**Программа по профилактике дезадаптивного поведения у детей дошкольного возраста.**

**Актуальность программы**: Поступление и нахождение ребёнка в дошкольном образовательном учреждении вызывает, как правило, серьёзную тревогу у взрослых. Ребёнок в семье привыкает к определённому режиму, к способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

От того, как пройдёт привыкание ребёнка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависит дальнейшее его развитие и благополучное существование в детском саду и в семье.

Общеизвестно, степень адаптации ребенка к детскому саду определяет его психическое и физическое здоровье. Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс.

Данная программа позволяет ребенку безболезненно влиться в незнакомый детский коллектив и научиться правилам поведения в нем, предотвратить появление у ребенка тревожности и агрессивного поведения, стать организованным, развить произвольность и внимание и, в целом, осуществить гармоничное развитие личности.

**Цель программы**: профилактика дезадаптивного поведения детей в условиях дошкольного образовательного учреждения.

**Задачи программы**:

- снизить уровень тревожности у воспитанников дошкольного образовательного учреждения

- снижение агрессивности у дошкольников

- сформировать у детей адекватную самооценку

**Принципы реализации программы:**

При планировании и проведении занятий с детьми дошкольного возраста по профилактике дезадаптивного поведения детей необходимо учитывать некоторые принципы организации профилактического процесса.

Основные принципы работы с детьми:

1. Принцип активности. Данный принцип предполагает построение предметно-развивающей среды в дошкольном образовательном учреждении, которая включает в себя создание эмоционального поля, обеспечивающего формирование эмоциональной сферы детей дошкольного возраста - основы социального развития.

2. Принцип природосообразности. Данный принцип заключается в том, что в процессе совместной деятельности ребёнка и взрослого именно ребёнок является центром этой ситуации взаимодействия. Принцип предполагает учёт пола, возраста, уровня развития ребёнка. Как отмечает А.В. Мудрик, важно, чтобы у ребёнка формировалось чувство сопричастности к социуму, осознание себя как субъекта жизнедеятельности.

3. Принцип сотрудничества предполагает ориентацию в процессе деятельности на личность ребёнка, создание благоприятных условий для её самоопределения, самореализации, для развития способностей. Совместная деятельность ребёнка дошкольного возраста и родителей построена на межсубъективном взаимодействии, в котором ребёнок выступает как равноправный партнёр.

4. Принцип социализации. Данный принцип предполагает усвоение и активное воспроизводство индивидом социального опыта, опыта взаимодействия ребёнка с миром взрослых. Социализация личности происходит в процессе деятельности, общения ребёнка со значимым взрослым в определённой культуре, что обеспечивает формирование у него социальной активности.

5. Принцип последовательности. Обеспечивает постепенное обогащение знаний родителей по разным сферам личностного развития ребенка и организации его воспитания в семье.

6. Принцип диалогичности. Принцип, ориентирующий на установление доверительных взаимообогащающих отношений педагогов с родителями.

**Участники программы:** программа предназначена для детей дошкольного возраста от 1,5 до 5 лет, их родителей и специалистов дошкольного образовательного учреждения. Реализует программу педагог-психолог.

**Формы и методы программы**: групповая работа с детьми, практические методы (рисование, физкультминутка, игровая беседа с элементами движений, решение проблемной ситуации, игровые задания, игровые упражнения)

**Направление программы:**

Работа с детьми.

1. Занятие «Божья коровка».

Цель занятия: создание положительного эмоционального настроя в группе; развитие зрительного восприятия (цвет, форма), развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле, развитие зрительного восприятия, развитие внимания, речи и воображения.

Занятие включает в себя: ритуал приветствия, чтение потешки  «Божья коровка», рисование «Божья коровка».

1. Занятие «Листопад».

Цель занятия: создание атмосферы эмоциональной безопасности; снятие эмоционального и мышечного напряжения; снижение тревожности, повышенной двигательной активности; развитие творческих способностей.

Занятие включает в себя: приветствие, упражнение «Зашагали наши ножки», игра «Солнышко и дождик», рисование «Листопад».

1. Занятие «Друг веселый».

