



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическое сопровождение адаптации дошкольников к
условиям детского сада**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое консультирование»
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

70, 4% авторского текста

Работа рекоменд. к защите
рекомендована/не рекомендована

«до» 15 2024 г.

зав. кафедрой ТиПП

[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-210/270-2-1

Власихина Алина Рустамовна [подпись]

Научный руководитель:

канд. психол. наук, доцент кафедры ТиПП

Кондратьева Ольга Александровна [подпись]

Челябинск
2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА.....	9
1.1 Понятие адаптации в научных исследованиях	9
1.2 Особенности адаптации дошкольников к условиям детского сада...	16
1.3 Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА.....	32
2.1 Этапы, методы и методики исследования	32
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования	39
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА.....	47
3.1 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада	47
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	57
3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	72
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	76
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики адаптации дошкольников к условиям детского сада	87
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада	92

ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада	95
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада.....	113
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику	119

ВВЕДЕНИЕ

Проблема адаптации занимает важное место в современном обществе. В настоящее время наблюдается увеличение отклонений в личностном и эмоциональном развитии детей вследствие изменений, происходящих в окружающем мире. Это, в свою очередь, оказывает отрицательное воздействие на адаптацию детей к условиям дошкольного учреждения.

От качества адаптации к условиям детского сада зависит социализация дошкольника, его физическое и психическое состояние. Возможности детей дошкольного возраста обширны: они позволяют устанавливать взаимоотношения с незнакомыми людьми и привыкать к изменениям ситуации. Именно поэтому данный период является сензитивным для развития социальных навыков и способности быть полноценной частью общества. Успешная адаптация в дошкольном возрасте способствует дальнейшему удовлетворительному вхождению личности в социум.

В федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (ФГОС ДО) указаны требования, направленные на создание таких психолого-педагогических условий, при наличии которых процесс вхождения дошкольников в новую социальную ситуацию будет наименее тяжёлым и относительно безболезненным. Отмечается, что в числе данных условий находятся создание благоприятной атмосферы в группе детского сада, проведение работы с родителями, а также организация игровой деятельности, направленной на установление эмоциональных контактов в системах «взрослый – дошкольник» и «дошкольник – дошкольник».

Процесс адаптации раскрывается в трудах таких педагогов и психологов, как М.Р. Битянова, Л.С. Выготский, Н.В. Кирюхина, А.Н. Леонтьев, В.А. Сластелин и т.д. [5; 9; 30; 37; 61]. Отмечается недостаточность исследований, посвящённых психологической адаптации,

а именно её компонентов и их содержания. Особенности адаптации дошкольников к условиям детского сада раскрыты в трудах таких педагогов и психологов, как И.В. Дубровина, И.Н. Евтушенко, Л.В. Мамедова, А.И. Остроухова, О.В. Позднякова, А.С. Роньжина, Е.О. Севостьянова, Е.О. Смирнова [16; 19; 39; 46; 47; 49; 55; 63].

Актуальность темы объясняется тем, что в настоящее время многие дошкольники испытывают значительные трудности при вхождении в новую социальную среду. Им трудно адаптироваться к условиям детского сада и установить удовлетворительные взаимоотношения со взрослыми и сверстниками, вследствие чего наблюдаются нарушения на физическом и психическом уровнях. Общество формирует социальный заказ: повышение уровня адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Также необходимо отметить, что внимание большинства исследователей обращено на адаптацию детей раннего возраста, при этом дошкольники оказываются в уязвимом положении. Отмечается недостаточное количество исследований, направленных на всестороннее рассмотрение адаптации дошкольников к условиям детского сада, а именно их физическое и эмоциональное состояние, качество взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, произвольность поведения и познавательная активность. Запрос со стороны научного сообщества заключается в определении компонентов адаптации дошкольников к условиям детского сада и описании их содержания, а также разработке модели и психолого-педагогического сопровождения данного процесса. Это и определило выбор темы выпускной квалификационной работы: «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации дошкольников к условиям детского сада».

Цель исследования: теоретически изучить и опытно-экспериментальным путём проверить эффективность реализации модели психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Объект исследования: адаптация дошкольников к условиям детского сада.

Предмет исследования: психолого-педагогическое сопровождение адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Гипотеза исследования:

– предполагаем, что адаптация дошкольников находится на низком и среднем уровнях и характеризуется неустойчивым эмоциональным фоном, непринятием изменения привычной ситуации и пассивностью во взаимоотношениях с детьми, что требует разработки и реализации программы психолого-педагогического сопровождения;

– предполагаем, что уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада изменится, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогического сопровождения и включающую в себя теоретический, диагностический, сопровождающий и аналитический блоки.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть понятие адаптации в научных исследованиях.
2. Изучить особенности адаптации дошкольников к условиям детского сада.
3. Разработать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку испытуемых и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.
7. Проанализировать результаты контрольного эксперимента и определить эффективность реализации разработанной программы с использованием методов математической статистики.

8. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику и составить рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению дошкольников к условиям детского сада.

Теоретико-методологическую основу составили:

– социально-психологический подход к исследованию индивидуальных особенностей социально-психологической адаптации детей в условиях ДОО, отражающий принцип системности в психологии (Б.Г. Ананьев, Л.Г. Лаптев, А.В. Петровский и др.), отражающий взаимосвязь и взаимообусловленность всех структурных компонентов адаптации к условиям детского сада;

– теоретические положения, раскрывающие принципы детерминизма, развития и единства сознания и деятельности (Л.С. Выготский, В.А. Петровский, С.Л. Рубинштейн, Н.Я. Семаго, Д.Б. Эльконин и др.).

В ходе исследования были использованы следующие методы:

1. Теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, метод целеполагания и моделирования.

2. Эмпирические: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент, психодиагностический метод.

3. Психодиагностические: «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОО?» Е.О. Севостьянова, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОО» А.И. Остроухова.

4. Методы математико-статистической обработки данных: Т-критерий Вилкоксона.

Теоретическая значимость исследования заключается в обосновании модели психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Практическая значимость исследования заключается в разработке и реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

База исследования: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 7» г. Троицк. В исследовании приняло участие 30 младших дошкольников (две группы детского сада), средний возраст – 3 года. Из них 18 девочек и 12 мальчиков.

Апробация: результаты обсуждались на международной научно-практической конференции «Национальная безопасность и молодёжная политика: вызовы современности».

По результатам исследования была опубликована статья: Долгова В. И. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации дошкольников к условиям детского сада» / В. И. Долгова, О. А. Кондратьева, А. Р. Власихина // Вестник Южно-Уральского государственного педагогического университета. – 2024. – URL: <http://vestnik-cspu.ru/ru/articles/2024/1> (дата обращения: 24.05.2024).

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

1.1 Понятие адаптации в научных исследованиях

Адаптация играет важную роль в жизни человека. Она обеспечивает всестороннее развитие личности, способствует устойчивой работоспособности и обеспечивает максимальную продолжительность жизни организма. В связи со становлением цивилизованного общества и появлением межличностных отношений процесс адаптации начал рассматриваться не только на физиологическом уровне, но и на психологическом. Социальная адаптация подразумевает способность человека менять своё поведение в соответствии с условиями, в которых он находится. Значит, степень адаптации оказывает влияние как на личностное развитие, так и на успешность взаимодействия с окружающими людьми [66].

Впервые термин «адаптация» был использован биологами для обозначения способности живых организмов полноценно функционировать в окружающей среде посредством приспособления к ней. Впоследствии область применения данного понятия расширилась [47, с. 364].

Н.В. Тюрина включает в адаптацию «социальный и психологический аспекты» [71, с. 25]. Она считает, что удовлетворительное состояние психики человека зависит как от биологических, так и от внешних факторов. Условия окружающей среды оказывают влияние на протекание психологической деятельности человека, а это в свою очередь оказывает влияние на функционирование организма и успешность социальной включенности личности в окружающую среду.

Г.А. Андреева подчёркивает, что адаптацию следует рассматривать как сложный элемент социализации: человек усваивает нормы и

требования, принятые в обществе, и следует им; а также он динамично воссоздаёт концепцию общественных взаимосвязей, реализовывает свою индивидуальность и оказывает воздействие на окружающую действительность и людей, находящихся в ней [1, с. 115].

М.Н. Низдиминов и А.М. Пыжов полагают, что адаптация представляет собой «процесс активного приспособления человека к новой среде», также они подчёркивают, что адаптация включает в себя ознакомление с новой средой, включение в коммуникацию и изменение собственного поведения в соответствие с требованиями данной среды [44, с. 34].

С.С. Степанов считает, что адаптация – это «процесс активного приспособления к условиям социальной среды посредством усвоения и принятия принятых в обществе норм, ценностей и стилей поведения» [66, с. 33].

М.Р. Битянова указывает, что адаптация – это «способность приспособиться к среде для успешного функционирования в ней, а также способность к дальнейшему всестороннему развитию в заданных условиях» [5, с. 36].

Из этого можно сделать вывод, что адаптация представляет собой многофакторный процесс, содержащий в себе знакомство с окружающей средой, включение в коммуникацию и изменение поведения в соответствие с усвоенными и принятыми нормами и ценностями общества для успешного функционирования в данной среде и всестороннего развития личности.

Н.В. Кирюхина выделяет виды адаптации: биологическая (адаптация живого организма к окружающей среде, полноценное функционирование в ней), физиологическая (адаптация к конкретной ситуации с учётом актуальных потребностей), социальная (адаптация к социальной среде, усвоение норм и правил, принятых в обществе). Подчёркивается, что перечисленные виды адаптации взаимосвязаны друг с другом [30, с. 47].

В.А. Слестелин и В.П. Каширин выделили такой вид адаптации, как психологический: «адаптация психики человека к социальным и социально-психологическим требованиям среды, её условиям и содержанию деятельности человека». Вследствие данного вида адаптации происходит гармонизация психической жизни и окружающей действительности [61, с. 115].

Существует несколько концепций адаптации личности в зарубежной и отечественной психологии. В поведенческом подходе адаптация рассматривается с точки зрения гармонизации отношений человека и окружающей среды: изменения среды и изменения в поведении человека взаимообусловлены. Адаптивное поведение подкрепляется, т.е. приспособительные реакции закрепляются в поведении человека посредством поощрения. Если же человек не выполняет требования окружающей среды, то он сталкивается с отрицательными последствиями. Также в рамках теории социального научения вводится понятие «самоэффективность», т.е. сформированность адаптивного поведения вследствие наличия уверенности человека в своих способностях и успешности результатов своей деятельности [57].

В психоаналитическом подходе адаптация рассматривается как защитная реакция: чтобы разрешить конфликт и минимизировать тревогу, человек стремится приспособиться к окружающей действительности. При этом Х. Хартманн подчёркивает, что степень адаптированности измеряется в том, насколько продуктивной является деятельность человека, и в том, способен ли он наслаждаться жизнью. Адаптация обеспечивается за счёт обучения и воспитания [73, с. 54].

В гуманистическом подходе адаптация имеет целью достижение духовного здоровья и гармоничное соотношение ценностей личности и социума. Конфликт приводит к фрустрации, что, в свою очередь, активизирует приспособительные акты. Выделяются конструктивные реакции, которые приводят к приспособлению к окружающей среде и

характеризуются направленностью на решение проблем, и неконструктивные реакции, которые направлены на устранение неприятных переживаний без поиска решений непосредственно проблем с целью их полного устранения [57]. В когнитивном подходе конфликт возникает в том случае, если человек сталкивается с информацией, которая противоречит её установкам, т.е. происходит разногласие между содержанием установки и условиями реальности. Результатом такого конфликта становится угроза, которую человек решает реакцией приспособления, т.е. личность ищет возможности для снятия или уменьшения когнитивного диссонанса [66, с. 214].

Л.С. Выготский подчёркивает, что личность и социальная среда взаимосвязаны друг с другом. Он полагает, что среда оказывает влияние на развитие ребёнка, при этом особенности влияния среды на ребёнка определяются её переживанием им [9, с. 29].

С.Л. Рубинштейн связывал адаптацию с осуществляемой деятельностью. В его представлении адаптация и деятельность человека, которая направлена на изменение окружающего мира посредством создания продуктов материальной и духовной культуры, неразрывно связаны друг с другом. Из этого следует, что адаптация предполагает не только вхождение в новую среду, но и «её преобразование посредством осуществляемой деятельности» [50, с. 126].

А.Н. Леонтьев подчёркивает, что человека от животного отличают гибкость и избирательность психики, что определяет их способность к адаптации в социальной среде. При этом необходимо указать, что процесс адаптации является сознательным процессом: человек контролирует своё приспособление к социальной среде, для этого он изучает нормы, принятые в обществе, и меняет своё поведение в соответствии с ними, чтобы его поступки и деятельность были социально одобряемыми [37, с. 204].

А.С. Русаков выделяет составляющие адаптации: физиологическую (приспособляемость организма к окружающей среде, её способность

полноценно функционировать и выполнять различные виды деятельности) и социально-психологическую (наличие у личности способности усваивать и выполнять нормы и требования, принятые в обществе, её готовность вступать в различные коммуникативные ситуации и успешно взаимодействовать с людьми) [51, с. 32].

Адаптация включает в себя следующие компоненты: способность к осуществлению трудовой деятельности, организация гармоничного соотношения труда и отдыха; способность к самообслуживанию и самоорганизации, к полноценному вхождению в новые условия; способность к адекватному восприятию себя, людей и окружающей действительности; способность к установлению гармоничных отношений с окружающими людьми и поддержания с ними удовлетворительного общения; способность к изменению поведения в соответствие с требованиями социальной среды и ролевыми ожиданиями [47].

Т. Шибутани подчёркивает, что адаптация представляет собой защитную реакцию: при воздействии фактора, вызывающего у личности стресс, человек стремится изменить ситуацию, овладеть социальными ролями и изменить эмоциональный фон восприятия окружающей реальности, т.е. адаптация рассматривается с точки зрения приспособительных реакций человека, направленных на восприятие, изменение и формирование новых условий действительности [74, с. 322].

Адаптационные механизмы, по мнению В.А. Бодрова, осуществляются за счёт когнитивных, личностных и поведенческих конструкторов личности. Они обеспечивают как возможность воспринимать окружающую действительность, так и преобразовывать её. Это оказывает влияние на формирование таких свойств личности, как саморегуляция, самооценка, саморазвитие и т.д. Адаптационные механизмы обеспечивают возможность противостояния человека дестабилизирующим факторам окружающей среды [6, с. 114].

И.Н. Евтушенко также подчёркивает, что адаптацию необходимо рассматривать как реакцию, которая возникает вследствие наличия противоречия между внутренним содержанием личности и условиями окружающей среды. Выделяют три стиля адаптации: творческий стиль (преобразование окружающей действительности), комфортный стиль (принятие окружающей действительности), избегающий стиль (противостояние окружающей действительности) [19, с. 210].

Результативным аспектом адаптации является адаптированность. Единое мнение по поводу показателей адаптации в настоящее время отсутствует. Однако многие авторы указывают на существование критерия, который является ключевым в процессе адаптации. Его обозначают по-разному: «эмоциональное самочувствие» (А.Н. Жмыриков, Н.А. Нестеренко, А.А. Реан), «уровень удовлетворённости условиями деятельности и общения» (О.Ф. Гефеле), «субъективное благополучие личности» (Р.М. Шамионов). Из этого следует, что в качестве основного показателя адаптированности личности выступает её внутреннее благополучие, т.е. состояние удовлетворённости качеством деятельности, общения и окружающей среды в целом [39].

Также следует указать, что адаптированность носит относительный характер: человек может быть хорошо адаптирован в одной определённой деятельности, но при этом испытывать значительные трудности в других. Это связано, в частности, с индивидуальными особенностями личности и её возможностями. Например, Ж. Пиаже полагал, что успешность адаптации человека к социальной среде определяется уровнем интеллекта, т.е. способности использовать знания с целью наиболее эффективной адаптации [47, с. 321].

Выделяют следующие виды адаптированности:

- внутренняя: внутренние системы личности трансформируются и поведение меняется в соответствии с требованиями окружающей действительности;

– смешанная: поведение человека частично меняется в соответствии с требованиями окружающей среды, но при этом сохраняются целостность «Я», типичные особенности личности и её самостоятельность;

– внешняя: поведение человека может меняться, однако содержательная составляющая личности остаётся неизменной, самостоятельность личности сохраняется полностью (инструментальная адаптация личности) [23].

Ф.Б. Березин подчёркивал необходимость комплексного рассмотрения адаптационной готовности: психическая деятельность обуславливает поведение, а физиологические механизмы обеспечивают его. Автор выделяет следующие компоненты адаптационной готовности:

– мотивационный: стремление к получению новых знаний, общению со взрослыми и сверстниками;

– когнитивный: степень освоения новых знаний, умственная работоспособность;

– эмоциональный: принятие новой социальной общности, эмоциональный фон, эмоциональное благополучие;

– поведенческий: успешность вхождения в новую социальную общность, физическое благополучие (удовлетворительная работа физиологических механизмов) [3, с. 114].

Критерии успешной адаптации:

– внешняя адекватность поведения (способность выполнять требования окружающей среды и занимать ожидаемые социальные роли);

– внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворённость) [23, с. 20].

Выделяют следующие функции адаптации:

– мобилизирующая: приспособление к изменяющейся структуре социальных отношений, а также способность к усвоению новых социальных норм и требований для последующего следования им (в основе лежит психологические и общественные аспекты);

– стимулирующая: приспособление к актуальным ситуациям, способность к изменению своего поведения в соответствии с имеющимися возможностями для удовлетворения возникающих потребностей (в основе лежат экономические и социальные аспекты) [29, с. 856].

Вследствие реализации данных функций должна повыситься социализация личности, её стрессоустойчивость, расширятся творческие возможности и способности, сформироваться ощущение психологического комфорта и безопасности, сформироваться интерес к осуществляемой деятельности и общению, повыситься работоспособность и качество личной жизни.

Таким образом, адаптация представляет собой многофакторный процесс, содержащий в себе знакомство с окружающей средой, включение в коммуникацию и изменение поведения в соответствии с усвоенными и принятыми нормами и ценностями общества для успешного функционирования в данной среде и всестороннего развития личности. Выделяют биологическую, физиологическую, социальную и психологическую адаптацию, которые взаимосвязаны друг с другом. Существуют различные концепции, раскрывающие механизм функционирования и сущность адаптации в жизни человека. Определяют физиологическую и социально-психологическую составляющую адаптацию, каждая из них содержит набор компонентов, раскрывающих данный феномен. Адаптация играет определяющую роль во всестороннем развитии личности и её успешном взаимодействии с окружающими людьми.

1.2 Особенности адаптации дошкольников к условиям детского сада

Адаптация младших дошкольников (3-4 года) к условиям детского сада является сложным процессом. Это объясняется ограниченностью адаптационных возможностей детей. В младшем дошкольном возрасте они могут быть не готовы к выходу из семьи. Дополнительно процесс

вхождения в новую социальную ситуацию осложняется индивидуальными особенностями детей младшего дошкольного возраста и кризисом, возникающим на данном этапе развития [13].

Младший дошкольный возраст – это период активного физического и психического становления личности. Дети познают особенности взаимодействия с окружающим миром и людьми в нём, обретают опыт взаимодействия со сверстниками. Впоследствии именно этот опыт будет определять особенности общения человека с другими людьми, его позицию в социальной среде [9, с. 54].

О.В. Позднякова подчёркивает, что адаптация детей младшего дошкольного возраста представляет собой «процесс активного освоения окружающей действительности и включения в социальные отношения». Успешность адаптации детей определяется их способностью понимать своё место в обществе и поддерживать межличностные отношения с окружающими людьми. У детей могут возникнуть трудности, связанные с нарушением привычного распорядка дня, отсутствием родителей рядом, изменением стиля общения, новыми поведенческими требованиями, постоянным контактом со сверстниками и новой обстановкой [48, с. 365].

Е.О. Смирнова подчёркивает, что у детей младшего дошкольного возраста поведение является ситуативным, эмоциональные реакции обусловлены событиями в текущем моменте, интерес к предметам окружающей действительности спонтанный: он может как испытывать повышенное любопытство к предмету и пытаться ощупать его, так и осуществлять отторжение предмета, проявлять к нему неприязнь. Вследствие это организовывать деятельность детей непросто [62, с. 204].

