руками), слепила колобок (имитируют лепку колобка), покатила (выполняют круговые движения одной ладонью над другой по часовой стрелке, затем против часовой стрелки), маслом помазала (глядят одной ладонью другую), в печку жаркую поставила (дышат на ладони теплым воздухом) и положила остудить на окошко (дуют на ладони). Надоело колобку лежать: он и покатился с окна на завалинку, с завалинки на травку, с травки на дорожку. Катится колобок к лесу через поле (ложатся на ковер и катятся). Прикатился к лесу, а там его уже заяц поджидает.

### **3. Упражнение «Что за овощ? Что за фрукт?»**

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

«Зайчик» рассказывает, что любит есть свежие овощи и фрукты, потому что они вкусные и полезные. Предлагает детям с закрытыми глазами попробовать его угощение и отгадать, что он съели. Дети выполняют задание, а затем рассматривают фрукт (овощ) и отвечают на вопросы: какой это фрукт (овощ): кислый или сладкий? мягкий или твердый? и т.п.

Во время каждого повторного занятия детям дают попробовать фрукт и овощ, например: яблоко и капусту, грушу и огурец, банан и морковь.

### **4. Упражнение «Покатился колобок» (1)**

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

## 5. Упражнение «Спрячь колобка»

### (1) Волк:

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

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

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

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

Психолог предлагает детям спрятать колобков в мисочки.

Дети выполняют задание.

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

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

с колобком, подружился он с ним. Но, что поделаешь, - надо простаться.

- Волку понравилось играть

Дети

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

## 6. Упражнение «Покатился колобок 2» (1)

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

## 7. Упражнение «Угости медведя» (1)

Медведь:

- Колобок, колобок, проголодался я, ни одного гриба в лесу не нашел, вот я тебя и съем! Не ешь меня, медведь, я тебе грибы помогу найти.

Психолог показывает детям маленькие деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик. Дети рассматривают и ощупывают игрушки. Затем психолог складывает игрушки в матерчатый мешочек и просит детей найти для медведя грибок. Дети поочередно опускают руку в мешочек, и, отыскав грибок среди игрушек, угощают медведя. Медведь благодарит детей и отпускает колобка.

## 8. Игра «Молчанка» (1)

- Катится, катится колобок, вдруг видит – перед ним лиса. Лиса:

- Колобок, колобок, я тебя съем!

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

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

Пальчик о пальчик: тук-тук-тук,

Ладошки, ладошки: хлоп-хлоп-хлоп,

Кулачками, кулачками: стук-стук-стук,

Локотками, локотками: цок-цок-

цок Ножками, ножками: топ-топ-

топ, Ротик закроем, немножко

помолчим!

Психолог выдерживает паузу и говорит:

Понравилась Лисе песенка, не удержалась она и принялась нахваливать колобка. Не смогла Лиса промолчать, и пришлось ей отпустить колобка. Лиса прощается с детьми.

## 9. Лепка «Колобок»

Дети подходят к столу, на котором все подготовлено к лепке. Психолог предлагает детям:

1. рассмотреть изображение колобка. Обращает внимание детей, что колобок круглый и желтого цвета. Дети должны назвать форму и цвета самостоятельно.
2. ребёнок должен скатать шарик между ладошками.

#### **10. Прощание**

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились во время занятия, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

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

## Список литературы

1. Грибовская А.А. Аппликация в детском саду (для детей 3-5 лет): часть 1. – М.: НО «Фонд в поддержку развития информационных технологий образовательных учреждений «Развитие», 2005.
2. Заводчикова О.Г. Адаптация ребёнка в детском саду: взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи: пособие для воспитателей / О.Г. Заводчикова. – М.: Просвещение, 2007.
3. Казакова Т.Г. Занятия с дошкольниками по изобразительной деятельности: Кн. для воспитателей дет.сада и родителей. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение: Учеб.лит., 1996.
4. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 1999.
5. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 -х лет в период адаптации к дошкольному учреждению.- М.: Книголюб, 2004.
6. Соколова Ю. Речь и моторика. – М.: Изд-во Эксмо, 2002. – (серия «Божья коровка»).

## ЛИСТ АДАПТАЦИИ

Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_

Возраст при поступлении \_\_\_\_\_

Дата поступления \_\_\_\_\_

Адаптационные дни	1-й	3-й	4-й	8-й	16-й	20-й	30-й	60-й
<b>Настроение</b>								
<b>Аппетит:</b> завтрак обед полдник								
<b>Сон:</b> засыпание								
<b>Активность:</b> в игре на занятиях в речи								
<b>Взаимоотношения с детьми</b>								
<b>Взаимоотношения со взрослыми</b>								

Условные обозначения:

положительно – «+»

неустойчиво – «?»