Цель занятия: развитие коммуникативных навыков; снижение тревожности у воспитанников, снятие эмоционального и мышечного напряжения; развитие ориентации в собственном теле; развитие общей и мелкой моторики; развитие восприятия, речи и воображения.

Занятие включает в себя: приветствие, Упражнение «Большой круг, маленький круг», игра «Друг веселый».

1. Занятие «Мыльные пузыри».

Цель занятия: снятие эмоционального напряжения и агрессии; обучение детей установлению контакта друг с другом; развитие внимания, речи и воображения.

Занятие включает в себя: приветствие, загадка, песенка «Ладушки, ладушки», упражнение «Надувайся пузырь», упражнение с мячом.

1. Занятие «Непослушные мышата».

Цель занятия: формирование положительной самооценки; преодоление упрямства; развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью; развитие чувства юмора, речи и воображения.

Занятие включает в себя: приветствие, игра «Непослушные мышата», игра: «Мышки спят», «Мышки и часы».

1. Занятие «Мишутка»

Цель занятия: повышение адаптационных возможностей детей дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения, снятие эмоционального, мышечного напряжения, профилактика дезадаптации.

Занятие включает в себя приветствие, игру с мишкой, рисование гуашью.

Работа с родителями.

1. Занятие «Успешный процесс адаптации ребенка в ДОУ»

Цель занятия: повышение компетентности родителей в вопросах профилактики дезадаптации детей дошкольного возраста, содействовать развитию навыков позитивного общения и рефлексии, познакомить родителей с понятием эмоционального благополучия детей в семье и ДОУ.

Занятие включает в себя показ презентации, озвучивание причин дезадаптивного поведения и формы его проявления. Раздаточный материал «Игры и упражнения на снижение агрессии и ослабление негативных эмоций»

1. Занятие «Мир детский и мир взрослый»

Цель занятия: формирование желания активного взаимодействия с ребенком, осознание разницы между «миром» ребенка и взрослого, что выражается в особенностях восприятия, эмоциональных переживаниях, мотивации поведения и т.д. Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка.

Занятие включает с себя приветствие, работу в парах (родитель-ребенок) расположение сюжетных картинок, обсуждение идей ребенка и родителя. Домашнее задание для родителей «Продолжите фразу: воспитание – это…»

1. Занятие «Давайте дружить!»

Цель занятия: снизить эмоциональное напряжение и дать возможность подружиться-познакомиться родителям и детям, узнать друг друга ближе. Показать родителям на сколько дети адаптированы, снизить эмоциональное напряжение родителей, включить родителей в работу с воспитателями и коллективом ДОУ.

1. Занятие «Особенности успешного прохождения адаптационного периода».

Цель занятия: изучение понятия «адаптация», факторы, от которых зависит успешное течение адаптации, причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ и появление первых признаков дезадаптации, время адаптационного периода.

1. Занятие «Самооценка ребенка»

Цель занятия: повышение компетентности родителей в вопросах профилактики дезадаптации детей дошкольного возраста, познакомить родителей с диагностическими методиками (тревожность, самооценка).

В конце занятия родителям выдается раздаточный материал «Игры и упражнения на снятие страхов, повышение уверенности в себе и развитие навыков общения».

1. Занятие «Тревожность – как ее преодолеть?»

Цель занятия: провести диагностическое обследование с помощью анкеты «Уровень компетентности родителей в вопросах социально-эмоционального развития детей», познакомить родителей с особенностями социально-эмоционального развития детей дошкольного возраста, с понятиями «эмоционально-психологический комфорт», «тревожность», «стресс», и т.д.

В конце занятия родителям выдается раздаточный материал «Методы саморегуляции и снятия психо-эмоционального напряжения у детей», «Антистрессовый массаж», «Банк саморегуляции».

Работа со специалистами.

1. Занятие «Профилактика дезадаптации»

Цель занятия: ознакомление специалистов с проблемой дезадаптации детей, с ее причинами и последствиями.

В процессе занятия специалистам дошкольного образовательного учреждения выдаются памятки (Приложение В)

1. Занятие «Угадайка»

Цель занятия: сближение детей друг с другом и воспитателем.

Занятие включает в себя игру «Чей голосок?», «Раздувайся пузырь», «Расскажи стишок руками».