У детей младшего дошкольного возраста начинает формироваться потребность в организации сотрудничества со сверстниками. Если ранее игру организовывал родитель, он выступал партнёром по игре и образцом для подражания, то в возрасте 3-лет у детей появляется желание установить взаимодействие со сверстниками. При этом многие испытывают страх перед

незнакомыми людьми и новой социальной ситуацией. Общительность выступает критерием, по которому можно определить, что младшие дошкольники преодолели страхи и испытывают желание общаться со взрослым и сверстниками [18].

Л.С. Выготский подчёркивал, что возраст трёх лет является кризисным в жизни ребёнка. Он отмечал, что у детей появляется «семизвездие симптомов»: негативизм, упрямство, строптивость, своеволие, протест-бунт, обесценивание, деспотизм. Всё это усложняет процесс взаимодействия с детьми младшего дошкольного возраста. Он стремится проявлять самостоятельность, но при этом не всегда может справиться без помощи взрослого. Вследствие этого возможны бурные негативные эмоциональные реакции. В новой социальной ситуации такие реакции могут быть наиболее ярко выражены [9, с. 58].

Л.В. Мамедова полагает, что поведение детей младшего дошкольного возраста обусловлено эмоциональной жизнью. Эмоции носят регулятивный характер, поэтому поведение может быть изменчивым и зависеть от той ситуации, в которой находятся дети. Отмечается, что в первые недели посещения детского сада дети младшего дошкольного возраста могут быть более ранимы и замкнуты, что приводит к снижению их уровня самостоятельности. Они могут забыть некоторые социально-бытовые навыки, которыми полноценно владели дома. Также можно отметить ухудшение речи в случае тяжёлой адаптации: обеднение словарного запаса, преимущественное использование глаголов. Впоследствии эти проблемы исчезают [39, с. 44].

Адаптация детей младшего дошкольного возраста происходит в процессе принятия социальных ролей, выбора социальной позиции в системе межличностных отношений. Именно этот выбор свидетельствует о готовности детей к самоопределению. В основе социализации лежат потребности и интересы личности. Также необходимо добавить, что дети в процессе социализации проявляют индивидуальные особенности, которые

в будущем могут повлиять на их становление в детском коллективе. Например, некоторые дети обладают лидерскими качествами, организовывают совместную игру и стремятся к взаимодействию со взрослым и сверстниками. Можно предположить, что в будущем они станут предпочитаемыми, их адаптация пройдет легко и быстро. Некоторые дети замкнуты и нерешительны, они не могут стать инициаторами диалога и испытывают тревожность при необходимости поддерживать общение со взрослым и сверстниками. Можно предположить, что адаптация таких детей будет проходить более тяжело [16].

Можно выделить три группы детей по степени готовности к адаптации в новой социальной ситуации:

- дети, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, повышенный уровень привязанности к ним, нежелание взаимодействовать со сверстниками, протестные реакции, негативное отношение к детскому саду, частый плач;

- дети, у которых сформировалась потребность в общении со сверстниками и с другими взрослыми, они испытывают интерес к окружающему миру и людям, подражают действиям воспитателя, стремятся получить от него внимание и одобрение;

- дети, у которых выражена потребность в активных самостоятельных действиях и общении со взрослыми и сверстниками [22].

Новая социальная ситуация является стрессовым фактором для ребёнка, на нервную систему которого оказывают сильное воздействие любые изменения окружающей действительности. Такие изменения могут стать причиной возникновения у детей страхов и негативных эмоций. У них появляется «адаптационный синдром», который выражается в бурных эмоциональных реакциях и сложностях в установлении контакта с незнакомыми людьми. Наличие постоянного стресса может привести к развитию невроза и замедлению темпа психофизического развития [9, с. 43].

Выделяют три степени тяжести прохождения адаптационного периода, её основным показателем являются сроки нормализации эмоционального самочувствия, его отношение к людям и окружающему миру. Также немаловажным показателем является частота острых заболеваний: чем чаще они наблюдаются, тем выше вероятность, что процесс адаптации проходит тяжело.

Лёгкая степень адаптации проходит за одну-две недели. У детей нормализуется аппетит и сон, появляется устойчивый интерес к окружающему миру. Младшие дошкольники начинают выстраивать удовлетворительные отношения со сверстниками. Острые заболевания возникают редко или не возникают совсем. Дети проявляют активность на протяжении дня, нарушений на соматическом уровне не наблюдается.

Средняя степень адаптации проходит две-шесть недель. Для младших дошкольников характерны перепады настроения, сон и аппетит нестабильные, дети могут часто плакать и замыкаться в себе. Это препятствует созданию удовлетворительных отношений со сверстниками. Признаки стресса проявляются на соматическом уровне: наблюдаются изменения в деятельности вегетативной нервной системы (а именно, бледность, повышенное потоотделение, нарушение деятельности пищеварительного тракта, наличие теней под глазами и т.д.).

Тяжёлая степень адаптации проявляется в частых острых заболеваниях: защитные силы организма значительно снижены, дети постоянно болеют. Также наблюдаются поведенческие реакции, которые не являются адекватными ситуациями. Аппетит снижается сильно и надолго, может наблюдаться невротическая рвота при кормлении детей. Сон прерывистый и короткий, дети могут кричать и плакать во сне. Интерес к окружающему миру отсутствует. Заметна подавленность и даже могут быть проявления агрессии. Улучшение состояния наблюдается лишь через несколько месяцев. При этом сопутствующим негативным явлением

становится замедление хода развития всех высших психических процессов детей.

Выделяют два варианта проявления тяжёлой степени адаптации:

- нервно-психическое развитие отстаёт на 1-2 квартала, острые заболевания происходят более трёх раз сроком более 10 дней в течение указанного периода, отсутствие роста и прибавки в весе на протяжении 1-2 кварталов;

- нервно-психическое развитие отстаёт на 2-3 квартала, замедляются рост и прибавка в весе, дети часто болеют и растут в семье с доминирующим гиперопекающим стилем [26].

В настоящее время наблюдается увеличение количества дошкольников, которые проходят тяжёлую степень адаптации к условиям детского сада. Они испытывают значительные сложности в установлении контактов со взрослым и сверстниками, тяжело переживают разлуку с родителями, часто болеют, имеют нарушения сна и пищеварения, их нервно-психическое развитие отстаёт от нормы [32].

Существует несколько факторов, которые обуславливают успешность адаптации детей к новой социальной ситуации. Среди них можно отметить состояние здоровья ребёнка, развитие его коммуникативных навыков, особенности детско-родительских отношений, сложившаяся в семье атмосфера, стиль воспитания. Также на адаптацию детей оказывают влияние те условия, которые создаются в детском саду. Администрация несёт ответственность за создание комфортных условий, в которых будет возможно гармоничное развитие личности. Воспитатели оказывают всестороннюю помощь и поддержку детей, а также их родителей. Всё это способствует сокращению адаптационного периода и успешному вхождению детей в новую социальную среду [3].

И.Н. Евтушенко считает, что адаптация представляет собой динамический процесс, который зависит от следующих факторов:

– возраст: процесс адаптации совпадает с кризисным периодом, из-за чего уровень стресса повышается и может приводить к нарушениям в поведении, при этом к 4-летнему возрасту нервная система становится более устойчивой и изменения в поведении становятся менее выражены;

– опыт взаимодействия с воспитателем: наличие положительного опыта общения облегчает процесс адаптации;

– индивидуальные особенности нервной системы: особенности процессов возбудимости и торможения обуславливают процесс адаптации [19, с. 64].

Также выделяют возможные причины дезадаптации детей младшего дошкольного возраста:

– повышенный уровень тревожности (изменение социальной среды и режима дня влияет на эмоциональную сферу детей и их поведенческие реакции, вследствие чего могут наблюдаться сложности при организации общения и деятельности);

– отрицательное отношение к детскому саду (социальная среда может не нравиться ребёнку, вызывать у него отрицательные эмоции; ему могут не нравиться дети, воспитатель, детский сад и т.д.);

– психологическая неготовность (эмоциональная депривация, вызванная недостатком общения с матерью, приводит к нарушениям в эмоциональной и поведенческой сферах);

– неспособность к самообслуживанию и низкий уровень социально-бытовых навыков (неспособность самостоятельно выполнять гигиенические процедуры и другие действия, доступные сверстники, может вызвать негативные реакции);

– эмоциональная пресыщенность (неспособность дифференцировать эмоциональные реакции, которая приводит к нервному истощению, проявляющееся в эмоциональной возбудимости и нарушении поведения) [18].

Н.С. Ежкова и Ю.К. Киреева подчёркивают аспекты процесса адаптации:

1. Медико-биологический аспект: реакции организма на условия окружающей действительности. Внешними факторами выступают температура окружающей среды, влажность, атмосферное давление и т.д. Эти факторы оказывают влияние на соматическое состояние организма. Адаптация выступает в качестве защитной реакции для сохранения успешной саморегуляции.

2. Социальный аспект: реакции психики ребёнка на социальные условия окружающей действительности. Факторами являются условия существования, режим дня, особенности общения со взрослым и сверстниками. В данный аспект входит не только социальное, но и педагогическое направление. Оно включает в себя способность к восприятию комплекса воспитательных мероприятий, организованным занятиям, обусловленных необходимостью обучения и воспитания ребёнка.

3. Психологический аспект: принятие ребёнком норм и требований, существующих в новой социальной среде (социально-педагогическое направление) и процесс построения коммуникации с окружающими людьми, а именно проявление инициативы в общении и поддержание контакта для достижения удовлетворения от взаимодействия (собственно психологическое направление) [20].

Критерии успешного завершения процесса адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада:

- усвоение норм поведения (адекватное и активное поведение в течение пребывания в группе, участие в играх, выполнение поручений взрослого, соблюдение норм, принятых в группе);

- успешность социальных контактов (общительность, проявление инициативы в общении и отсутствие проявлений агрессии, желание получить одобрение со стороны воспитателя, обращение к нему за помощью при необходимости);

– эмоциональное благополучие (преобладающий положительный фон настроения, уравновешенность, а также наличие хорошего аппетита и полноценного сна, соблюдение режима) [27, с. 212].

Таким образом, младший дошкольный возраст – это период активного физического и психического становления личности. У детей младшего дошкольного возраста начинает формироваться потребность в организации сотрудничества со сверстниками. Новая социальная ситуация является стрессовым фактором для ребёнка. Выделяют три степени тяжести прохождения адаптационного периода, каждая из которых характеризуется определёнными особенностями. Существует несколько факторов, оказывающих влияние на процесс адаптации детей к условиям детского сада. Среди критериев успешного прохождения адаптации к условиям детского сада обозначают усвоение норм поведения, успешность социальных контактов и эмоциональное благополучие.

1.3 Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада

При рассмотрении процесса психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада важно выделить иерархические уровни и определить этапы работы, т.е. осуществить целеполагание.

Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей организации, содержащая генеральную цель, и подчинённые ей подцели [15, с. 67].

Модель – это мысленно представленная или материально реализованная система, отображающая комплекс существенных свойств и способная замещать объект в процессе познания [15, с. 68].

Дерево целей, определяющее основные направления работы с дошкольниками, представлено на рисунке 1.

Генеральная цель: теоретически изучить и опытно-экспериментальным путём проверить эффективность реализации модели психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада

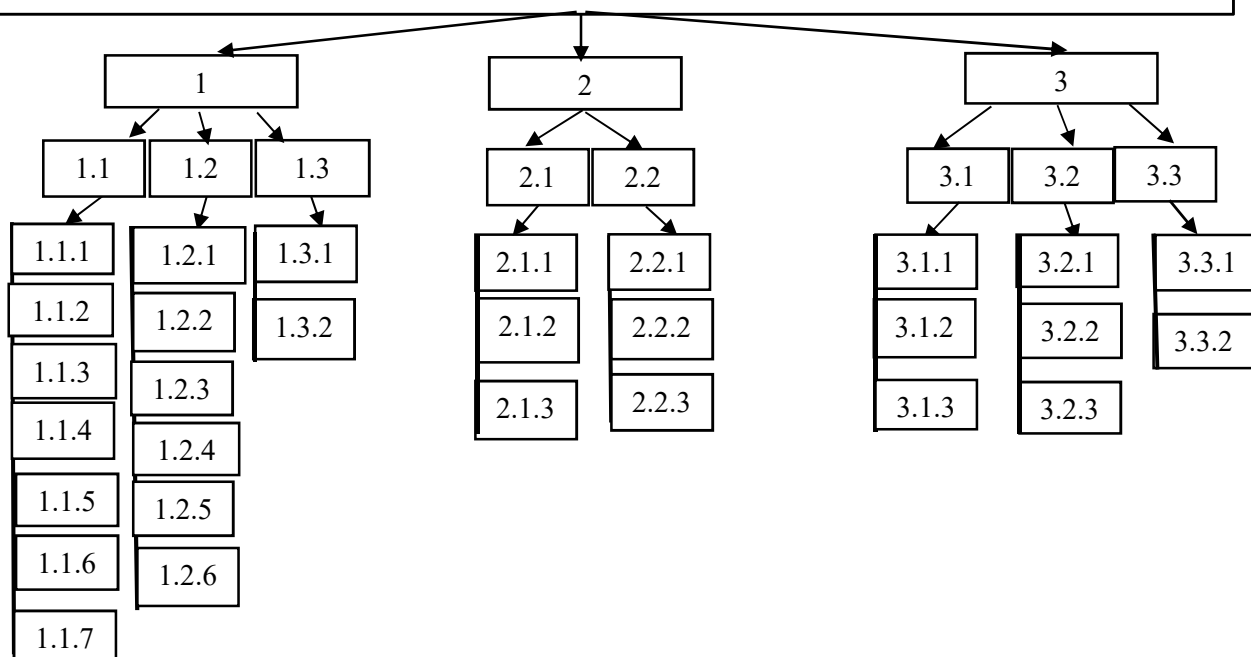


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада

Генеральная цель: теоретически изучить и опытно-экспериментальным путём проверить эффективность реализации модели психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

1. Теоретически исследовать основы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

1.1. Изучить проблему адаптации в научных исследованиях.

1.1.1. Определить понятие «адаптация».

1.1.2. Выделить виды адаптации.

1.1.3. Описать концепции адаптации личности.

1.1.4. Определить компоненты адаптации.

1.1.5. Описать стиль и способы адаптации.

1.1.6. Охарактеризовать критерии успешной адаптации.

1.1.7. Определить функции адаптации.

1.2. Выявить особенности адаптации дошкольников к условиям детского сада.

1.2.1. Определить когнитивные, эмоциональные и поведенческие особенности у дошкольников.

1.2.2. Выделить группы дошкольников по степени готовности к адаптации в новой ситуации.

1.2.3. Определить степени тяжести прохождения дошкольниками адаптационного периода.

1.2.4. Охарактеризовать факторы, влияющие на успешность адаптации дошкольников.

1.2.5. Определить аспекты и составляющие процесса адаптации дошкольников.

1.2.6. Охарактеризовать критерии успешного завершения процесса адаптации.

1.3. Разработать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

1.3.1. Разработать «дерево целей».

1.3.2. Разработать модель.

2. Организовать и провести исследование адаптации дошкольников к условиям детского сада.

2.1. Определить этапы, методы и методики проведения исследования.

2.1.1. Спланировать этапы исследования.

2.1.2. Выбрать методы исследования.

2.1.3. Выбрать методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и провести анализ полученных результатов констатирующего эксперимента.

2.2.1. Определить и охарактеризовать выборку исследования, выбрать базу исследования.

2.2.2. Провести первичную диагностику с применением выбранных методик.

2.2.3. Провести анализ результатов констатирующего эксперимента и сформулировать выводы.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

3.1.1. Определить цели, задачи, этапы и принципы работы.

3.1.2. Разработать программу.

3.1.3. Реализовать разработанную программу.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

3.2.1. Провести вторичную диагностику с применением выбранных методик после реализации разработанной программы.

3.2.2. Провести сравнение результатов первичной и вторичной диагностики.

3.2.3. Проанализировать эффективность разработанной программы с помощью методов математической статистики.

3.3. Разработать технологическую карту внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада в практику.

3.3.1. Описать особенности внедрения результатов исследования в практику.

3.3.2. Составить рекомендации для субъектов образовательного процесса по внедрению в практику материалов исследования.

Представим модель психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада на рисунке 2.



Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада с применением методов психологического консультирования

Рассмотрим подробнее представленные в модели блоки.

Блок 1. Теоретический.

Основная цель данного блока: раскрыть теоретические основы исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада. Для этого изучается проблема «адаптации» в научных исследованиях, определяются особенности адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Блок 2. Диагностический.

Основная цель данного блока: выявить уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада. Применяются методы: констатирующий эксперимент, психодиагностический метод. Используются методики: «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Ронжиной, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой.

Блок 3. Сопровождающий.

Цель данного блока: разработать и апробировать программу психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада. Используются методы: формирующий эксперимент, музыкальное сопровождение, двигательные упражнения, игра, художественное слово, рисование. Методы психологического консультирования (убеждение, перефразирование, ролевое проигрывание, анализ ситуации, убеждение и т.д.) используются в рамках работы с родителями дошкольников. Предполагается осуществление индивидуальной и групповой форм работы.

Блок 4. Аналитический.

Цель данного блока: оценить эффективность программы психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада. Применяются методы: контрольный эксперимент, психодиагностический метод, Т-критерий Вилкоксона. Используются методики: «Диагностика

уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой.

В результате мы должны достигнуть повышения уровня адаптации дошкольников к условиям детского сада, что проверяется с применением метода математической статистики Т-критерия Вилкоксона, предназначенного для сравнения результатов до и после реализации программы на зависимых выборках.

Таким образом, «дерево целей» и модель психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада представляют взаимосвязь всех структурных компонентов, обеспечивающих данный процесс и позволяет отследить и оценить его последовательность.

Выводы по главе 1

Адаптация представляет собой многофакторный процесс, содержащий в себе знакомство с окружающей средой, включение в коммуникацию и изменение поведения в соответствие с усвоенными и принятыми нормами и ценностями общества для успешного функционирования в данной среде и всестороннего развития личности.

Младший дошкольный возраст – это период активного физического и психического становления личности. У детей младшего дошкольного возраста начинает формироваться потребность в организации сотрудничества со сверстниками.

Критерии успешного завершения процесса адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада:

– усвоение норм поведения (адекватное и активное поведение в течение пребывания в группе, участие в играх, выполнение поручений взрослого, соблюдение норм, принятых в группе);

– успешность социальных контактов (общительность, проявление инициативы в общении и отсутствие проявлений агрессии, желание получить одобрение со стороны воспитателя, обращение к нему за помощью при необходимости);

– эмоциональное благополучие (преобладающий положительный фон настроения, уравновешенность, а также наличие хорошего аппетита и полноценного сна, соблюдение режима).

Нами была разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада и сконструировано «дерево целей» для наглядного изображения поставленных целей. Разработанная модель предполагает последовательную реализацию четырёх блоков: теоретического, диагностического, сопровождающего и аналитического. Результатом является повышение уровня адаптации дошкольников к условиям детского сада.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Основные этапы экспериментального исследования:

1. Поисково-подготовительный: анализ научных исследований для обоснования темы, определения понятия «адаптация», определения видов адаптации, изучения концепций адаптации личности, определение компонентов, стилей и способов адаптации, её функций; определение когнитивных, эмоциональных и поведенческих особенностей дошкольников, выявление разных степеней тяжести прохождения адаптационного периода, определение факторов, влияющих на успешность прохождения адаптации, а также выявление критериев, свидетельствующих о завершении процесса адаптации.