отрицательно - «-»

болел – «б»

находился дома – «д»

## АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ 1

Дата заполнения: \_\_\_\_\_  
 Фамилия, имя \_\_\_\_\_  
 ребёнка: \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_  
 рождения: \_\_\_\_\_  
 Ф.И.О. матери (законного представителя): \_\_\_\_\_ Ф.И.О. отца (законного представителя): \_\_\_\_\_  
 Жилищные условия: \_\_\_\_\_  
 Адрес: \_\_\_\_\_  
 Телефон контактный: \_\_\_\_\_

### Сведения о

**родителях** **Возраст:**  
 матери \_\_\_\_\_ отца \_\_\_\_\_  
**Состояние здоровья матери (законного представителя) (нужное подчеркнуть):**

- а) здорова
- б) страдает заболеваниями:
  - гипертония
  - аллергия
  - близорукость
  - частые простудные и воспалительные заболевания
  - другие \_\_\_\_\_

**Состояние здоровья отца (законного представителя) (нужное подчеркнуть):**

- а) здоров
- б) страдает заболеваниями:
  - аллергия
  - близорукость
  - частые простудные и воспалительные заболевания
  - другие \_\_\_\_\_

**Образование:** матери \_\_\_\_\_ отца \_\_\_\_\_

**Профессия:** матери \_\_\_\_\_ отца \_\_\_\_\_

**Состав семьи** (проживают вместе с ребёнком): \_\_\_\_\_ Семья распалась (да, нет), когда ребёнку было \_\_\_\_\_ лет У ребёнка неродные (мать, отец) (подчеркнуть)

Ребёнок опекаемый (подчеркнуть)

**Взаимоотношения в семье (нужное подчеркнуть):** хорошие, холодные, напряжённые, частые ссоры

### Сведения о ребёнке

Каким по счёту родился \_\_\_\_\_

**Течение беременности (нужное подчеркнуть):**

- обычное
- с осложнениями
- лежала на сохранении
- нервные потрясения во время беременности
- инфекционные болезни
- частые простуды с высокой температурой

**Роды (нужное подчеркнуть):**

- в срок

- преждевременные
- перенесенные
- нормальные
- затяжные
- кесарево сечение

Ребёнок

**болел:** редко/ часто, легко / тяжело, с осложнениями (нужное подчеркнуть)

**Травмы:** \_\_\_\_\_

**Операции:** \_\_\_\_\_

**Состоял / состоит на учёте у врача (нужное подчеркнуть):** инфекциониста, окулиста, отоларинголога, ревматолога, невропатолога, психоневролога, аллерголога, дерматолога, хирурга

**Если состоял либо состоит на учёте у перечисленных врачей, укажите, пожалуйста,**

**диагноз** \_\_\_\_\_

**Физическое состояние ребёнка (нужное подчеркнуть):** хорошее, удовлетворительное, неудовлетворительное

**Аппетит (нужное подчеркнуть):** нормальный, повышенный, пониженный, избирательный

**Перечислите продукты, вызывающие аллергию, если есть такие:** \_\_\_\_\_

**Сон (нужное подчеркнуть):**

- а) засыпает: быстро, не сразу
- б) спит: спокойно, беспокойно
- в) бывают ночные страхи, во сне говорит, ходит
- г) просыпается: легко, с трудом
- д) бывает сонлив днём
- е) какова длительность сна \_\_\_\_\_

**Что Вы делаете, чтобы ребёнок уснул?** \_\_\_\_\_ **Отношение к высаживанию**

**на горшок (нужное подчеркнуть):** положительное, отрицательное

**Навыки**

**опрятности (нужное подчеркнуть):** просится на горшок, не просится, но бывает сухой, не просится и ходит мокрый

**Утомляется (нужное подчеркнуть):** часто / редко, от общения, от физических нагрузок **Частые жалобы (нужное подчеркнуть):** головная боль, повышенная потливость, повышенная обидчивость, плаксивость, страхи

**Индивидуальные особенности (нужное подчеркнуть):** привычка сосать соску, заикание, мочиться днем / ночью, памперсы, обмороки, привычка сосать палец

**Ваши пожелания** \_\_\_\_\_

*СПАСИБО ЗА ВНИМАТЕЛЬНОЕ ЗАПОЛНЕНИЕ АНКЕТЫ!*

## АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ 2

Ваш ребёнок впервые начинает посещать дошкольное учреждение. Он попадает в новую обстановку, в большой детский коллектив, сталкивается с незнакомыми взрослыми. Для того, чтобы переход ребёнка в новые условия был более безболезненным, просим ответить на следующие

вопросы: \_\_\_\_\_  
ребёнка: \_\_\_\_\_  
рождения: \_\_\_\_\_

Фамилия, имя

Дата

1. С каким настроением Ваш ребёнок идёт в дошкольное учреждение \_\_\_\_\_
2. Как ласково его называют дома \_\_\_\_\_
3. Подвержен ли частым простудным заболеваниям \_\_\_\_\_
4. Какую пищу не любит, не воспринимает \_\_\_\_\_
5. Есть ли диатез \_\_\_\_\_
6. Имеются ли другие хронические заболевания \_\_\_\_\_
7. Переносит ли лекарственные препараты \_\_\_\_\_
8. Спит ли ребёнок дома \_\_\_\_\_
9. Умеет ли самостоятельно
  - одеваться
  - раздеваться
  - умываться
  - пользоваться туалетом
10. Умеет ли самостоятельно и аккуратно есть \_\_\_\_\_
11. Умеет ли самостоятельно играть \_\_\_\_\_
12. Любимые игрушки ребёнка \_\_\_\_\_
13. С желанием ли делится игрушками с детьми \_\_\_\_\_
14. Охотно ли вступает в контакт:
  - с детьми своего возраста
  - с незнакомыми взрослыми
15. Проявляет ли познавательный интерес к окружающему миру, задаёт ли познавательные вопросы \_\_\_\_\_
16. Изменилось ли поведение ребёнка дома и как \_\_\_\_\_
17. На какие темы вам нужна консультация \_\_\_\_\_
18. Ваши пожелания и предложения \_\_\_\_\_