1. Занятие «Тренинг на снятие эмоционального напряжения»

Цель занятия: снятие эмоционального напряжения для укрепления психологического здоровья педагога, повышение работоспособности, позитивного настроения педагога, избавление от негативных эмоций.

Занятие включает в себя упражнения «Мусорная корзина», «Откровенно говоря», «Продолжи фразу».

1. Занятие «Формирование благоприятной развивающейся среды, формирование положительного психологического климата в группе»

Цель: изучить условия формирования положительного психологического климата в группе.

1. Занятие «Беседы с воспитателями, испытывающими затруднения в период работы по адаптации детей и профилактике дезадаптации»

Цель занятия: Цель: формирование положительного настроя, снижение эмоциональной напряженности и тревоги педагогов.

1. Занятие «Снятие эмоциональной напряжённости и усталости»

Цель занятия: профилактика эмоционального выгорания педагогов в профессиональной деятельности, поддержание благоприятного климата в коллективе.

Занятие включает в себя приветствие, упражнение «Мое настроение», «Спокойное дыхание»

Ожидаемые результаты:

1. Успешный процесс адаптации.

2. Развитые коммуникативные и игровые навыки, навыки совместной деятельности с детьми и педагогами.

3. Гармонизация эмоционально-волевой сферы детей раннего возраста.

4. Сформированная активная позиция родителей по отношению к процессу адаптации детей.

5. Отсутствие тревожности у дошкольников.

6. Повышение самооценки у воспитанников.

7. Снижение агрессивности у дошкольников.

Риски реализации программы:

1. Недостаточная мотивация родителей и самих детей может привести к низкой эффективности программы;

2. Недоверие со стороны участников программы;

3. Недостаточное количество часов для усвоения программы.

Критерии эффективности программы:

1. Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания собственного ребенка. Родители должны научиться принимать малыша таким, какой он есть, ценить его уникальность. Родители чаще стали обращаться за рекомендациями к педагогу-психологу и узким специалистам.
2. Приведение к адекватной самооценке детей, активность при общении со сверстниками. Если самооценка дошкольника в положительном состоянии, это поможет ему осваивать новые виды деятельности. Формированию положительной самооценки помогает ребенку преодолеть чувства страха, тревожности, гнева, ревности; когда добивается, чтобы его воспитанники чувствовали себя ответственными за свое поведение, когда относится с уважением ко всем членам семьи ребенка.
3. Установление доверительного контакта между семьей и детским садом будет способствовать повышению уровня посещаемости родителями различных мероприятий в группе и в детском саду. Это поможет родителям активно включаться в жизнь детского сада, принимать участие в различных мероприятиях, лучше узнавать ту среду, в которой находится их ребенок.
4. Снижение уровня тревожности у детей в процессе адаптации к детскому саду. Снижение тревожности может проявляться в нормализации сна, поведения, отсутствия раздражительности, снятия мышечного напряжения, может наблюдаться концентрация внимания у ребенка, он становится внимательным, достаточно эмоциональным, а также у него повышается аппетит.
5. Снижение уровня агрессивности у детей дошкольного возраста. Снижение уровня агрессивности сделает ребенка более спокойным, уравновешенным, а также позволит ребенку лучше понять, осознать чувство собственного гнева. В результате ребенок сможет лучше владеть собой, контролировать свои деструктивные эмоции и действия. Также, снижение тревожности приведет к овладению ребенком навыками саморегуляции и сохранит более ровное эмоциональное состояние.
6. У родителей появляется стремление быть помощником для воспитателя и опорой для ребенка в сложный для него период. Родителям необходимо проявлять живой интерес к успехам ребенка, новым друзьями, заданиям, которые он выполняет, и трудностям, которые у него возникают, поощрять ребенка в его успехах и помогать в адаптации. Стремление родителей быть помощником для своего ребенка приведет к безболезненному процессу адаптации в дошкольном образовательном учреждении, а также, в случае каких-либо трудностей, ребенок без проблем сможет обратиться к своим родителям за помощью.

Таким образом, эти данные позволяют судить о правильно выстроенной работе педагогического коллектива по профилактике дезадаптации детей дошкольного возраста к условиям детского сада.