2. Опытно-экспериментальный: формирование выборки исследования и выбор базы исследования, проведение первичной диагностики, качественная и количественная обработка результатов исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада. Подтверждение предположения, что адаптация большинства дошкольников находится на низком и среднем уровне и характеризуется неустойчивым эмоциональным фоном, непринятием изменения привычной ситуации и пассивностью во взаимоотношениях с детьми. Разработка и реализация программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада

3. Контрольно-обобщающий: организована и проведена повторная диагностика с использованием выбранных ранее методик, осуществлён количественный и качественный анализ полученные результатов. Также была произведена математико-статистическая обработка полученных

данных до и после реализации разработанной программы с применением Т-критерия Вилкоксона. Сформулированы выводы, проверена гипотеза, разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и составлены рекомендации для участников образовательного процесса по психолого-педагогическому сопровождению адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Были использованы методы исследования:

1. Теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, метод целеполагания и моделирования.
2. Эмпирические: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент, психодиагностический метод.
3. Психодиагностические: «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьянова, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроухова.
4. Методы математико-статистической обработки данных: Т-критерий Вилкоксона.

Охарактеризуем использованные методы.

Анализ – изучение предмета путём расчленения его на составные элементы; обращение к научной литературе и рассмотрение отдельных черт и свойств рассматриваемой проблемы позволяет определить её сущность и различные аспекты.

Синтез – изучение предмета путём объединения его составных элементов; обращение к научной литературе и рассмотрение отдельных черт и свойств рассматриваемой проблемы в совокупности позволяет определить её целостный образ.

Обобщение – фиксация относительно устойчивых свойств предметов и их отношений; явления группируются по какому-либо признаку, что позволяет структурировать различные аспекты проблемы и представить их в полном объёме [17].

Целеполагание – метод, в основе которого лежит постановка основной (генеральной) цели и подцелей, которые ведут к её достижению.

Моделирование – метод, предполагающий создание мысленно представленной или материально реализованной модели, которая отражает существенные свойства предмета и способна замещать его в процессе познания [14].

Констатирующий эксперимент – выявление существующих на текущий момент психических особенностей или уровня развития определённых качеств.

Формирующий эксперимент – осуществление влияния на существующие психические особенности или уровень развития определённых качеств.

Контрольный эксперимент – выявление результатов влияния на существующие психические особенности или уровень развития определённых качеств [17].

Охарактеризуем используемые в исследовании методики.

«Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» – автор психодиагностической методики: Анна Сергеевна Роньжина.

Назначение психодиагностической методики: определить психологическую адаптированность детей к дошкольному учреждению (а именно, познавательная активность, эмоциональный фон, качество взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, отношение к изменению привычной ситуации).

Структура психодиагностической методики: методика состоит пяти критериев, каждый из которых нужно оценить по 3-балльной шкале.

Стимульный материал: бланк, заполняемый исследователем (воспитателем, психологом-педагогом).

Процедура обследования: обследование проводится индивидуально с каждым дошкольником.

Способ обработки результатов психодиагностической методики:

- 1) выставляются баллы по каждому критерию;
- 2) суммируются выставленные баллы и делятся на пять;
- 3) полученное число соотносится с показателями уровней.

Регистрируемые критерии: общий эмоциональный фон поведения (положительный, неустойчивый, отрицательный); познавательная и игровая деятельность (активность, активность при поддержке взрослого, пассивность или реакция протеста); взаимоотношения со взрослыми (инициативен, принимает инициативу взрослого, уход от взаимоотношений или реакция протеста); взаимоотношения с детьми (инициативен, вступает в контакт при поддержке, пассивен); реакция на изменение привычной ситуации (принятие, тревожность, неприятие).

Показатели уровня адаптированности:

Высокий уровень адаптированности (2,6-3 балла): преобладает положительный эмоциональный фон настроения, быстрая адаптация к новым условиям и наличие инициативы в установлении контактов со взрослыми и сверстниками.

Средний уровень адаптированности (1,6-2,5 баллов): эмоциональный фон настроения нестабильный, адаптация к новым условиям затруднена, инициатива в установлении контактов зависит от наличия эмоциональной поддержки со стороны взрослого.

Низкий уровень адаптированности (1-1,5 баллов): эмоциональный фон поведения преимущественно отрицательный, присутствуют агрессивно-разрушительные реакции с целью выхода из ситуации (двигательный протест, громкий плач, проявления агрессивного поведения) или наблюдается отсутствие активности (тихий плач, отказ от движений, пассивное подчинение, замкнутость и подавленность) [49].

«Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДООУ?» – автор психодиагностической методики: Елена Олеговна Севостьянова.

Назначение психодиагностической методики: определить психологическую готовность детей к дошкольному учреждению (а именно, физическое и эмоциональное состояние, качество социальных контактов).

Структура психодиагностической методики: методика состоит из 18 вопросов, на каждый из которых нужно дать ответ.

Стимульный материал: бланк, заполняемый исследователем (родителями).

Процедура обследования: обследование проводится в групповой форме (бланки раздаются родителям для заполнения по их детям).

Способ обработки результатов психодиагностической методики:

- 1) выставляются баллы по каждому вопросу;
- 2) суммируются выставленные баллы;
- 3) полученный результат соотносится с показателями уровней.

Регистрируемые критерии: преобладающее эмоциональное настроение; сон ребёнка; аппетит ребёнка; отношение к горшку; интерес к игрушкам и действиям взрослых; взаимоотношения со взрослыми и детьми; привязанность к близким взрослым и отношение к разлуке с ними.

Показатели уровня психологической готовности детей к дошкольному учреждению:

Высокий уровень (40-55 баллов): у ребёнка преобладает бодрое и уравновешенное настроение, к горшку приучен, интерес к игрушкам и действиям взрослых присутствует, легко идёт на контакт со взрослыми и детьми, разлуку переносит легко, нарушений сна и аппетита нет или они незначительные.

Средний уровень (24-39 баллов): у ребёнка неустойчивое настроение, он изредка проявляет интерес к игре и действиям взрослых, общается со взрослыми и детьми только при наличии поддержки, взаимодействие избирательно, разлуку переносит тяжело, имеются трудности со сном и избирательность, неустойчивость аппетита.

Низкий уровень (16-23 балла): у ребёнка преобладает негативно окрашенное эмоциональное состояние, к горшку не приучен, он не проявляет интерес к игре и действиям взрослых, не способен играть самостоятельно, трудно идёт на контакт со взрослыми и детьми, ему тяжело разлучаться с родителями, аппетит и сон нарушены [55].

«Изучение степени адаптации ребёнка к ДОО» – автор психодиагностической методики: Антонина Ивановна Остроухова.

Назначение психодиагностической методики: определить поведенческие реакции в соответствии с оценкой факторов адаптации (а именно, физическое, эмоциональное и социальное благополучие).

Структура психодиагностической методики: методика состоит из четырёх критериев, каждый из которых нужно оценить от –3 до +3.

Стимульный материал: бланк, заполняемый исследователем (воспитателем и педагогом-психологом).

Процедура обследования: обследование проводится в групповой форме (бланки раздаются воспитателю для заполнения по каждому ребёнку).

Способ обработки результатов психодиагностической методики:

- 1) выставляются баллы по каждому критерию;
- 2) суммируются выставленные баллы;
- 3) полученное число соотносится с показателями уровней.

Регистрируемые критерии: эмоциональное состояние ребёнка; социальные контакты ребёнка; сон ребёнка; аппетит ребёнка.

Показатели уровня адаптированности:

Лёгкий уровень адаптации (+12...+8 или 0...4): эмоциональное состояние ребёнка преимущественно весёлое, он преимущественно активен; у ребёнка много друзей, он с удовольствием играет с ними; сон спокойный и глубокий, аппетит хороший.

Средний уровень адаптации (+7...0 или 5...12): для ребёнка характерна задумчивость или лёгкая плаксивость; безразличен к играм, в

контакт с детьми вступает неохотно; сон недолгий, наблюдается тревожность во сне, засыпание трудное; аппетит выборочный, может отвергать некоторые блюда.

Усложнённый уровень адаптации (–1...–7 или 13...19): настроение преимущественно подавленное, частый плач; проявление тревоги, нежелание играть продолжительное время; сон беспокойный, засыпание долгое и трудное; аппетит плохой, ест долго и неохотно.

Уровень дезадаптации (–8...–12 или 20...24): постоянное подавленное настроение; агрессивное поведение; отсутствие сна и частый плач; отвращение к еде [46].

Стимульный материал по каждой методике представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

Выбор методик обусловлен необходимостью изучить компоненты адаптационной готовности дошкольников к условиям детского сада. «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной позволяет определить мотивационный, когнитивный и эмоциональный компоненты (познавательная активность, эмоциональный фон, стремление к общению со взрослыми и сверстниками, отношение к изменению привычной ситуации). «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОО» А.И. Остроуховой позволяет получить информацию о поведенческом компоненте адаптации (качество социальных контактов, сон, аппетит). Данные методики заполняются педагогом-психологом совместно с воспитателем, который проводит с детьми значительно больше времени и более осведомлён в их физическом и эмоциональном состоянии. Методика «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОО?» Е.О. Севостьяновой заполняется родителями и раскрывает все компоненты адаптационной готовности дошкольников к условиям детского сада.

Математическая обработка данных – это оперирование со значениями количественного признака, полученного в результате проведения

исследования. Т-критерий Вилкоксона предназначен для сопоставления показателей, полученных в двух разных условиях (до и после реализации программы психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада) на одной и той же выборке. Нулевые сдвиги из сравнения исключаются, критические значения определяются по соответствующей таблице. Благодаря использованию данного критерия можно определить направленность и выраженность изменений, а также интенсивность сдвига [17].

Таким образом, в исследовании выделяются три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Были определены методы исследования: теоретические, эмпирические, психодиагностические и методы математической обработки данных. Заполнение бланка методик осуществляется педагогом-психологом (допускается обсуждение зафиксированных особенностей с воспитателем для их уточнения) или проводится с воспитателем и родителями. Это обеспечивает комплексность диагностики и достоверность её результатов. Выбор методик обусловлен необходимостью изучить компоненты адаптационной готовности дошкольников к условиям детского сада.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

В исследовании приняло участие 30 младших дошкольников (две группы детского сада), средний возраст – 3 года. Из них 18 девочек и 12 мальчиков. Исследование проводилось в МБДОУ «Детский сад №7».

Интеллектуальное развитие детей соответствует норме. В обеих группах сложились доверительные отношения между воспитателем и детьми. Большинство детей слушают указания воспитателя, проявляют внимание к нему.

По наблюдению воспитателя, в первой группе есть два лидера, они стремятся организовать игру, пытаются привлечь к ней сверстников. Они активны и любят заниматься творческой деятельностью. Замкнутых детей

значительно больше. Проявления агрессии наблюдаются у двух детей из группы. Во второй группе лидер отсутствует. Многие дети не привыкли к новой социальной ситуации, они испытывают тревогу и избегают общения со взрослым и сверстниками.

Представим результаты диагностики по выбранным методикам.

Количественные результаты исследования по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2 (таблица 2.1) и в процентном соотношении на Рисунке 3.

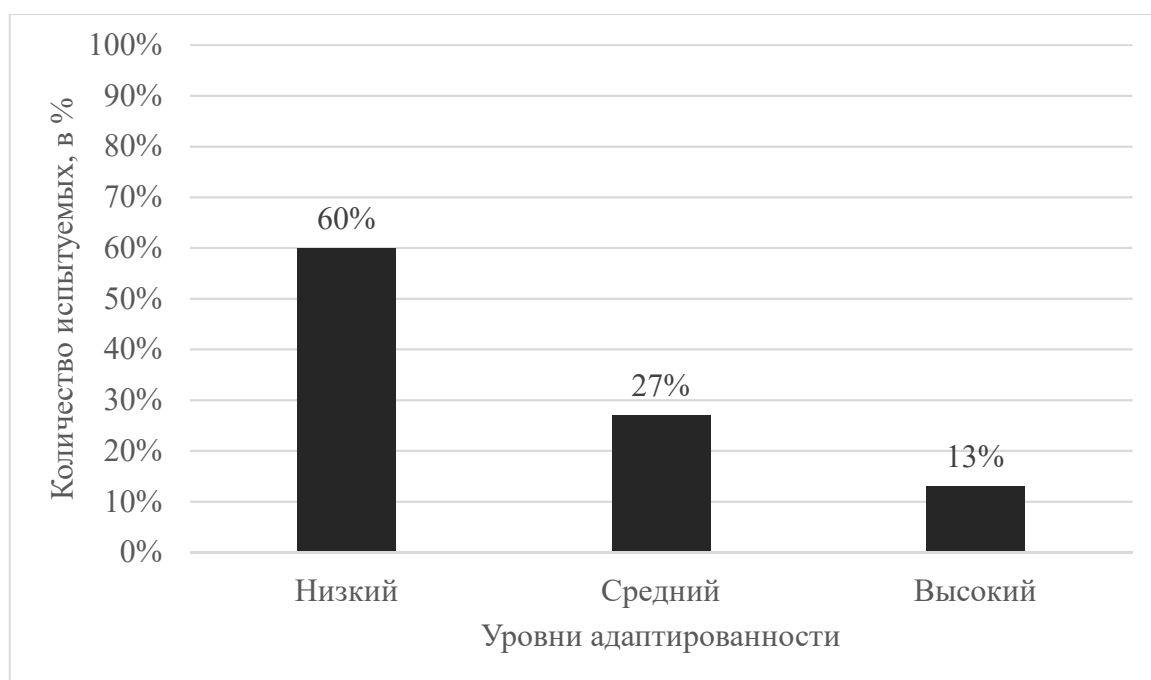


Рисунок 3 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной

Анализируя адаптацию дошкольников к условиям детского сада по данной методике, можно сделать вывод, что преобладающим является низкий уровень – 60% (18 человек). Можно предположить, что большинство дошкольников испытывают значительные трудности при попытке привыкнуть к новой социальной ситуации. Их эмоциональный фон является нестабильным. Им сложно устанавливать взаимодействие со взрослыми и детьми. Они эмоционально ярко реагируют на изменение привычной ситуации. Познавательная и игровая деятельность также затруднена.

Средний уровень адаптации выявлен у 27% (8 человек). Эмоциональный фон у таких детей нестабильный, изменение ситуации может приводить к бурным негативным реакциям. При этом наличие поддержки со стороны взрослого у многих способствует тому, что познавательная и игровая деятельность осуществляется относительно успешно. Высокий уровень адаптации выявлен у 13% (4 человека). Дети испытывают лишь незначительные сложности: им может быть трудно принять изменение ситуации, у них может быть нестабильный эмоциональный фон. При этом взаимоотношения со взрослыми и детьми удовлетворительные, познавательная и игровая деятельность проходит успешно, наблюдается инициативность со стороны дошкольников.

Далее целесообразно рассмотреть результаты по регистрируемым критериям, они представлены в Таблице 1 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2 (Таблица 2.2).

Таблица 1 – Результаты диагностики адаптации дошкольников к условиям детского сада по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Ронжиной

Показатели	Уровень					
	Низкий		Средний		Высокий	
	Кол-во испытуемых	%	Кол-во испытуемых	%	Кол-во испытуемых	%
Общий эмоциональный фон поведения	19	63	9	30	2	7
Познавательная и игровая деятельность	12	40	14	47	4	13
Взаимоотношения со взрослыми	4	13	19	63	7	24
Взаимоотношения с детьми	15	50	10	33	5	17
Реакция на изменение привычной ситуации	20	66	8	27	2	7

Анализируя полученные результаты, можно сделать вывод, что общий эмоциональный фон поведения у большинства дошкольников отрицательный – 63% (19 человек). Неустойчивый эмоциональный фон

поведения выявлен у 30% (9 человек), положительный только у 7% (2 человека). Это значит, что большинство дошкольников испытывают значительный эмоциональный стресс в детском саду, который проявляется в плаче и иногда даже в агрессии. Также значительное количество дошкольников реагируют реакцией неприятия на изменение привычной ситуации – 66% (20 человек), тревожность испытывают 27% (8 человек), принятие изменений привычной ситуации происходит у 7% (2 человека). Это значит, что дети не могут успешно адаптироваться к новым условиям окружающего мира. Взаимоотношения с детьми у половины дошкольников нарушены: они пассивны и равнодушны к сверстникам – 50% (15 человек). Вступают в контакт с детьми при поддержке взрослого 33% (10 человек), проявляют инициативность 17% (5 человек). Пассивность или реакция протеста в познавательной и игровой деятельности наблюдается у 40% (12 человек), активность при поддержке взрослого – у 47% (14 человек), активность у 13% (4 человека). Наилучший результат выявлен по показателю взаимоотношений со взрослыми. Уход от взаимоотношений и реакция протеста наблюдается у 13% (4 человека), вступают в контакт при поддержке 63% (19 человек), проявляют инициативность 24% (7 человек). Это значит, что большинство детей испытывает привязанность к взрослым, нуждается в их поддержке и одобрении.

Исходя из полученных результатов, можно заключить, что изменение привычной ситуации вызывает негативную эмоциональную реакцию у дошкольников, их эмоциональный фон поведения становится отрицательным. При этом они испытывают потребность в поддержке со стороны взрослого. При её наличии многие дети могут успешно справляться с трудностями: устанавливать общение со сверстниками, принимать участие в познавательной и игровой деятельности.

Следовательно, результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Ронжиной

подтверждают, что адаптация дошкольников находится преимущественно на низком уровне. Также, исходя из полученных результатов, можно сделать вывод, что наибольшие трудности у дошкольников возникают при изменении привычной ситуации и при необходимости вступать во взаимодействие со сверстниками, это негативно отражается на их эмоциональном фоне поведения.

Результаты исследования по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2 (таблица 2.2) и на Рисунке 4.

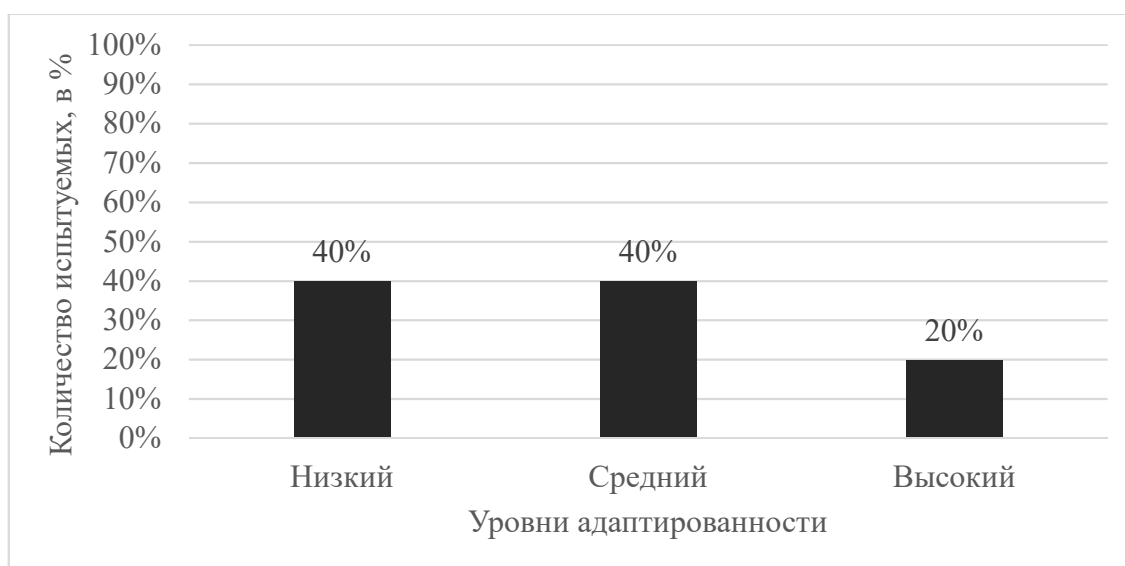


Рисунок 4 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой

Анализируя адаптацию дошкольников по данной методике, можно сделать вывод о том, что низкий и средний уровни одинаковые – по 40% (12 человек). Высокий уровень выражен у 20% (6 человек). Из этого следует, что у большинства детей наблюдается негативно окрашенное или неустойчивое настроение, они не проявляют интерес к игре или проявляют его изредка, взаимодействие со взрослыми и сверстниками не происходит или происходит благодаря поддержке, разлука с родителями переносится тяжело, имеются трудности со сном и аппетитом: многие дети не могут

заснуть, их сон прерывистый, также они проявляют избирательность в еде или могут вовсе отказываться от неё.

Сопоставляя данные результаты с предыдущей методикой, можно предположить, что в домашних условиях дети проявляют большую степень готовности к детскому саду, чем непосредственно при нахождении в нём. Также данные результаты можно объяснить личным интересом родителей, которые занимались заполнением анкеты: они могли выставить более высокие баллы по некоторым показателям, чтобы создать положительный образ ребёнка.

Следовательно, результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДООУ?» Е.О. Севостьяновой подтверждают, что адаптация дошкольников находится преимущественно на низком или среднем уровнях.

Результаты исследования по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДООУ» А.И. Остроуховой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2 (таблица 2.3) и на Рисунке 5.

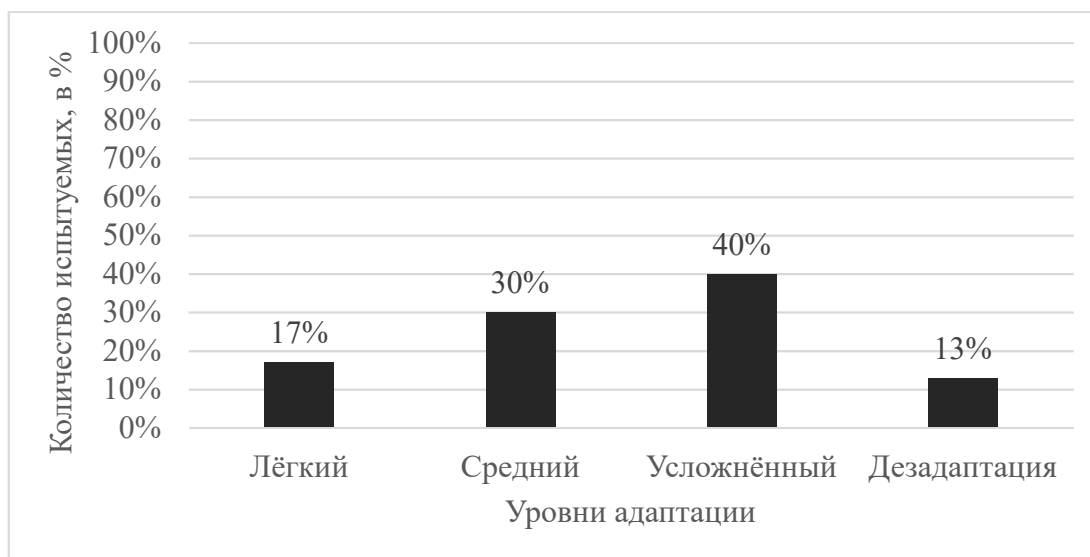


Рисунок 5 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДООУ» А.И. Остроуховой

Анализируя адаптацию дошкольников по данной методике, можно сделать вывод о том, что у многих дошкольников усложнённый уровень адаптации – 40% (12 человек). У 13% (4 человека) наблюдается

дезадаптация. Средний уровень адаптации выявлен у 30% (9 человек), лёгкий – у 17% (5 человек). Из этого можно сделать вывод, что у четырёх дошкольников постоянное подавленное настроение, агрессивное поведение, отсутствие сна и частый плач, отвращение к еде. У многих настроение преимущественно подавленное, частый плач, проявление тревоги, нежелание играть продолжительное время, сон беспокойный, засыпание долгое и трудное, аппетит плохой, едят долго и неохотно. Наибольшие трудности возникают со сном и аппетитом, это негативно влияет на физическое и психическое развитие.

Следовательно, результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДООУ» А.И. Остроуховой подтверждают, что адаптация дошкольников находится преимущественно на усложнённом уровне или вовсе отсутствует (дезадаптация).

Таким образом, гипотеза исследования, о том, что адаптация к условиям детского сада дошкольников находится на низком и среднем уровнях и характеризуется неустойчивым эмоциональным фоном поведения, непринятием изменения привычной ситуации и пассивностью во взаимоотношениях с детьми и требует разработки и реализации программы, экспериментально подтверждена. Исходя из полученных результатов первичной диагностики, участниками программы психолого-педагогического сопровождения станут 26 дошкольников, имеющих низкий или средний уровни адаптации к детскому саду.

Выводы по главе 2

В ходе проведения опытно-экспериментального исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада были определены этапы, методы и методики исследования, была осуществлена диагностика по выбранным методикам и проанализированы полученные результаты. Целью исследования стало исследование адаптации дошкольников к условиям

детского сада. Исследование проводилось на базе МБДОУ «Детский сад №7» г. Троицк. В исследовании приняло участие 30 младших дошкольников (две группы детского сада), средний возраст – 3 года. Из них 18 девочек и 12 мальчиков.

По методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной выявлено, что большинство дошкольников (60%) обладают низким уровнем адаптации. У 27% выявлен средний уровень адаптации, у 13% – низкий.

По методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой было определено, что большинство дошкольников обладает низким и средним уровнем (по 40%). Высокий уровень готовности к ДОУ выявлен у 20%.

По методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой было выявлено, что у многих дошкольников (40%) усложнённый уровень адаптации. При этом у 13% наблюдается дезадаптация. У 32% выявлен средний уровень адаптации, у 13% – лёгкий.

Таким образом, гипотеза исследования, о том, что адаптация к условиям детского сада дошкольников находится на низком и среднем уровнях и характеризуется неустойчивым эмоциональным фоном поведения, непринятием изменения привычной ситуации и пассивностью во взаимоотношениях с детьми и требует разработки и реализации программы, экспериментально подтверждена. Исходя из полученных результатов первичной диагностики, участниками программы психолого-педагогического сопровождения станут 26 дошкольников, имеющих низкий и средний уровни адаптации к детскому саду.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

3.1 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада направлена на решение проблемы недостаточной адаптации большинства дошкольников к условиям детского сада, характеризующейся неустойчивым эмоциональным фоном поведения, неприятием изменения привычной ситуации и пассивностью во взаимоотношениях с детьми.

При организации и реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада педагог-психолог руководствуется следующими нормативно-правовыми актами:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. от 21.01.2019);
- Этический кодекс педагога-психолога.

Цель программы – повысить уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Задачи программы:

1. Создать доверительную атмосферу в группе и повысить мотивацию на пребывание в ней.

2. Пробудить познавательный интерес и активизировать игровую деятельность.

3. Способствовать улучшению физического и эмоционального состояния дошкольников.

4. Повысить качество взаимоотношений дошкольников со взрослыми и сверстниками.

5. Способствовать повышению адаптивных возможностей дошкольников, появления у них положительного отношения к новой ситуации.

Принципы программы:

– научность (использование научно-обоснованных и апробированных технологий и методик);

– системность и комплексность (организация совместной и поэтапной работы со всеми участниками образовательного процесса);

– превентивность (переход от решения актуальных проблем к предупреждению проблем, которые могут возникнуть впоследствии);

– открытость (доступность информации, открытость мероприятий, готовность к социальному партнёрству).

Участниками программы являются дошкольники (средний возраст 3 года), имеющие низкий или средний уровень адаптации к детскому саду, в количестве 26 человек (15 девочек и 11 мальчиков). Для удобства работы были созданы 4 группы с 4 дошкольниками и 2 группы с 5 дошкольниками. Также была проведена индивидуальная работа с воспитателем и групповая и индивидуальная работа с родителями дошкольников.

Программа разработана на основе работ «Особенности общения с дошкольниками» Е.О. Смирновой, «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению» А.С. Ронжиной.

Основные структурные элементы программы:

1. Стартовая диагностика дошкольников.

Цель: определить уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Задачи: определить базу исследования и охарактеризовать выборку, выбрать методы и методики диагностики, провести первичную диагностику.

2. Работа по психолого-педагогическому сопровождению дошкольников к условиям детского сада.

Цель: разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Задачи: определить цель, задачи, этапы и принципы программы, разработать тематический план, реализовать программу.

3. Итоговая диагностика дошкольников.

Цель: определить влияние разработанной программы на адаптацию дошкольников к детскому саду.

Задачи: провести контрольное исследование адаптации дошкольников к детскому саду, проанализировать результаты с применением методов математической статистики (Т-критерий Вилкоксона), сформулировать выводы.

Программу можно представить в виде трёх взаимосвязанных блоков:

- работа по психолого-педагогическому сопровождению адаптации дошкольников к условиям детского сада;

- групповое и индивидуальное психологическое консультирование родителей;

- индивидуальное психологическое консультирование воспитателя.

Структуру одного занятия можно представить следующим образом:

1. Приветствие.

2. Основная часть (применение различных методов для повышения адаптации дошкольников к условиям детского сада).

3. Рефлексия.

Методы работы с дошкольниками: арт-терапия, упражнение, игра.

Методы работы с родителями: мини-лекция, дискуссия, упражнение, групповое (циркулярное интервью, групповая дискуссия) и индивидуальное (активное слушание, безмолвное слушание, информационная обратная связь, открытые и закрытые вопросы, отражение чувств, резюмирование) психологическое консультирование.

Методы работы с воспитателем: индивидуальное психологическое консультирование.

Примерное содержание консультирования воспитателя и родителей: создание психологических условий успешной адаптации дошкольников к детскому саду, преодоление страхов и неуверенности детей в общении со взрослыми и сверстниками, определение возрастных физических и психических норм (а также особенностей проявления кризиса 3-х лет), определение оптимальных требований к дошкольникам, разбор эффективных стратегий воспитания в различных проблемных ситуациях, коррекция нарушений норм поведения, гармонизация детско-родительских отношений.

Арт-терапия – это терапевтическое направление, связанное с использованием различных изобразительных материалов и созданием визуальных образов, процессом изобразительного творчества и реакциями организма на создаваемые им продукты творческой деятельности, отражающие особенности его психического развития, способности, личностные характеристики, интересы, проблемы и конфликты [53, с. 126].

Упражнение – планомерно организованное выполнение действия для приобретения нового навыка [28, с. 44].

Игра – взаимодействие с предметами, взрослыми и сверстниками, направленное на воспроизведение и усвоение общественного опыта [8, с. 216].

Мини-лекция – сжатое представление информации, необходимое для общего ознакомления с сущностью проблемы. Дискуссия – обмен мнениями

по поднятой проблеме. Циркулярное интервью – метод открытых вопросов, задаваемых педагогом-психологом, для освещения проблемы и обмена мнениями участников группы по ней. Групповая дискуссия – обмен мнениями по интересующей всех проблеме, формулирование общих выводов. Активное слушание – внимательное слушание клиента для понимания глубины проблемы и поддержание обратной связи педагогом-психологом. Безмолвное слушание – внимательное слушание клиента для понимания глубины проблемы и минимальное количество обратной связи со стороны педагога-психолога [43].

Информационная обратная связь – обобщение, перефразирование и повторение слов клиента для уточнения полученной педагогом-психологом информации. Открытые и закрытые вопросы – вопросы, задаваемые педагогом-психологом и предполагающие односложный ответ (закрытые вопросы) или подробный рассказ (открытые вопросы). Отражение чувств – вербализация чувств, которые, по мнению педагога-психолога, испытывает клиент. Резюмирование – педагог-психолог подводит итог встречи или определённого её фрагмента, формулирует выводы и озвучивает рекомендации [12].

Для эффективной реализации программы необходимы следующие ресурсы: научно-методическая база (стимульный материал); материально-техническая оснащённость организации (комната в детском саду, игровой уголок в детском саду, листы бумаги, канцелярские принадлежности).

Программа реализовывается во время занятий педагога-психолога один раз в неделю. Разработанная программа рассчитана на 10 групповых встреч по 20 минут. Также в рамках программы предусмотрена одна групповая консультационная встреча с родителями дошкольников в начале реализации программы, которая будет длиться 1,5-2 часа. На протяжении всего времени реализации программы педагог-психолог проводит индивидуальные консультационные встречи с родителями и воспитателем по запросу. Сроки реализации программы: 2,5 месяца.

Представим фрагмент содержания программы.

Занятие 1. «Божья коровка».

Цель: создать доверительную атмосферу в группе и повысить мотивацию пребывания в ней.

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Знакомство с божьей коровкой». Цель: создать положительный эмоциональный настрой.

2. Упражнение «Божья коровка, улети на небо». Цель: развить координацию движений, ориентацию в собственном теле.

3. Игра «Согреем божью коровку». Цель: развить речь и воображение.

4. Арт-терапия «Нарисуем чёрные точки на спинках божьих коровок».

Цель: снять эмоциональное напряжение и улучшить произвольные навыки мелкой моторики рук.

Рефлексия.

Занятие 2. «Мячик».

Цель: повысить мотивацию на пребывание в группе.

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Мой весёлый звонкий мяч». Цель: способствовать сплочению группы, развивать умение взаимодействовать со сверстниками.

2. Игра «Прятки». Цель: повысить эмоциональный тонус.

3. Упражнение «Найди мячик» Цель: развить тактильное восприятие.

Рефлексия.

Занятие 3. «Весёлая петрушка».

Цель: пробудить познавательный интерес и активизировать игровую деятельность.

Приветствие.

Основная часть:

1. Игра «Паровоз». Цель: развить произвольность, внимание.

2. Игра «Где же наши ручки». Цель: развить умение согласовывать свои действия с другими.

3. Упражнение «Билеты». Цель: развить произвольность и познавательный интерес.

4. Игра «Карусели». Цель: развить произвольность и повысить двигательную активность.

Рефлексия.

Занятие 4. «Мячики».

Цель: повысить качество взаимоотношений дошкольников со взрослыми и сверстниками.

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Большой мяч – маленький мяч». Цель: развить коммуникативные навыки.

2. Упражнение «Ветерок». Цель: снизить эмоциональное напряжение.

3. Игра «Вместе с мячиком». Цель: развить способность взаимодействовать со сверстниками.

4. Арт-терапия «Нарисуй мяч». Цель: снять эмоциональное напряжение и улучшить произвольные навыки мелкой моторики рук.

Рефлексия.

Занятие 5. «Зайка».

Цель: повысить качество взаимоотношений дошкольников со взрослыми и сверстниками.

Приветствие.

Основная часть:

1. Игра «Зайка беленький сидит». Цель: снять эмоциональное напряжение, способствовать повышению ориентации в собственном теле.

2. Игра «Лиса идёт». Цель: повысить способность подчиняться правилам игры.

3. Игра «Что любит зайчик?». Цель: развить произвольность, тактильное восприятие.

Рефлексия.

Занятие 6. «Мыльные пузыри».

Цель: способствовать улучшению физического и эмоционального состояния дошкольников.

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Надуваем мыльные пузыри». Цель: снизить эмоциональное напряжение.

2. Игра «Раздувайся, пузырь!» Цель: развить групповую сплочённость, способность к взаимодействию со сверстниками.

3. Упражнение «Соберём мыльные пузыри». Цель: снизить эмоциональное напряжение, повысить способность подчиняться правилам игры.

4. Упражнение «Берегите пузырь». Цель: развить групповую сплочённость, способность взаимодействовать со сверстниками.

5. Упражнение «Полетаем на пузыре!» Цель: снять эмоциональное и мышечное напряжение.

Рефлексия.

Занятие 7. «Музыканты».

Цель: способствовать повышению адаптивных возможностей дошкольников, появления у них положительного отношения к новой ситуации.

Приветствие.

Основная часть:

1. Игра «Кто пришёл, что принёс». Цель: развить произвольность внимания.

2. Игра «Антошка». Цель: способствовать сплочению группы, развить способность взаимодействовать со сверстниками.

3. Игра «Так музыканты играют». Цель: развить способность соотносить действия и ритм.

Рефлексия.

Занятие 8. «Мишка».

Цель: повысить качество взаимоотношений дошкольников со взрослыми и сверстниками.

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Познакомимся с медведем». Цель: развить способность знакомиться и быть инициаторами диалога.

2. Игра «Разбуди медвежонка». Цель: способствовать сплочению группы и развивать эмпатию.

3. Упражнение «Угощение для мишки». Цель: развивать эмпатию.

Рефлексия.

Занятие 9. «Непослушные мышата».

Цель: способствовать улучшению физического и эмоционального состояния дошкольников.

Приветствие.

Основная часть:

1. Игра «Непослушные мышата». Цель: преодоление склонности к упрямству и негативизму.

2. Игра «Скажи наоборот». Цель: развить прозвольность.

3. Упражнение «Когда уснула мама мышка». Цель: развить способность подчиняться правилам игры.

4. Упражнение «Потягушечки». Цель: снизить эмоциональное и мышечное напряжение.

Рефлексия.

Занятие 10. «Котята».

Цель: способствовать повышению адаптивных возможностей дошкольников, появления у них положительного отношения к новой ситуации.

Основная часть:

1. Упражнение «Кошка и котята». Цель: развить эмпатию.
2. Игра «Котята и собака». Цель: развить способность действовать в соответствии с ситуацией.
3. Упражнение «Котята потерялись». Цель: развить способность выражать эмоции и справляться с трудными ситуациями.

Рефлексия.

Подробное описание каждого занятия программы психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Ожидаемые результаты программы:

- количественные: увеличение результатов по методикам «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой; а также статистически значимые эмпирические значения по Т-критерию Вилкоксона;
- качественные: улучшение физического и эмоционального состояния дошкольников, пробуждение познавательного интереса и активизация игровой деятельности, повышение качества взаимоотношений дошкольников со взрослыми и сверстниками, появление положительного отношения к новой ситуации.

Доказательством эффективности программы будет повышение уровня адаптации дошкольников, характеризующегося устойчивым эмоциональным фоном поведения, принятием изменения привычной ситуации и активностью во взаимоотношениях с детьми.

Таким образом, цель программы – повысить уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада. Программа реализуется во время занятий педагога-психолога один раз в неделю. Разработанная программа рассчитана на 10 групповых встреч по 20 минут. Также в рамках программы предусмотрена одна групповая консультационная встреча с родителями дошкольников в начале реализации программы, которая будет длиться 1,5-2 часа. На протяжении всего времени реализации программы педагог-психолог проводит индивидуальные консультационные встречи с родителями и воспитателем по запросу.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После разработки и реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада была проведена вторичная диагностика с использованием подобранных ранее методик для определения эффективности проведённой работы.

Участниками вторичной диагностики являются дошкольники (средний возраст 3 года), имеющие низкий или средний уровень адаптации к детскому саду, в количестве 26 человек (15 девочек и 11 мальчиков). Работа проводилась в двух группах детского сада (12 и 14 дошкольников).

Количественные результаты исследования до и после реализации программы по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Ронжиной представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4 (таблица 4.1) и в процентном соотношении на Рисунке 6.

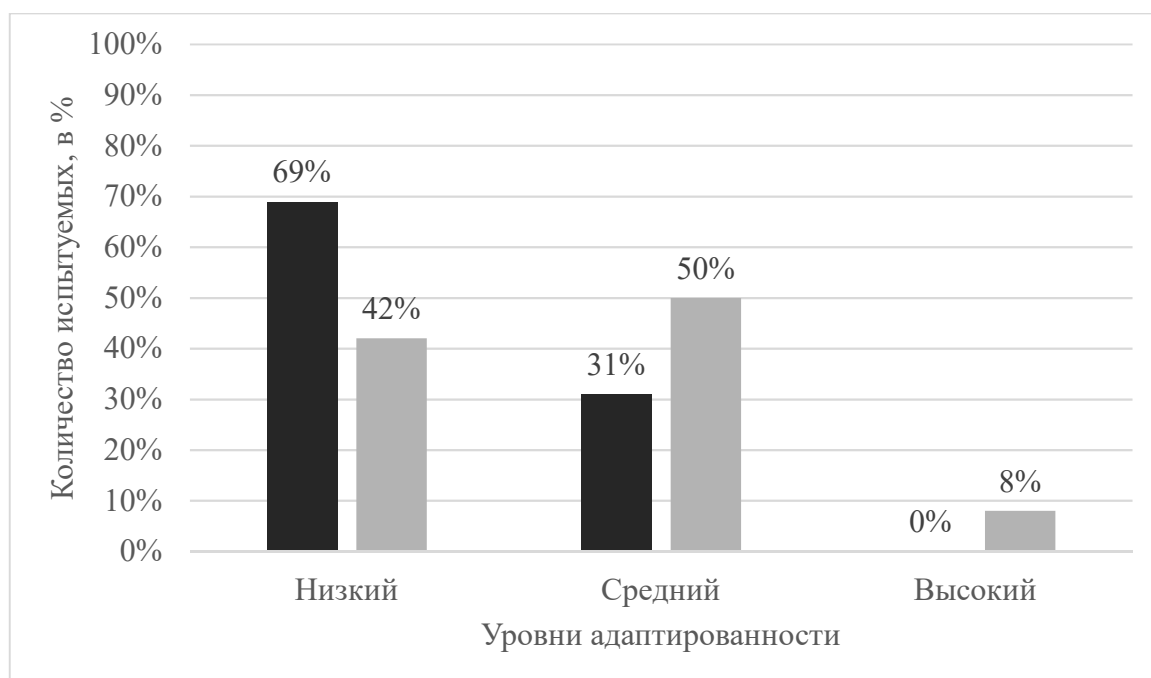


Рисунок 6 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада до и после реализации программы по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной

По результатам повторной диагностики можно сделать вывод, что уменьшилось количество дошкольников с низким уровнем адаптации к условиям детского сада на 27% (было 18 дошкольников, стало 11 дошкольников). Средний уровень адаптированности повысился на 19% (было 8 дошкольников, стало 13 дошкольников). После реализации программы с детьми появился высокий уровень адаптированности – 8% (2 дошкольника). Из этого следует, что многие дошкольники стали легче справляться с трудностями при необходимости привыкнуть к новой социальной ситуации, их эмоциональный фон стал относительно устойчивым, познавательная и игровая деятельность активизировалась, особенно при взаимодействии со взрослыми. Наиболее выраженные улучшения наблюдаются в познавательной и игровой активности, а также во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками. Однако у большинства дошкольников продолжают проявляться резкие негативные реакции на непредвиденные ситуации, приносящие им эмоциональный дискомфорт. Это может объясняться как особенностями психической жизни

дошкольников, так и кризисом 3-х лет, проявляющимся в негативных эмоциональных реакциях.

Количественные результаты исследования до и после реализации программы по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4 (таблица 4.2) и в процентном соотношении на Рисунке 7.

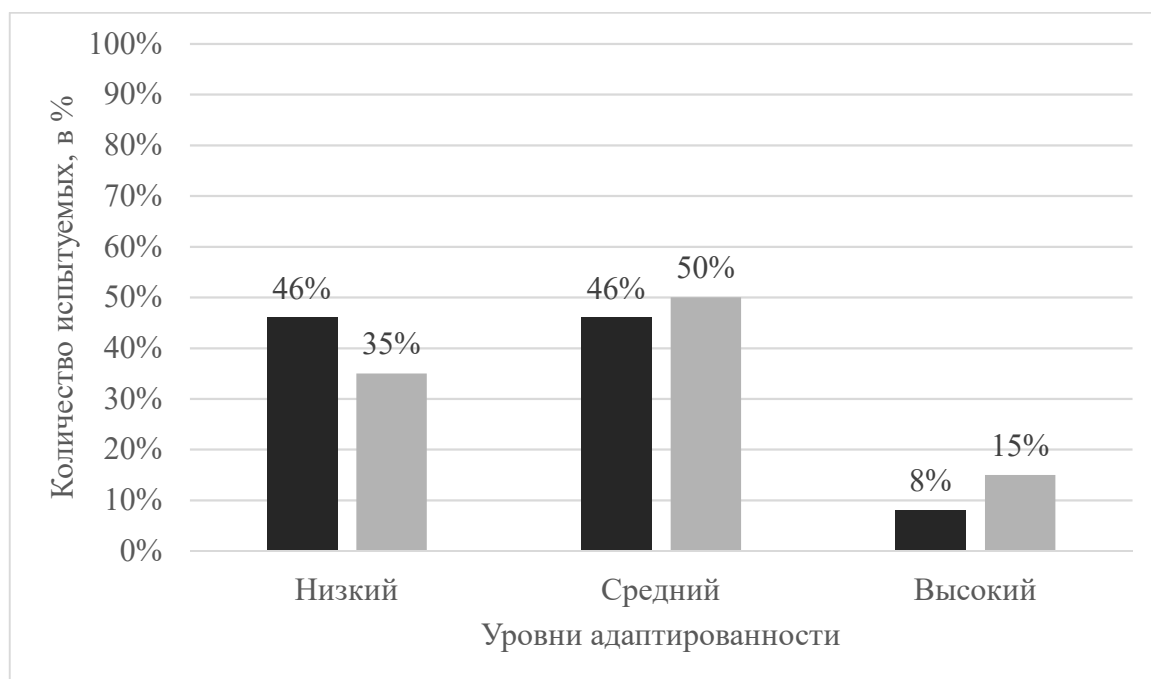


Рисунок 4 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада до и после реализации программы по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой

По результатам повторной диагностики можно сделать вывод, что уменьшилось количество дошкольников с низким уровнем адаптации к условиям детского сада на 11% (было 12 дошкольников, стало 9 дошкольников). Средний уровень адаптированности повысился на 4% (было 12 дошкольников, стало 13 дошкольников). Высокий уровень повысился на 7% (было 2 дошкольника, стало 4 дошкольников). Из этого следует, что у дошкольников продолжает сохраняться негативно окрашенное или неустойчивое настроение, при этом они начали проявлять интерес к игре и взаимодействию со сверстниками и взрослыми. Дошкольники стали легче переносить разлуку с родителями, однако сон и

аппетит стабилизировался лишь частично. Отмечается улучшение взаимоотношений со взрослыми и сверстниками.

Количественные результаты исследования до и после реализации программы по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОО» А.И. Остроуховой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4 (таблица 4.3) и в процентном соотношении на Рисунке 8.

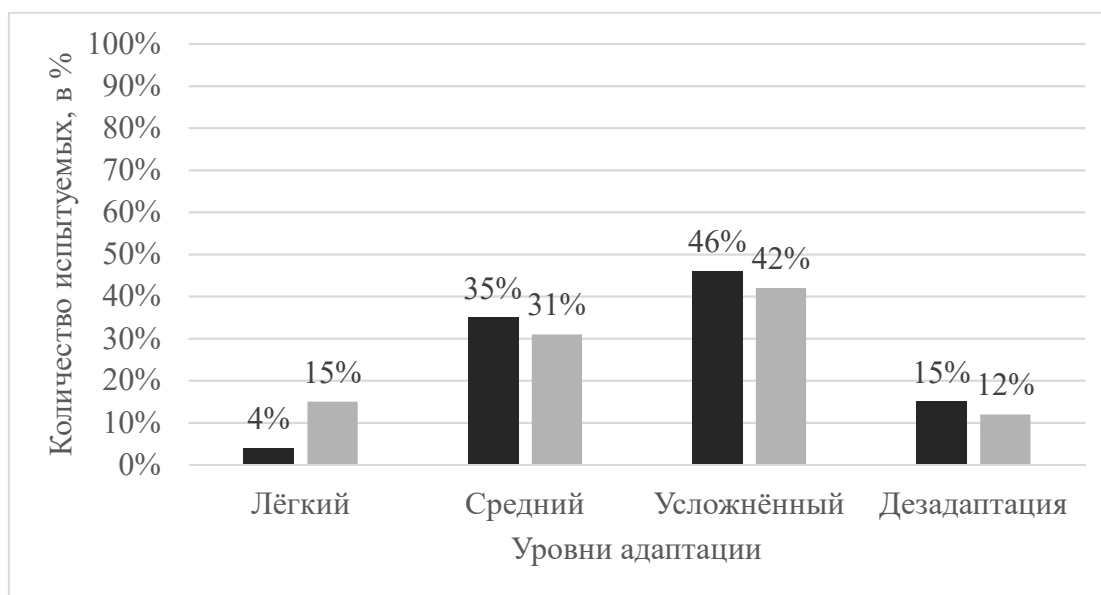


Рисунок 8 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада до и после реализации программы по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОО» А.И. Остроуховой

По результатам повторной диагностики можно сделать вывод, что уменьшилось количество дошкольников с дезадаптацией на 3% (было 4 дошкольника, стало 3 дошкольника). Усложнённый уровень адаптации понизился на 4% (было 12 дошкольников, стало 11 дошкольников). Средний уровень понизился на 4% (было 9 дошкольников, стало 8 дошкольников). Лёгкий уровень адаптации повысился на 11% (был 1 дошкольник, стало 4 дошкольника). Из этого следует, что у трёх дошкольников по-прежнему наблюдается подавленное настроение, отсутствие полноценного сна и частый плач. У части дошкольников в некоторой степени улучшилось настроение, стали менее частыми негативные эмоциональные реакции, однако до сих пор проявляется повышенная тревожность и нежелание играть

продолжительное время. Стоит отметить, что трое дошкольников смогли адаптироваться к условиям детского сада.

Для оценки эффективности разработанной и реализованной программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада был выполнен расчёт Т-критерия Вилкоксона по общим результатам трёх методик.

Результаты расчёта Т-критерия Вилкоксона представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты расчёта Т-критерия Вилкоксона

Методика	Эмпирическое значение по общему результату методики	Критические значения	
		Уровень значимости 0,05	Уровень значимости 0,01
«Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной	15**	60	43
«Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой	18**	84	110
«Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой	14,5**	83	62
Примечание: * существуют значимые различия на уровне значимости 0,05; ** существуют значимые различия на уровне значимости 0,01			

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных по методикам «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой до и после реализации разработанной программы. Это позволяет говорить об эффективности психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада. У дошкольников наблюдается тенденция к улучшению физического и

эмоционального состояния, у них вырос познавательный интерес, дети чаще принимают участие в игровой деятельности, качество взаимоотношений дошкольников со взрослыми и сверстниками повысилось, отношение к новой ситуации стало менее негативным.

Гипотеза о том, что уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада изменится, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогического сопровождения и включающую в себя теоретический, диагностический, сопровождающий и аналитический блоки.

Таким образом, после реализации разработанной программы по психолого-педагогическому сопровождению дошкольников к условиям детского сада была проведена повторная диагностика с целью определения эффективности проведённой работы. Сравнение результатов до и после реализации программы с использованием методов математической статистики (критерий Т-Вилкоксона) позволило сказать о существовании значимых различий данных до и после реализации разработанной программы. Значит, гипотеза о том, что уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада изменится, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогического сопровождения и включающую в себя теоретический, диагностический, сопровождающий и аналитический блоки, – подтверждена.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

На основе анализа психолого-педагогической литературы, проведения исследования была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику психологической службы образовательного учреждения.

Структура технологической карты внедрения представлена 7 этапами, включающими описание целей, содержания деятельности, методов и форм

реализации, количества планируемых мероприятий, временных границ и субъектов образовательного процесса, ответственных за каждый этап.

Охарактеризуем этапы внедрения результатов в практику.

1. Целеполагание внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада. Этап предполагает постановку цели программы, планирование этапов.

2. Формирование положительной установки на внедрение программы. Этап ориентирован на выработку положительной мотивации и психологической готовности к освоению предмета (психолого-педагогическое сопровождение адаптации дошкольников к условиям детского сада) внедрения.

3. Исследование предмета внедрения – изучение теоретических положений, методов и методик исследования.

4. Пилотажное освоение предмета внедрения, имеющее своей целью создание инициативной группы, готовой и способной проверить методики внедрения.

5. Фронтальное освоение предмета внедрения. Этап предполагает освоение предмета исследования всеми субъектами образовательного процесса, привлечённого к внедрению программы.

6. Совершенствование работы над предметом внедрения. Этап представляет собой создание условий для освоения участниками образовательного процесса компетенций, сопровождение образовательного процесса в соответствии с системным подходом, совершенствование применяемых методов работы.

7. Распространение передового опыта освоения предмета внедрения. Этап направлен на освещение полученных знаний, передачу инновационных методов другим субъектом образовательного процесса, популяризацию передового опыта.

Подробно технологическая карта представлена в ПРИЛОЖЕНИИ 5.

Успешность психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада требует слаженных и согласованных действий воспитателя, педагога-психолога и родителей. Выделяют направления организации совместной работы специалистов дошкольного учреждения и родителей:

- внимание к запросам родителей, проведение диагностики для определения удовлетворённости детей и их родителей качеством образовательных услуг и особенностей воспитательных мероприятий;
- повышение компетентности родителей (как с основной образовательной программой, так и с особенностями физического и психического развития детей дошкольного возраста);
- совершенствование правовой культуры родителей (способствование применения документов на практике, обретение льгот);
- организация культурных мероприятий (необходимо создать условия для совместного времяпрепровождения родителей и детей, а также осуществлять подготовку совместных проектов) [2].

Существуют различные формы организации совместной работы специалистов дошкольного учреждения и родителей:

- коллективные формы: родительские собрания, конференции и т.д.; они предназначены для ознакомления родителей с особенностями процесса обучения и воспитания их детей, содержанием и задачами образовательного процесса, методиками диагностики и методами коррекционно-развивающего воздействия;
- индивидуальные формы: беседы с родителями, которые обеспечивают взаимодействие воспитателя и родителей; они необходимы для обсуждения актуальных проблем, запросов родителей, улучшения образовательного процесса и выбора способов участия родителей в нём.

Среди традиционных форм взаимодействия воспитателя, педагога-психолога и родителей выделяют также тематические консультации, которые направлены на раскрытие содержания темы, которая интересует

родителей. Благодаря проведению таких консультаций можно добиться большего успеха при осуществлении коррекционно-развивающих мероприятий. Адаптация будет более успешной, если родители будут морально подготавливать детей к пребыванию в дошкольном учреждении, будут способствовать его общению со взрослыми и детьми и т.д. Благодаря подобным консультациям родители получают необходимые знания и поддержку, делятся собственным опытом и получают обратную связь со стороны специалистов и других родителей [41].

Выделяют нетрадиционные формы сопровождения:

- информационно-аналитические: сбор, обработка и анализ информации о семье каждого ребёнка, образовании родителей, наличия у них педагогических знаний, преобладающий стиль воспитания, особенности детско-родительских отношений и запросы, потребности, имеющиеся у родителей;

- досуговые формы: мероприятия, направленные на установление неформальных отношений между воспитателем и родителями, а также углубления доверительных отношений между родителями и детьми;

- познавательные формы: ознакомление родителей с возрастными физическими и психическими особенностями детей, а также их индивидуальными проявлениями;

- наглядно-информационные: ознакомление родителей с содержанием образовательной программы и методами организации работы с детьми в условиях дошкольного учреждения, а также оценка методов и приёмов взаимодействия родителей с детьми в домашних условиях [24].

Работу педагога-психолога можно представить с точки зрения четырёх основных направлений, предусмотренных профессиональным стандартом.

Диагностическое направление. Педагог-психолог должен собрать информацию об особенностях физического и психического развития детей. Это можно осуществить с помощью проведения опроса родителей

(например, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой), воспитателя («Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой). Также необходимо осуществить наблюдение за поведением и эмоциональными реакциями ребёнка в новой среде (например, «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной). Важно отметить, что педагог-психолог должен получить письменное согласие родителей на проведение диагностических мероприятий с их детьми и осуществление психолого-педагогического сопровождения.

Сопровождающее направление. В рамках данного направления работы реализуется психолого-педагогическое сопровождение дошкольников. В задачи педагога-психолога входит создание благоприятных условий, способствующих улучшению адаптации к детскому саду. Для реализации этого рекомендуется организация игровой деятельности, в ходе которой дети будут увлечены окружающими предметами и проявят интерес к взаимодействию со взрослым и сверстниками. При этом необходимо выполнять некоторые правила: дети должны сами захотеть принять участие в игре (добровольность), взрослый должен быть непосредственным участником игры, игры должны многократно повторяться, должен присутствовать наглядный материал, взрослый не должен оценивать правильность действий ребёнка.

Консультативное направление. Консультация проводится с родителями по вопросам обучения и воспитания дошкольников для повышения их адаптации к детскому саду. Необходимо понимать, что в рамках данного направления может потребоваться погружение в проблему и поиск рекомендаций, которые устроят родителей. Например, может происходить работа по коррекции детско-родительских отношений. Также может проводиться работа по обучению родителей методам и приёмам развития коммуникативных навыков их детей. Кроме того, педагог-психолог должен осветить ряд вопросов, которые позволят организовать

плодотворное совместное сотрудничество: причины помещения ребёнка в детский сад (необходимость социализации); родительские ожидания (уточнение, какие именно цели реализовываются в рамках обучения и воспитания в детском саду, и насколько это сопоставимо с ожиданиями и желаниями родителей); факторы благополучия детей (значимость обстановки как в детском саду, так и дома); работа с тревогой (помощь в преодолении тревоги у родителей, а также помощь в выборе способов взаимодействия с детьми, чтобы минимизировать негативное влияние стресса на них); родительская помощь ребёнку; варианты адаптации к детскому саду (необходимо рассказать о возможных вариантах адаптации, а также указать, какие факторы оказывают влияние на это); участие родителей в организации начального периода адаптации к детскому саду (обеспечение спокойной обстановки дома, соблюдение режима). Также консультативное направление может реализовываться в рамках работы с воспитателями при наличии у них запроса.

Просветительское направление. В рамках данного направления педагог-психолог делится имеющимися у него знаниями в области детской психологии и педагогики. Рекомендуются ознакомить родителей с возрастными особенностями дошкольников и спецификой их адаптации к детскому саду. Также в процессе осуществления просветительской деятельности допустимо предлагать родителям общие рекомендации, которые предназначены для более быстрого и лёгкого привыкания детей к новой социальной ситуации. Педагог-психолог может создать буклеты-памятки, раскрывающие тему адаптации, а также порекомендовать книги и интернет-источники для ознакомления с данной темой. Кроме того, можно составить папки-передвижки «Ребёнок идёт в детский сад», в которых будут представлены рекомендации для родителей, чьи дети находятся на начальном периоде адаптации к дошкольному учреждению. Также педагог-психолог совместно с администрацией может организовать День открытых

дверей для родителей, чтобы ознакомить их с материальным обеспечением детского сада, а также описать особенности планируемой деятельности [63].

Психолого-педагогическое сопровождение должно реализовываться комплексно: воспитателям, психологу-педагогу и родителям необходимо осуществить совместную работу, чтобы добиться наиболее выраженного положительного результата. Из этого следует, что должны быть составлены рекомендации для всех указанных участников данного процесса.

Рекомендации для воспитателя и педагога-психолога:

- обращать внимание на ребёнка, проявлять к нему заботу и ласку (особенно значимо делать это перед сном, чтобы успокоить ребёнка);
- предлагать ребёнку попить воды, если он испытывает напряжение (установлено, что приём пищи или воды способствует снижению уровня стресса; также не рекомендуется в адаптационный период отучать ребёнка от соски, поскольку сосательные движения служат источником успокоения ребёнка, нормализации его эмоционального состояния);
- предлагать ребёнку осуществлять монотонные движения руками: например, нанизывать крупные пластмассовые шарики на шнур;
- включать негромкую спокойную музыку во время деятельности для снятия эмоционального напряжения и создания умиротворяющей обстановки;
- создавать условия для того, чтобы ребёнок чаще смеялся и получал удовольствие от взаимодействия со взрослым и сверстниками;
- принимать привычки ребёнка, не идти против его желаний и интересов во время адаптационного периода [2].

Рекомендации для родителей:

- стремиться достигнуть сходства режима питания и сна дома и в детском саду;
- способствовать формированию коммуникативных навыков у ребёнка (гулять на участке детского сада с ребёнком, организовывать его совместную деятельность с другими людьми);

- приучать ребёнка к самостоятельности, учить социально-бытовым навыкам, формировать способность ребёнка к самообслуживанию;
- быть уверенными, что детский сад необходим ребёнку;
- объяснять ребёнку, что его ждёт в детском саду, выражать гордость ребёнком за то, что он посещает детский сад;
- способствовать развитию игровой деятельности (чем более разнообразно ребёнок взаимодействует с игрушками, тем больший интерес он будет проявлять к окружающим предметам в детском саду);
- разработать с ребёнком несложную систему прощальных знаков внимания, договориться с ним о том, когда вы вернётесь за ним;
- учитывать особенности адаптации ребёнка к детскому саду, рассчитывать свои возможности и планы в соответствии с этим, чтобы ребёнок не почувствовал себя оставшимся наедине с проблемой;
- познакомить ребёнка с воспитателем, другими родителями и детьми, способствовать повышению его уверенности в себе [57].

Таким образом, была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, а также составлены рекомендации для участников образовательного процесса с целью повышения уровня адаптации дошкольников к условиям детского сада. Психолого-педагогическое сопровождение должно реализовываться комплексно: воспитателям, психологу-педагогу и родителям необходимо осуществить совместную работу, чтобы добиться наиболее выраженного положительного результата.

Выводы по главе 3

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада направлена на решение проблемы недостаточной адаптации большинства дошкольников к условиям детского сада. Участниками программы являются дошкольники (средний возраст 3 года), имеющие низкий или средний уровень адаптации к детскому саду, в

количестве 26 человек (15 девочек и 11 мальчиков). Для удобства работы были созданы 4 группы с 4 дошкольниками и 2 группы с 5 дошкольниками. Также была проведена индивидуальная работа с воспитателем и групповая и индивидуальная работа с родителями дошкольников. Программа разработана на основе работ «Особенности общения с дошкольниками» Е.О. Смирновой, «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной.

По результатам повторной диагностики по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной можно сделать вывод, что уменьшилось количество дошкольников с низким уровнем адаптации к условиям детского сада на 27% (было 18 дошкольников, стало 11 дошкольников). Средний уровень адаптированности повысился на 19% (было 8 дошкольников, стало 13 дошкольников). После реализации программы с детьми появился высокий уровень адаптированности – 8% (2 дошкольника).

По результатам повторной диагностики по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой можно сделать вывод, что уменьшилось количество дошкольников с низким уровнем адаптации к условиям детского сада на 11% (было 12 дошкольников, стало 9 дошкольников). Средний уровень адаптированности повысился на 4% (было 12 дошкольников, стало 13 дошкольников). Высокий уровень повысился на 7% (было 2 дошкольника, стало 4 дошкольников).

По результатам повторной диагностики по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой можно сделать вывод, что уменьшилось количество дошкольников с дезадаптацией на 3% (было 4 дошкольника, стало 3 дошкольника). Усложнённый уровень адаптации понизился на 4% (было 12 дошкольников, стало 11 дошкольников). Средний уровень понизился на 4% (было 9 дошкольников, стало 8 дошкольников). Лёгкий уровень адаптации повысился на 11% (был 1 дошкольник, стало 4 дошкольника).

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных по методикам «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой до и после реализации разработанной программы.

Гипотеза о том, что уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада изменится, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогического сопровождения и включающую в себя теоретический, диагностический, сопровождающий и аналитический блоки.

Была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, а также составлены рекомендации для участников образовательного процесса с целью повышения уровня адаптации дошкольников к условиям детского сада.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Адаптация представляет собой многофакторный процесс, содержащий в себе знакомство с окружающей средой, включение в коммуникацию и изменение поведения в соответствие с усвоенными и принятыми нормами и ценностями общества для успешного функционирования в данной среде и всестороннего развития личности. Критерии успешной адаптации: внешняя адекватность поведения (способность выполнять требования окружающей среды и занимать ожидаемые социальные роли); внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворённость).

Младший дошкольный возраст – это период активного физического и психического становления личности. Адаптация детей младшего дошкольного возраста представляет собой процесс активного освоения окружающей действительности и включения в социальные отношения. Среди критериев успешного прохождения адаптации к условиям детского сада обозначают усвоение норм поведения, успешность социальных контактов и эмоциональное благополучие.

Разработка модели психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада и конструирование «дерева целей» позволили представить взаимосвязь всех структурных компонентов, обеспечивающих данный процесс, и дали возможность отследить и оценить последовательность представленных этапов и поставленных подцелей.

Исследование включало три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Были применены следующие методы: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент, психодиагностический метод. Были использованы методики: «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДООУ?» Е.О. Севостьяновой, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДООУ»

А.И. Остроуховой. Также были применены методы математической статистики (Т-критерий Вилкоксона).

В эмпирическом исследовании приняло участие 30 младших дошкольников (две группы детского сада), средний возраст – 3 года. Из них 18 девочек и 12 мальчиков. Исследование проводилось в МБДОУ «Детский сад №7».

Полученные результаты позволяют сделать следующие выводы:

Преобладающим является низкий уровень адаптации – 60% (18 человек), по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной. Общий эмоциональный фон поведения у большинства дошкольников отрицательный – 63% (19 человек). Значительное количество дошкольников реагируют реакцией неприятия на изменение привычной ситуации – 66% (20 человек). Взаимоотношения с детьми у половины дошкольников нарушены: они пассивны и равнодушны к сверстникам – 50% (15 человек).

Преобладающими являются низкий и средний уровни адаптации – по 40% (12 человек), по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой. Можно предположить, что в домашних условиях дети проявляют большую степень готовности к детскому саду, чем непосредственно при нахождении в нём. Также данные результаты можно объяснить личной заинтересованностью родителей.

Преобладающим является усложнённый уровень адаптации – 40% (12 человек), у части детей наблюдается дезадаптация – 13% (4 человека), по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой. Наибольшие трудности возникают со сном и аппетитом, это негативно влияет на физическое и психическое развитие.

Гипотеза исследования о том, что адаптация дошкольников находится на низком и среднем уровнях и характеризуется неустойчивым эмоциональным фоном, неприятием изменения привычной ситуации и пассивностью во взаимоотношениях с детьми, что требует разработки и

реализации программы психолого-педагогического сопровождения, – подтверждена.

На основе полученных результатов была разработана программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада. Участниками программы являются дошкольники (средний возраст 3 года), имеющие низкий или средний уровень адаптации к детскому саду, в количестве 26 человек (15 девочек и 11 мальчиков). Также была проведена индивидуальная работа с воспитателем и групповая и индивидуальная работа с родителями дошкольников. Программа реализовывается во время занятий педагога-психолога один раз в неделю. Разработанная программа рассчитана на 10 групповых встреч по 20 минут. При работе с дошкольниками используются такие методы, как арт-терапия, упражнение и игра.

После реализации программы была проведена повторная диагностика, полученные результаты позволяют сделать следующие выводы:

По методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной уменьшилось количество дошкольников с низким уровнем адаптации к условиям детского сада на 27% (было 18 дошкольников, стало 11 дошкольников). Средний уровень адаптированности повысился на 19% (было 8 дошкольников, стало 13 дошкольников). После реализации программы с детьми появился высокий уровень адаптированности – 8% (2 дошкольника).

По методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой уменьшилось количество дошкольников с низким уровнем адаптации к условиям детского сада на 11% (было 12 дошкольников, стало 9 дошкольников). Средний уровень адаптированности повысился на 4% (было 12 дошкольников, стало 13 дошкольников). Высокий уровень повысился на 7% (было 2 дошкольника, стало 4 дошкольников).

По методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой уменьшилось количество дошкольников с дезадаптацией на 3% (было 4 дошкольника, стало 3 дошкольника). Усложнённый уровень адаптации понизился на 4% (было 12 дошкольников, стало 11 дошкольников). Средний уровень понизился на 4% (было 9 дошкольников, стало 8 дошкольников). Лёгкий уровень адаптации повысился на 11% (был 1 дошкольник, стало 4 дошкольника).

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных по методикам «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной, «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой, «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой до и после реализации разработанной программы. Гипотеза о том, что уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада изменится, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогического сопровождения и включающую в себя теоретический, диагностический, сопровождающий и аналитический блоки.

Была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, а также составлены рекомендации для участников образовательного процесса с целью повышения уровня адаптации дошкольников к условиям детского сада. Практическая значимость исследования: разработаны модель и программа сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Таким образом, цель исследования достигнута, его задачи решены, гипотеза исследования подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреева Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – Москва : Аспект Пресс, 2021. – 290 с. – ISBN 978-5-7567-0274-3.
2. Асеева Е. И. Модель взаимодействия педагогов и родителей как фактор успешной социальной адаптации дошкольников / Е. И. Асеева, Е. В. Богданова // Вопросы дошкольной педагогики. – 2022. – № 6 (54). – С. 28–30. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48645469> (дата обращения: 15.02.2024).
3. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека : монография / Ф. Б. Березин. – Ленинград : Наука, 1988. – 270 с. – ISBN 9381-5-737-054-7.
4. Биктина Н. Н. Особенности материнского отношения и адаптация детей в дошкольном образовательном учреждении / Н. Н. Биктина, А. А. Канжигитова // Научные дискуссии. – 2024. – Т. 4. – № 1. – С. 41–46. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=64770848> (дата обращения: 28.04.2024).
5. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе / М. Р. Битянова. – Москва : Совершенство, 2014. – 298 с. – ISBN 5-89441-007-1.
6. Бодров В. А. Психологический стресс : развитие и преодоление / В. А. Бодров. – Москва : ПЕР СЭ, 2006. – 528 с. – ISBN 5-9292-0146-3.
7. Болотова А. В. Социальная адаптация дошкольников / А. В. Болотова, Е. А. Рысьянова // Социология в современном мире : наука, образование, творчество. – 2021. – № 13. – С. 34–36. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47297122> (дата обращения: 12.09.2023).
8. Вологодина И. В. Игровая деятельность как эффективное педагогическое средство адаптации младшего дошкольника к условиям детского сада / И. В. Вологодина // Психолого-педагогические проблемы современного образования : пути и способы их решения. – Москва : ООО

«Парнас», 2021. – С. 214–222. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46129673> (дата обращения: 10.02.2023).

9. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 160 с. – ISBN 978-5-534-06998-3.

10. Галушко И. Г. Адаптация ребёнка в детском саду / И. Г. Галушко, А. В. Галушко, А. А. Тоцкая // Современная педагогика : теория, методика, практика. – Москва : Империя, 2019. – С. 233–236. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38518011> (дата обращения: 03.06.2023).

11. Головнева Е. В. Адаптация детей в детском саду / Е. В. Головнева, Н. А. Головнева // Kazakhstan Science Journal. – 2019. – Т. 2. – № 6 (7). – С. 34–37. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38252090> (дата обращения: 22.01.2024).

12. Гольева Г. Ю. Психологическое консультирование / Г. Ю. Гольева. – Челябинск : Изд-во «Цицero», 2016. – 112 с. – ISBN 978-5-91283-753-1.

13. Денисова А. А. Формирование саморегуляции старших дошкольников как условие адаптации к школе / А. А. Денисова, Ю. А. Похожаева // Герценовские чтения. Начальное образование. – 2020. – Т. 11. – № 1. – С. 26–32. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42553894> (дата обращения: 04.10.2023).

14. Долгова В. И. Интеллектуальная готовность к школьному обучению у детей старшего дошкольного возраста / В. И. Долгова, О. А. Кондратьева, О. А. Конурова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 56–60. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95518.htm> (дата обращения: 12.02.2024).

15. Долгова В. И. Исследование адаптации первокурсников к обучению в университете / В. И. Долгова, О. А. Кондратьева, Е. С. Нижегородцева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 66–70. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=1pgjq9omfa964160560> (дата обращения: 25.02.2024).

16. Дубровина И. В. Психологическое благополучие школьников / И. В. Дубровина. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 140 с. – ISBN 978-5-534-09864-8.
17. Дудина М. М. Основы психолого-педагогической диагностики / М. М. Дудина, Ф. Т. Хаматнуров. – Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2016. – 190 с. – ISBN 978-5-8050-0611-2.
18. Дьяченко М. А. Процесс адаптации младших дошкольников к ДОО : классификация, особенности, основные проблемы / М. А. Дьяченко, А. Ю. Татаринцева // Академическая наука – проблемы и достижения. – 2021. – С. 45–49. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45557441> (дата обращения: 14.12.2023).
19. Евтушенко И. Н. Развитие и воспитание детей раннего возраста / И. Н. Евтушенко. – Челябинск : Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2019. – 282 с. – ISBN 978-5-907210-38-7.
20. Ежкова Н. С. Теоретические основы дошкольного образования / Н. С. Ежкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 183 с. – ISBN 978-5-534-02488-3.
21. Ефимова М. В. Развитие двигательной активности дошкольников через систему подвижных игр / М. В. Ефимова // Вестник Воронежского института развития образования. – 2023. – № 11. – С. 65–71. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=53968379> (дата обращения: 05.11.2023).
22. Залыгаева С. А. Эмоциональное благополучие дошкольников в период адаптации к детскому саду / С. А. Залыгаева // Дошкольное образование в ракурсе современных методологических подходов и возрастных ценностей детей. – Чебоксары : ООО «Издательский дом «Среда», 2021. – С. 97–100. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46278336> (дата обращения: 07.04.2024).
23. Засимская Т. Г. Успешная социальная адаптация дошкольников как фактор здоровьесбережения / Т. Г. Засимская, А. П. Кононенко, А. С. Юрьева, Г. А. Вяткина // Вопросы дошкольной педагогики. – 2022. –

№ 2 (50). – С. 19–22. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47950947> (дата обращения: 12.09.2023).

24. Зинкевич А. М. Социальная адаптация младших дошкольников в системе дополнительного образования / А. М. Зинкевич // Вестник научных конференций. – 2019. – № 2-1 (42). – С. 48–49. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38249760> (дата обращения: 23.12.2023).

25. Зиннатуллина Е. В. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации младших дошкольников к условиям дошкольной образовательной организации / Е. В. Зиннатуллина // Образование и наука без границ : социально-гуманитарные науки. – 2023. – № 21. – С. 10–14. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54910199> (дата обращения: 11.11.2023).

26. Истамгалина Р. М. Современный дошкольник : проблемы воспитания и социальной адаптации / Р. М. Истамгалина // Молодой ученый. – 2023. – № 1 (448). – С. 29–33. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=50107316> (дата обращения: 18.02.2024).

27. Канищева М. А. Особенности адаптации дошкольников к условиям детского сада / М. А. Канищева // Инновационный путь развития как ответ на вызовы нового времени. – Уфа : ООО «ОМЕГА САЙНС», 2021. – С. 211–215. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47156020> (дата обращения: 15.02.2024).

28. Капустникова А. А. Игра как условие адаптации дошкольника к образовательной организации / А. А. Капустникова // Непрерывное образование в современном мире : история, проблемы, перспективы. – Москва, 2019. – С. 42–45. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38504734> (дата обращения: 21.02.2024).

29. Кашина А. С. Анализ подходов к определению понятия адаптация дошкольников / А. С. Кашина // Аллея науки. – 2019. – Т. 1. – № 12 (39). – С. 854–857. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42417281> (дата обращения: 24.03.2024).

30. Кирюхина Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДООУ : практическое пособие / Н. В. Кирюхина. – 2-е изд. – Москва : Айрис Пресс, 2006. – 107 с. – ISBN 5-8112-2100-2.

31. Ковальчук Г. С. Привязанность как фактор адаптации дошкольников / Г. С. Ковальчук // Студенческий вестник. – 2022. – № 7-2. – С. 27–29. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48141436> (дата обращения: 14.10.2023).

32. Кожарина Ю. А. Основные процессы социальной адаптации детей в период дошкольного возраста / Ю. А. Кожарина // Молодой ученый. – 2023. – № 49 (496). – С. 650–652. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=55925171> (дата обращения: 06.12.2023).

33. Косикова Л. В. Особенности детско-родительских отношений и адаптации к ДООУ у младших дошкольников / Л. В. Косикова // New century science : problems and new approaches. – Петрозаводск, 2019. – С. 17–20. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41359096> (дата обращения: 14.09.2023).

34. Красношлык З. П. Условия адаптации младших дошкольников к детскому саду / З. П. Красношлык // Наука и инновации – современные концепции. – Уфа, 2019. – С. 48–52. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37200202> (дата обращения: 17.03.2023).

35. Кубрякова А. А. Проблема диагностики степени адаптации ребенка младшего дошкольного возраста к детскому саду / А. А. Кубрякова // Молодежная наука. – 2021. – С. 219–221. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45832073> (дата обращения: 12.01.2024).

36. Латыпова И. Г. Психологическое сопровождение и работа педагога-психолога при адаптации ребенка к детскому саду / И. Г. Латыпова // Студенческий форум. – 2019. – № 39-1 (90). – С. 36–37. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41507214> (дата обращения: 12.12.2023).

37. Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии / А. Н. Леонтьев ; под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – 5-е изд., стер. – Москва : Смысл : Academia, 2020. – 509 с. – ISBN 978-5-89357-230-8.

38. Лисихина В. Н. Взаимодействие с семьями дошкольников и младших школьников в период адаптации ребенка к условиям образовательной организации / В. Н. Лисихина // Технологии образования. – 2020. – № 1 (7). – С. 17–22. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42436182> (дата обращения: 10.03.2024).

39. Мамедова Л. В. Педагогика и психология инклюзивного образования / Л. В. Мамедова, Ю. В. Кобазова. – Нерюнгри : Изд-во ТИ (ф) СВФУ, 2015. – 112 с. – ISBN 978-5-906908-18-6.

40. Махаева Г. М. Факторы успешной адаптации дошкольников к условиям жизни в дошкольной образовательной организации / Г. М. Махаева // Актуальные проблемы современной семьи. – Махачкала, 2021. – С. 455–458. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46102722> (дата обращения: 08.10.2023).

41. Мицкая А. В. Психолого-педагогическая помощь родителям в период адаптации ребенка к детскому саду / А. В. Мицкая // От мечты к открытию : психологические исследования молодых ученых. – Курск, 2024. – С. 86–89. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=60412653> (дата обращения: 23.04.2024).

42. Неволина А. А. К вопросу о адаптации младших дошкольников к дошкольной образовательной организации / А. А. Неволина // Актуальные проблемы образования: позиция молодых. – Челябинск, 2022. – С. 253–254. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49403917> (дата обращения: 08.07.2023).

43. Немов Р. С. Основы психологического консультирования / Р. С. Немов. – Москва : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2020. – 394 с. – ISBN 5-691-00268-6.

44. Низдиминов М. Н. Подходы к оценке и измерению эффективности мотивации и адаптации персонала / М. Н. Низдиминов, А. М. Пыжов, Е. В. Тинькова // Дельта науки. – Воронеж, 2019. – С. 33–37. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29010424> (дата обращения: 28.11.2023).

45. Никитина А. А. Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации младших дошкольников к ДОО / А. А. Никитина // Нижегородский психологический альманах. – 2022. – № 1. – С. 17–25. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49478289> (дата обращения: 12.03.2023).

46. Остроухова А. И. Развитие дошкольного образовательного учреждения как открытого социально-воспитательного института : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.06 / Остроухова Анна Ивановна ; Ин-т педагогики соц. работы Рос. акад. образования. – Москва, 1999. – 19 с. – ISBN 5-713-044-818.

47. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка / Ж. Пиаже. – Москва : Педагогика-пресс, 1994. – 526 с. – ISBN 5-7155-0694-848.

48. Позднякова О. В. Социальная адаптация как стадия социализации личности / О. В. Позднякова // Социально-экономические явления и процессы. – Москва, 2021. – С. 362–367. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23417524> (дата обращения: 08.04.2023).

49. Роньжина А. С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению / А. С. Роньжина. – Москва : Национальный книжный центр, 2013. – 65 с. – ISBN 978-5-4441-0012-7.

50. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Издательство «Питер», 2000. – 712 с. – ISBN 978-5-459-01141-8.

51. Русаков А. С. Модель инновационных комплексов и формирование образовательной программы детского сада / А. С. Русаков, М. М. Эпштейн. – Москва : ТЦ Сфера, 2015. – 126 с. – ISBN 978-5-9949-1410-6.

52. Савочкина А. А. Особенности адаптации младших дошкольников к условиям дошкольной образовательной организации / А. А. Савочкина // Трибуна ученого. – 2023. – № 11. – С. 158–167. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=56185890> (дата обращения: 10.06.2023).

53. Самофалова Ю. Н. Развитие интереса у дошкольников к подвижным играм через музыкальное сопровождение / Ю. Н. Самофалова, Л. М. Мордина // Развитие современного образования: от теории к практике. – Белгород, 2022. – С. 125–127. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49770961> (дата обращения: 12.08.2023).

54. Сапарбиева М. Влияние воспитателя на адаптацию детей к детскому саду средствами художественной деятельности / М. Сапарбиева, Х. Л. Нальгиева // Известия Чеченского государственного педагогического университета. – 2022. – № 1 (37). – С. 78–90. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48617943> (дата обращения: 02.09.2023).

55. Севостьянова Е. О. Дружная семейка. Программа адаптации детей в ДОУ / Е. О. Севостьянова. – Москва : Сфера, 2007. – 128 с. – ISBN 5-89144-578-6.

56. Селимова Н. Н. Методическое обеспечение процесса адаптации младших дошкольников к условиям дошкольной образовательной организации / Н. Н. Селимова // Путь в педагогическую науку : проблемы и решения. – 2022. – № 8 (12). – С. 67–72. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49099016> (дата обращения: 06.09.2023).

57. Семёнов В. Е. Феноменология адаптационного времени / В. Е. Семенов // Аллея науки. – 2021. – Т. 2. – № 6 (57). – С. 781–796. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29416524> (дата обращения: 02.04.2023).

58. Серых Л. В. Алгоритм конструирования и реализации технологии социализации дошкольников в двигательной-игровой деятельности / Л. В. Серых, В. Л. Кондаков, Л. Н. Волошина // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – № 5. – С. 18–22. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44170826> (дата обращения: 05.03.2023).

59. Сидина Л. В. Организация педагогических условий успешной адаптации младших дошкольников / Л. В. Сидина // Психологическая и педагогическая основы современной образовательной среды. – Уфа, 2019. –

С. 144–147. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41465434> (дата обращения: 17.03.2023).

60. Сидорова К. В. Проблематика использования дидактической игры в дошкольном образовании / К. В. Сидорова // Педагогический журнал. – 2023. – Т. 13. – № 7-1. – С. 159–166. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54743483> (дата обращения: 12.03.2024).

61. Слостенин В. А. Психология и педагогика / В. А. Слостенин, В. П. Каширин. – 2-е изд., стер. – Москва : Академия, 2003. – 477 с. – ISBN 5-7695-0488-9.

62. Смирнова Е.О. Детская психология / Е. О. Смирнова. – Москва : ВЛАДОС, 2003. – 365 с. – ISBN 5-691-00893-5.

63. Смирнова О. В. Педагогические компетенции родителей дошкольников в период адаптации к детскому саду / О. В. Смирнова // Вопросы педагогики. – Москва, 2020. – С. 319–326. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42852390> (дата обращения: 15.03.2024).

64. Соболева К. С. Адаптация детей к условиям детского сада / К. С. Соболева // Современная наука и образование : проблемы, решения, тенденции развития. – Петрозаводск, 2024. – С. 67–71. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=60010623> (дата обращения: 12.03.2024).

65. Соколовская Е. А. Влияние детско-родительских отношений на адаптацию к ДООУ детей 3-4 лет / Е. А. Соколовская // Молодой ученый. – 2020. – № 14 (304). – С. 148–150. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42669251> (дата обращения: 02.05.2023).

66. Степанов С. С. Популярная психологическая энциклопедия / С. С. Степанов. – Москва : Эксмо, 2005. – 672 с. – ISBN 5-342-04821-9.

67. Тимошенко М. К. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации младших дошкольников к детскому саду / М. К. Тимошенко // Современные тенденции развития дошкольного и начального образования. – Москва, 2023. – С. 40–50. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=53983627> (дата обращения: 14.12.2023).

68. Тихонова Ю. П. Развитие выразительности движений дошкольников в двигательной деятельности посредством музыкального сопровождения / Ю. П. Тихонова, Ю. А. Кондратьева, О. Г. Ефремов, Ж. Ю. Романова // Научное отражение. – 2022. – № 4 (30). – С. 18–21. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49989062> (дата обращения: 22.03.2024).

69. Тихонович Т. Ю. Здоровье как фактор адаптации и социализации детей младшего дошкольного возраста / Т. Ю. Тихонович // Психологическое здоровье человека : жизненный ресурс и жизненный потенциал. – Красноярск, 2023. – С. 227–233. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54016848> (дата обращения: 30.12.2023).

70. Ткачук В. О. Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников как условие их успешной адаптации к школе / В. О. Ткачук // Инновационное образование глазами современной молодежи. – Челябинск, 2023. – С. 159–161. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=53728792> (дата обращения: 15.02.2024).

71. Тюрина Н. В. Понятие адаптации в современной психологии / Н. В. Тюрина // Психологические науки. – Екатеринбург, 2020. – С. 24–28. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45832443> (дата обращения: 24.02.2024).

72. Фокина Т. Н. Психолого-педагогические аспекты адаптации ребенка в детском саду / Т. Н. Фокина, М. Н. Нестерова, И. В. Костикова // Альманах мировой науки. – 2019. – № 3 (29). – С. 112–113. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38195832> (дата обращения: 09.02.2024).

73. Хартманн Х. Эго-психология и проблема адаптации личности / Х. Хартманн. – Москва : Ин-т общегуманит. исслед., 2002. – 143 с. – ISBN 5-88230-075-4.

74. Шибутани Т. Социальная психология / Т. Шибутани. – Москва : АСТ, 1999. – 538 с. – ISBN 5-222-00212-8.

75. Яшкова А. Н. Детско-родительские отношения и социально-психологическая адаптация дошкольников / А. Н. Яшкова, А. С. Сыч, Е. А. Рашкина // Учебный эксперимент в образовании. – 2021. – № 2 (98). –

С. 7–13. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46453673> (дата обращения: 12.03.2024).

76. Zohidova S. Adaptation of the child to the preschool institution / S. Zohidova // International Journal on Integrated Education. – 2022. – 305–310. – URL: <https://doi.org/10.17605/ijie.v4i> (дата обращения: 08.05.2024).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики адаптации дошкольников к условиям детского сада

«Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной.

Назначение психодиагностической методики: определить адаптированность детей к дошкольному учреждению.

Таблица 1 – Оценка психологических критериев адаптированности ребенка к дошкольному учреждению

Ф.И. ребенка	Психологические критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению														
	Общий эмоциональный фон поведения			Наблюдение за ребенком											
				Познавательная и игровая деятельность			Взаимоотношения со взрослыми			Взаимоотношения с детьми			Реакция на изменение привычной ситуации		
	Полож.	Неустойчивый	Отрицательный	Активен	Актив. при поддержке взр.	Пассивен/ реакция протеста	Инициативен	Принимативен, взр.	Уход от в/отнош. Р-ция	Инициативен	Вступает в контакт при поддержке	Пассивен	Принятие	Тревожность	Неприятие
Баллы	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1

Баллы, набранные ребенком, суммируются. Данная сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими показателями и делается заключение об уровне адаптированности детей.

2,6 – 3 балла – высокий уровень адаптированности. У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

1,6 – 2,5 баллов – средний уровень адаптированности. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

1 – 1,5 баллов – низкий уровень адаптированности. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации

(двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо отсутствует активность, инициативность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

«Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой.

Назначение психодиагностической методики: определить психологическую готовность детей к дошкольному учреждению.

1. Какое настроение преобладает у ребенка в последнее время в домашней обстановке?

- бодрое, уравновешенное – 3 балла
- неустойчивое – 2 балла
- подавленное – 1 балл

2. Как Ваш ребенок засыпает?

- быстро, спокойно (до 10 минут) – 3 балла
- долго не засыпает – 2 балла
- беспокойно – 1 балл

3. Используете ли Вы дополнительное воздействие при засыпании ребенка (укачивание, колыбельные и пр.)?

- да – 1 балл
- нет – 3 балла

4. Какова продолжительность дневного сна ребенка?

- 2 часа – 3 балла
- 1 час – 1 балл

5. Аппетит Вашего ребенка?

- хороший – 4 балла
- избирательный – 3 балла
- неустойчивый – 2 балла
- плохой – 1 балл

6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?

- положительно – 3 балла
- отрицательно – 1 балл

7. Просится ли Ваш ребенок на горшок?

- да – 3 балла
- нет, но бывает сухой – 2 балла

– нет и ходит мокрый – 1 балл.

8. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?

– сосет пустышку или сосет палец, раскачивается, другое – 1 балл

– нет – 3 балла

9. Интересуется ли ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?

– да – 3 балла

– иногда – 2 балла

– нет – 1 балл

10. Проявляет ли интерес к действиям взрослых?

– да – 3 балла

– иногда – 2 балла

– неустойчивый – 2 балла

– плохой – 1 балл

11. Как Ваш ребенок играет?

– умеет играть самостоятельно – 3 балла

– не всегда – 2 балла

– не играет сам – 1 балл

12. Взаимоотношения со взрослыми?

– легко идет на контакт – 3 балла

– избирательно – 2 балла

– трудно – 1 балл

14. Взаимоотношения с детьми?

– легко идет на контакт – 3 балла

– избирательно – 2 балла

– трудно – 1 балл

15. Отношения к занятиям: внимателен, усидчив, активен?

– да – 3 балла

– не всегда – 2 балла

– нет – 1 балл

16. Есть ли у ребенка уверенность в себе?

– есть – 3 балла

– не всегда – 2 балла

– нет – 1 балл

17. Есть ли опыт разлуки с близкими?

– перенес разлуку легко – 3 балла

– тяжело – 1 балл

18. Есть ли аффективная привязанность к кому-либо из взрослых?

– есть – 1 балл

– нет – 3 балла

Высокий уровень (40-55 баллов): у ребёнка преобладает бодрое и уравновешенное настроение, к горшку приучен, интерес к игрушкам и действиям взрослых присутствует, легко идёт на контакт со взрослыми и детьми, разлуку переносит легко, нарушений сна и аппетита нет или они незначительные.

Средний уровень (24-39 баллов): у ребёнка неустойчивое настроение, он изредка проявляет интерес к игре и действиям взрослых, общается со взрослыми и детьми только при наличии поддержки, взаимодействие избирательно, разлуку переносит тяжело, имеются трудности со сном и избирательность, неустойчивость аппетита.

Низкий уровень (16-23 балла): у ребёнка преобладает негативно окрашенное эмоциональное состояние, к горшку не приучен, он не проявляет интерес к игре и действиям взрослых, не способен играть самостоятельно, трудно идёт на контакт со взрослыми и детьми, ему тяжело разлучаться с родителями, аппетит и сон нарушены.

«Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой.

Назначение психодиагностической методики: определить поведенческие реакции в соответствии с оценкой факторов адаптации.

1. Эмоциональное состояние ребенка.

+3 весел, жизнерадостен, подвижен, активен.

+2 улыбается, настроение хорошее, весел.

+1 иногда задумчив, замкнут.

-1 легкая плаксивость, хныканье.

-2 плачет за компанию, плач приступообразный.

-3 сильный плач, подавленное настроение.

2. Социальные контакты ребенка.

+3 много друзей, охотно играет с детьми.

+2 сдержан, просится на руки, неохотно играет с детьми.

+1 безразличен к играм, отстранен, замкнут.

-1 невесел. С детьми не контактирует, даже если вовлечен в игру.

-2 проявляет тревогу, бросает начатые игры.

-3 недружелюбный, агрессивный, мешает детям играть.

3. Сон ребенка.

+3 сон спокойный, глубокий, засыпает быстро.

- +2 сон спокойный.
- +1 засыпает не скоро, спит спокойно, но недолго.
- 1 засыпает с хныканьем, тревожен во сне.
- 2 засыпает с плачем, долго, беспокоен во сне.
- 3 отсутствие сна, плач.

4.Аппетит ребенка.

- +3 очень хороший аппетит, съедает все с удовольствием.
- +2 нормальный аппетит, ест до насыщения.
- +1 аппетит выборочный, но ненасыщенный.
- 1 отвергает некоторые блюда, капризничает.
- 2 приходится следить за тем, чтобы ел, ест долго, неохотно.
- 3 отвращение к еде, кормление мучительно.

Лёгкий уровень адаптации (+12...+8 или 0...4): эмоциональное состояние ребёнка преимущественно весёлое, он преимущественно активен; у ребёнка много друзей, он с удовольствием играет с ними; сон спокойный и глубокий, аппетит хороший.

Средний уровень адаптации (+7...0 или 5...12): для ребёнка характерна задумчивость или лёгкая плаксивость; безразличен к играм, в контакт с детьми вступает неохотно; сон недолгий, наблюдается тревожность во сне, засыпание трудное; аппетит выборочный, может отвергать некоторые блюда.

Усложнённый уровень адаптации (-1...-7 или 13...19): настроение преимущественно подавленное, частый плач; проявление тревоги, нежелание играть продолжительное время; сон беспокойный, засыпание долгое и трудное; аппетит плохой, ест долго и неохотно.

Уровень дезадаптации (-8...-12 или 20...24): постоянное подавленное настроение; агрессивное поведение; отсутствие сна и частый плач; отвращение к еде.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада

Таблица 2.1 – «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной

№	Эмоц фон	Познав и игр деят-ть	Взаимоотн со взрослыми	Взаимоотн с детьми	Реакция на изм ситуации	Общий балл	Результат
1	1	1	1	1	1	5	1
2	1	1	1	1	1	5	1
3	1	1	1	1	1	5	1
4	1	1	1	1	1	5	1
5	1	1	2	1	1	6	1,2
6	1	1	2	1	1	6	1,2
7	1	1	2	1	1	6	1,2
8	1	1	2	1	1	6	1,2
9	1	2	2	1	1	7	1,4
10	1	2	2	1	1	7	1,4
11	1	1	2	2	1	7	1,4
12	1	2	2	1	1	7	1,4
13	1	1	2	2	1	7	1,4
14	1	2	2	1	1	7	1,4
15	1	1	2	1	2	7	1,4
16	1	2	2	1	1	7	1,4
17	1	2	2	1	1	7	1,4
18	1	1	2	2	1	7	1,4
19	1	2	2	2	1	8	1,6
20	2	2	2	2	1	9	1,8
21	2	2	2	2	1	9	1,8
22	2	2	2	2	2	10	2
23	2	2	2	2	2	10	2
24	2	2	3	2	2	11	2,2
25	2	2	3	2	2	11	2,2
26	2	2	3	3	2	12	2,4
27	2	3	3	3	2	13	2,6
28	2	3	3	3	3	14	2,8
29	3	3	3	3	2	14	2,8
30	3	3	3	3	3	15	3
	Низкий: 19 (63%) Средний: 9 (30%) Высокий: 2 (7%)	Низкий: 12 (40%) Средний: 14 (47%) Высокий: 4 (13%)	Низкий: 4 (13%) Средний: 19 (63%) Высокий: 7 (24%)	Низкий: 15 (50%) Средний: 10 (33%) Высокий: 5 (17%)	Низкий: 20 (67%) Средний: 8 (26%) Высокий: 2 (7%)	Низкий: 18 (60%) Средний: 8 (27%) Высокий: 4 (13%)	Низкий: 18 (60%) Средний: 8 (27%) Высокий: 4 (13%)

Таблица 2.2 – «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?»
Е.О. Севостьяновой

№	Баллы
1	16
2	16
3	17
4	17
5	18
6	17
7	18
8	19
9	18
10	21
11	20
12	22
13	25
14	25
15	27
16	26
17	28
18	32
19	35
20	34
21	33
22	29
23	36
24	35
25	42
26	44
27	45
28	50
29	48
30	52
	Низкий: 12 (40%) Средний: 12 (40%) Высокий: 6 (20%)

Таблица 2.3 – «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ»
А.И. Остроуховой

№	Эмоциональное состояние	Социальные контакты	Сон	Аппетит	Баллы	Результат
1	-3	-3	-3	-3	-12	0
2	-3	-3	-2	-3	-11	1
3	-3	-3	-2	-3	-11	1
4	-3	-3	-2	-2	-10	2
5	-2	-2	-1	-2	-7	5
6	-2	-1	-1	-3	-7	5
7	-2	-1	-2	-2	-7	5
8	-2	-2	-1	-1	-6	6
9	-2	-1	-2	-2	-7	5
10	-2	-1	-1	-1	-5	7
11	-1	-1	-1	-1	-4	8
12	-1	0	-1	-1	-3	9
13	-1	-1	-1	-1	-4	8
14	-2	0	-1	-1	-4	8
15	-1	0	0	-1	-2	10
16	0	0	-1	-1	-2	10
17	+1	+1	0	0	+2	14
18	0	+2	0	+1	+3	14
19	+1	+1	+1	+1	+4	16
20	+1	+2	0	+1	+5	17
21	+1	+2	+1	0	+6	18
22	+2	+2	+1	+1	+6	18
23	+1	+2	+1	+1	+5	17
24	+2	+2	+1	+1	+6	18
25	+2	+2	+2	+1	+7	19
26	+2	+2	+2	+2	+8	20
27	+3	+3	+2	+2	+10	22
28	+3	+3	+3	+3	+10	22
29	+2	+2	+2	+2	+11	23
30	+3	+3	+3	+3	+12	24
						Дезадаптация: 4 (13%) Усложнённый: 12 (40%) Средний: 9 (30%) Лёгкий: 5 (17%)

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада

Цель программы – повысить уровень адаптации дошкольников к условиям детского сада.

Задачи программы:

1. Создать доверительную атмосферу в группе и повысить мотивацию на пребывание в ней.
2. Пробудить познавательный интерес и активизировать игровую деятельность.
3. Способствовать улучшению физического и эмоционального состояния дошкольников.
4. Повысить качество взаимоотношений дошкольников со взрослыми и сверстниками.
5. Способствовать повышению адаптивных возможностей дошкольников, появления у них положительного отношения к новой ситуации.

Принципы программы:

- научность (использование научно-обоснованных и апробированных технологий и методик);
- системность и комплексность (организация совместной и поэтапной работы со всеми участниками образовательного процесса);
- превентивность (переход от решения актуальных проблем к предупреждению проблем, которые могут возникнуть впоследствии);
- открытость (доступность информации, открытость мероприятий, готовность к социальному партнёрству).

Участниками программы являются дошкольники (средний возраст 3 года), имеющие низкий или средний уровень адаптации к детскому саду, в количестве 26 человек (15 девочек и 11 мальчиков). Для удобства работы были созданы 4 группы с 4 дошкольниками и 2 группы с 5 дошкольниками. Также была проведена индивидуальная работа с воспитателем и групповая и индивидуальная работа с родителями дошкольников.

Программа разработана на основе работ «Особенности общения с дошкольниками» Е.О. Смирновой, «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной.

Программу можно представить в виде трёх взаимосвязанных блоков:

– работа по психолого-педагогическому сопровождению адаптации дошкольников к условиям детского сада;

– групповое и индивидуальное психологическое консультирование родителей;

– индивидуальное психологическое консультирование воспитателя.

Структуру одного занятия можно представить следующим образом:

1. Приветствие.

2. Основная часть (применение различных методов для повышения адаптации дошкольников к условиям детского сада).

3. Рефлексия.

Для эффективной реализации программы необходимы следующие ресурсы: научно-методическая база (стимульный материал); материально-техническая оснащённость организации (комната в детском саду, игровой уголок в детском саду, листы бумаги, канцелярские принадлежности).

Программа будет реализовываться во время занятий педагога-психолога один раз в неделю. Разработанная программа рассчитана на 10 групповых встреч по 20 минут. Также в рамках программы предусмотрена одна групповая консультационная встреча с родителями дошкольников в начале реализации программы, которая будет длиться 1,5-2 часа. На протяжении всего времени реализации программы педагог-психолог проводит индивидуальные консультационные встречи с родителями и воспитателем по запросу. Сроки реализации программы: 2,5 месяца.

Содержание программы психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада

Работа с дошкольниками.

Занятие 1. «Божья коровка».

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Знакомство с божьей коровкой». Цель: создание положительного эмоционального настроения, развитие зрительного восприятия.

– К нам в гости прилетела божья коровка. Посмотрите, какая она красивая! Давайте поздороваемся с ней. Дети рассматривают божью коровку, здороваются с ней. Педагог-психолог предлагает определить цвет, форму и величину игрушки, затем вместе с детьми считает точки на спинке божьей коровки.

2. Упражнение «Божья коровка, улети на небо». Цель: развитие координации движений, ориентации в собственном теле.

– 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 разожмем 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.

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, машут кистями рук на себя.

Черного и белого, Ритмично хлопают в ладоши.

Только не горелого! Грозят указательным пальцем.

3. Игра «Согреем божью коровку». Цель: развитие речи, воображения.

– Замерзла божья коровка, не может взлететь. Давайте согреем ее нашим дыханием. Дети дышат на ладошки. – Согрелась божья коровка, давайте сдуем ее с ладошки. Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки.

4. Упражнение «Нарисуем чёрные точки на спинках божьих коровок». Цель: снятие эмоционального напряжения, пробуждение познавательного интереса и повышение произвольности мелкой моторики рук.

Дети садятся за столы. Педагог-психолог раздает краски и листы с изображением божьих коровок. – Теперь нарисуем черные точки на спинках божьих коровок. Дети вслед за психологом обмакивают указательные пальцы в черную краску (гуашь, смешанную с зубной пастой) и закрашивают круги на спинках божьих коровок.

Рефлексия: какие игры вам понравились? Божьей коровке у вас очень понравилось, но пришла пора прощаться. До свидания!

Занятие 2. «Мячик».

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Мой весёлый звонкий мяч». Цель: сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками.

Педагог-психолог показывает детям большой мяч и предлагает определить его величину, цвет и форму. Дети выполняют задание. – Покажите рукой форму мяча. Дети рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. – 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.

2. Игра «Прятки» Цель: повышение эмоционального тонуса, развитие ориентации в пространстве.

Педагог-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 (под столом, за креслом, в углу и т.п.).

3. Упражнение «Найди мячик» Цель: развитие тактильного восприятия, речи.

Педагог-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.

Рефлексия: какие игры вам понравились? Наше занятие заканчивается. Давайте скажем друг другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!

Занятие 3. «Весёлый петрушка».

Приветствие.

Основная часть:

1. Игра «Паровоз». Цель: развитие слухового внимания, произвольности.

– 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 ... Дети хором произносят: «Петрушка!» – Правильно, угадали! Наверное, вы меня ждали? Ну, тогда давайте играть и веселиться! Кто хочет на моем паровозе прокатиться? Дети встают друг за другом, берутся одной рукой за ленту, привязанную к паровозику, дружно шагают и поют песенку. Паровоз, паровоз, маленький блестящий, Он вагоны повез, будто настоящий. Кто едет в поезде? Плюшевые мишки, зайки пушистые, Кошки да мартышки!

2. Игра «Где же наши ручки» Цель: развитие умения согласовывать свои действия с ритмом стихотворения, с действиями других.

– Вот мы и приехали в страну игр и развлечений! Вставайте в круг. Давайте поиграем с нашими ручками и ножками. Ой, а где же ваши ручки? Спрятались? Педагог-психолог и «Петрушка» поют песенку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

Где же, где же наши ручки? Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга.

Где же наши ручки? Где же, где же наши ручки? Нету наших ручек! Прячут руки за спину.

Вот, вот наши ручки! Поворачивают ладошки

Вот наши ручки! тыльной стороной вверх- вниз.

Пляшут, пляшут наши ручки! Ритмично машут

Пляшут наши ручки! ладошками перед собой.

Где же, где же наши ножки? Разводят руками, удивленно

Где же наши ножки? смотрят друг на друга.

Где же, где же наши ножки? Нету наших ножек! Садятся на корточки.

Вот, вот наши ножки! Ритмично хлопают

Вот наши ножки! ладошками по ногам.

Пляшут, пляшут наши ножки! Ритмично топают ногами.

Пляшут наши ножки! Где же, где же наши детки? Разводят руками, удивленно

Где же наши детки? смотрят друг на друга.

Где же, где же наши детки? Нету наших деток! Прячут лицо в ладошки.

Вот, вот наши детки! Открывают лицо,

Вот наши детки! улыбаются, покачивают головой.

Пляшут, пляшут наши детки! Пританцовывая, поворачиваются вокруг себя.

3. Упражнение «Билеты» Цель: развитие слухового внимания, произвольности, двигательной активности.

– Ура! Нашлись наши детки! Вам мои игры еще не надоели? Тогда все на карусели! А у вас есть билеты? Получите: девочки – желтые, мальчики – синие. «Петрушка» раздает детям «билеты». Девочки получают желтые прищепки, а мальчики – синие. Дети самостоятельно прикрепляют прищепки на одежду. «Петрушка» обращается к каждому из детей с вопросами: «Какого цвета у тебя билет? Почему?» Дети отвечают: – У меня желтый билетик, потому что я девочка. – У меня синий билетик, потому что я мальчик. «Петрушка» показывает «карусель» (обруч с желтыми и синими лентами), предлагает детям подойти к тем лентам, которые совпадают по цвету с их «билетиками». Дети выбирают себе ленты и называют их цвет.

4. Игра «Карусели». Цель: развитие слухового внимания, произвольности, двигательной активности.

Раздается «гудок паровоза». – Ребята, паровозик говорит, что нам пора возвращаться. Садитесь быстрее в вагончики. Поехали! Дети берутся за ленту, привязанную к паровозику, дружно идут и подпевают «Петрушке». Вот какой паровоз к празднику купили, Вот какой паровоз детям подарили. Катится, катится дальняя дорога! Вдоль нашей комнаты, прямо до порога.

Рефлексия: какие игры вам понравились? Педагог-психолог и дети благодарят «Петрушку» и паровозик за путешествие и игры. Все прощаются до следующей встречи. Петрушка уезжает.

Занятие 4. «Мячики».

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Большой мяч – маленький мяч». Цель: развитие коммуникативных навыков.

Педагог-психолог показывает детям большой красный мяч и маленький синий мячик. Дети рассматривают мячи, называют их количество, сравнивают по величине и цвету. Психолог предлагает детям встать в круг, взяться за руки и изобразить сначала большой, а потом маленький мяч. Дети выполняют задание.

2. Упражнение «Ветерок». Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Дети ложатся на ковер, закрывают глаза. Психолог включает спокойную музыку и говорит: – Мячики отдыхают, а по комнате летает ветерок и дотрагивается до них. Психолог гладит детей: одного по головке, другого по коленкам, третьего по животу и т.п. Открыв глаза, дети должны показать и назвать части тела, до которых дотрагивался «ветерок».

3. Игра «Вместе с мячиком». Цель: развитие умения взаимодействовать со сверстниками.

Педагог-психолог включает ритмичную, плавную музыку, делит детей на пары и дает каждой паре по мячу. По команде психолога пары, не выпуская мяча из рук, должны пройти по группе, попрыгать, покружиться, присесть и т.п.

4. Игра «Нарисуй мяч». Цель: развитие произвольных навыков мелкой моторики.

Дети вслед за психологом рисуют спираль: вначале в воздухе попеременно правой и левой рукой, затем на ладошке указательным пальцем. Психолог кладет перед детьми большой красный мяч и маленький синий мячик, раздает листы бумаги и карандаши. – Нарисуйте красным карандашом большой мяч, а синим – маленький.

Рефлексия: какие игры вам понравились? Педагог-психолог хвалит детей за работу и прощается со всеми до следующего занятия.

Занятие 5. «Зайка».

Приветствие.

Основная часть:

1. Игра «Зайка беленький сидит». Цель: снижение психического напряжения, развитие общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле.

Педагог-психолог показывает детям игрушечного зайца. – А теперь давайте хлопнем три раза в ладоши и скажем: «Раз, два, три, зайчик оживи!» Дети выполняют задание. – Смотрите, ребята, зайчик ожил и хочет с вами поиграть. Педагог-психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Зайка серенький сидит Садятся на корточки, и ушами шевелит прикладывают кисти рук

Вот так, вот так к голове, сгибают он ушами шевелит. и разгибают ладони.

Зайке холодно сидеть, Встают, ритмично надо лапочки погреть: хлопают в ладоши.

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть. Зайке холодно стоять, Прыгают на месте.

Надо зайке поскакать: Прыг-скок, прыг-скок, Надо зайке поскакать.

2. Игра «Лиса идет». Цель: развитие умения подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции. Педагог-психолог показывает игрушечную лису и говорит: – Зайчикам нужно быть осторожными, ведь где-то притаилась лиса. Пока звучит музыка, вы прыгайте, веселитесь, но как только музыка остановится и вы услышите слова: «Лиса идет», сразу приседайте и сидите тихо. Кто пошевелится, того лисичка увидит. Педагог-психолог включает и выключает музыку несколько раз, по окончании игры хвалит детей: – Замечательно, ребята! Вы были очень внимательными и осторожными зайчиками.

3. Игра «Что любит зайчик». Цель: развитие тактильного восприятия, внимания, речи.

Педагог-психолог показывает детям матерчатый мешочек, в котором лежат пластиковые овощи, и говорит: – Зайчик принес с собой мешок овощей. Давайте посмотрим, какие здесь есть овощи. Психолог достает овощи из мешочка и показывает детям. – А какой овощ зайчик любит больше всего? Верно, морковку! Подержите морковку в руках, потрогайте ее пальчиками. Какая она? Правильно, продолговатая, один конец острый. Теперь я все сложу обратно, а вы, не заглядывая в мешок, потрогаете

все овощи и найдете морковку. Дети поочередно опускают руку в мешочек и на ощупь находят морковку. – Спасибо, ребята, помогли зайчику отыскать морковку!

Рефлексия: какие игры вам понравились? Педагог-психолог говорит: – Зайчику надо возвращаться в лес, давайте скажем ему: «До свидания, зайчик, приходи к нам еще!»

Занятие 6. «Мыльные пузыри».

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Надуем мыльные пузыри». Цель: снятие эмоционального напряжения и агрессии, развитие наблюдательности, речи.

Педагог-психолог и дети выдувают пузыри, наблюдают за ними, ловят их. В конце упражнения психолог задает 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, розовые, желтые, зеленые. – Разноцветные (подытоживает психолог). – А что делали пузыри? – Летали, лопались, кружились, поднимались, опускались, сталкивались. – А что вы делали? – Мы надували пузыри, ловили пузыри, прыгали...

2. Игра «Раздувайся, пузырь!» Цель: развитие групповой сплоченности, способности взаимодействовать со сверстниками.

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.

3. Упражнение «Надуем мыльные пузыри». Цель: снятие эмоционального напряжения и агрессии, развитие наблюдательности, речи, развитие способности выполнять правила.

– Ну-ка, пузыри, собирайтесь в баночку. Дети подбегают к психологу и встают вплотную друг к другу. – Я беру палочку для выдувания пузырей и опускаю ее в банку. 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 плавная музыка – дети изображают полет мыльных пузырей. Музыка затихает – дети в удобной позе ложатся на ковер.

4. Упражнение «Берегите пузырь». Цель: развитие групповой сплоченности, способности взаимодействовать со сверстниками.

Психолог делит детей на пары, дает каждой паре по мячу и говорит: – Представьте себе, что мяч – это пузырь, который нельзя уронить, иначе он лопнет. Держите мяч вдвоем и дружно выполняйте движения. Психолог напевает песню «Антошка», дети подпевают и, не выпуская мяча из рук, выполняют упражнения под музыку (прыгают, кружатся, маршируют, приседают, поднимают руки вверх и т.п.).

5. Упражнение «Полетаем на пузыре!» Цель: снижение эмоционального и мышечного напряжения.

Педагог-психолог предлагает детям полетать на «мыльном пузыре» (мяче для подскоков – хоппе). Дети поочередно ложатся на хопп животом, и психолог раскачивает их в разных направлениях.

Рефлексия: какие игры вам понравились? Все прощаются до следующей встречи.

Занятие 7. «Музыканты».

Приветствие.

Основная часть:

1. Игра «Кто пришёл, что принёс». Цель: развитие образности слухового восприятия, воображения.

– Сегодня к нам в гости придут музыканты. Знаете ли вы, что делают музыканты? На каких музыкальных инструментах они играют? Из-за театральной ширмы показывается заяц с барабаном. – Ребята, кто к нам пришел? Какой музыкальный инструмент принес заяц? Психолог просит зайца изобразить игрой на барабане тяжелые, медленные шаги медведя, быстрые прыжки зайчика, бег осторожной мышки, стук в дверь, шум дождя и т.п. «Заяц» воспроизводит разные ритмические рисунки, дети стараются запомнить их. Психолог предлагает «зайцу» еще раз сыграть на барабане, а детям – отгадать (или придумать), кого (что) он изображает с помощью звуков. Психолог подчеркнуто грубо обращается к зайцу: – Ну-ка, Заяц, дай мне барабан! «Заяц» не отдает барабан. – Ребята, заяка не хочет мне отдать барабан! Наверное, я забыла сказать «волшебное» слово? Кто может вежливо попросить зайку? Дети вежливо просят у зайца барабан, поочередно пробуют играть на нем, благодарят зайца.

2. Игра «Антошка». Цель: сплочение группы, отработка умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом музыки и текста.

– Давайте вежливо попросим у Мишки гармошку и поиграем в игру, которая называется «Антошка». Ребенок, изображающий Антошку, берет гармошку. Остальные дети встают вокруг него. Психолог напевает песенку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Заводите хоровод вокруг гармошки, Идут по кругу.

Посмотрите, как играет наш Антошка. Топ–топ, ножки, Топают ногами, стоя на месте.

Хлоп–хлоп, ладошки, Хлопают в ладоши, стоя на месте.

Выше ножки, выше ножки, Высоко поднимая колени, маршируют на месте.

Громче бей в ладошки. Хлопают в ладоши, стоя на месте.

«Антошка» передает гармошку другому ребенку, игра повторяется.

3. Игра «Так музыканты играют». Цель: отработка умения согласовывать свои действия с ритмом текста, развитие моторики, речи.

Педагог-психолог рассаживает игрушки перед детьми и говорит: – Ребята, давайте на прощание покажем нашим гостям, как мы умеем играть на музыкальных инструментах и петь. Дети садятся на стульчики и повторяют за психологом слова и движения.

На пианино: ля-ля-ля, Шевелят пальцами.

На барабанах: бам, бам, бам, Шлепают ладонями по коленям.

А на трубе: ду-ду-ду, Изображают игру на трубе.

А колокольчики: динь, динь, динь, Встряхивают расслабленными кистями рук.

А на гармошке: тра-ля-ля, Сводят и разводят кулачки.

Игрушечные музыканты аплодируют, хвалят детей и прощаются. – Ушли музыканты. Давайте вспомним, на каком инструменте играл заяц. На чем играл мишка? (А кот? Кто помнит, на чем играл слон? А кукла?) Молодцы, ребята, все вспомнили!

Рефлексия: какие игры вам понравились? Педагог-психолог говорит: – Наше занятие подошло к концу, до следующей встречи!

Занятие 8. «Мишка».

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Познакомимся с медведем». Цель: отработка умения знакомиться, называть имя и фамилию.

Педагог-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 фамилии, пожимают «Мишке» лапку.

2. Игра «Разбуди медвежонка». Цель: сплочение группы, развитие эмпатии.

– Ребята, а вы знаете, где я живу? А где я сплю зимой? 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? Ребенок, играющий роль

медвежонок, берет Мишку, ложится в центр круга и закрывает глаза. Педагог-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 педагог-психолог подходят к «медвежонку» и «будят» его (аккуратно, ласково прикасаются к нему, гладят). «Медвежонок» открывает глаза и улыбается. – Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся. Все поднимают вверх сначала левую, потом правую руку, встают на носочки. Игра повторяется 2–3 раза. Психолог поднимает игрушечного медведя: – Кто меня будит? Кто мне спать мешает? Какое сейчас время года? Что? Уже весна? Ну, пора мне вставать, пора шишки собирать. Спасибо за то, что разбудили! Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Мишка косолапый Имитируют походку медведя.

по лесу идет, Шишки собирает, песенки поёт. Наклоняются, делая вид, что собирают шишки.

Вдруг упала шишка прямо Мишке в лоб, Хватаются за лоб. Мишка рассердился и ногою – топ! Топают ногой.

3. Упражнение «Угощение для мишки» Цель: развитие эмпатии, мелкой моторики, воображения.

Дети садятся за столы, на которых находятся гуашь, кисточки (поролоновые тампоны) и листы с изображением банок. – 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? Какого цвета нужно взять краску? Правильно, желтого. Раскрашивайте так, чтобы ни одна капля мимо банки не упала! Дети закрашивают банку желтой краской и дарят свои рисунки «медведю».

Рефлексия: какие игры вам понравились? Педагог-психолог говорит: Наше занятие заканчивается. Мишка говорит вам «спасибо» за игры и за угощение. До свидания!

Занятие 9. «Непослушные мышата».

Приветствие.

1. Игра «Непослушные мышата». Цель: преодоление возрастной склонности к упрямству, негативизму.

Педагог-психолог показывает детям игрушечную мышку и говорит: – Здравствуй, ребята! Давайте с вами поиграем. Я буду мамой-мышкой, а вы будете непослушными мышатами, мышками-шалунишками, будете делать все наоборот.

Непослушные мышата Маму слушать не хотят. Ножками потопайте. – Нет, нет, нет! Ручками похлопайте. – Нет, нет, нет! Головкой покивайте. – Нет, нет, нет! Со мною поиграйте. – Нет, нет, нет!

«Мышка» качает головой: – Ах, какие озорные, непослушные какие! Ножками не топайте. – Будем, будем, будем! Топают ногами. Ручками не хлопайте. – Будем, будем, будем! Хлопают в ладоши.

Головкой не кивайте. – Будем, будем, будем! Кивают головой. Со мною не играйте. – Будем, будем, будем! Прыгают на месте. – Ах, какие озорные, непослушные мышата!

2. Игра «Скажи наоборот». Цель: развитие внимания, мышления, речи.

Педагог-психолог произносит предложения, дети, подобрав подходящие антонимы, заканчивают их. – Ах, какие непослушные мышата, все делают наоборот. Мама их просит включить свет, а они... (выключают). Папа их просит выключить телевизор, а они... (включают). Бабушка их просит открыть окно, а они... (закрывают). Дедушка их просит закрыть кран с водой, а они... (открывают). Воспитатель просит их убрать игрушки, а они... (разбрасывают). В тихий час, когда все малыши крепко спят, им говорят: «Не шумите, не скачите», а они ... (шумят, скачут).

3. Упражнение «Когда уснула мама мышка». Цель: развитие умения подчиняться правилам игры, произвольности.

Вот наступил вечер. Мама-мышка уложила своих мышат спать. Она подошла к каждому мышонку, погладила его по головке и поцеловала в щечку. Дети садятся на стульчики и, изображая спящих мышат, закрывают глаза. Педагог-психолог берет игрушечную мышку и подходит к каждому ребенку. «Мышка» гладит детей по головкам, «целует» их в щечки, затем «ложится спать». Ребята, давайте покажем пример мышкам-шалунишкам. Музыка заиграет, а мы с вами останемся на стульчиках. Никто не будет прыгать, танцевать, будить маму. Звучит музыка – дети, преодолевая желание двигаться, остаются сидеть на стульчиках.

4. Упражнение «Потягушечки» Цель: снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Педагог-психолог выключает музыку, хвалит детей и говорит: – Наступило утро. Мышата проснулись, потянулись, друг другу улыбнулись. Все поднимают вверх сначала левую, затем правую руку и встают на носочки.

5. Упражнение «Я хороший!» Цель: формирование положительной самооценки.

Наше занятие заканчивается. Озорные мышата превращаются в хороших, послушных мальчиков и девочек. Давайте мальчики скажут сейчас: «Я хороший!» Молодцы! Теперь девочки: «Я хорошая!» Умницы! И все вместе: «Мы хорошие!»

Рефлексия: какие игры вам понравились? Педагог-психолог говорит: – Наше занятие подошло к концу, до следующей встречи!

Занятие 10. «Котята».

Приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Кошка и котята». Цель: развитие стремления сопереживать.

Педагог-психолог подходит к магнитофону и говорит: – Сейчас я включу магнитофон, а вы отгадайте, кто свами «разговаривает». Педагог-психолог включает аудиозапись «Кошка», потом – «Кошка и котенок». 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. – Давайте поиграем, я буду мамой-кошкой, а вы – котятами.

2. Игра «Котята и собака». Цель: развитие умения подражать, действовать в соответствии с ситуацией.

Котята, скоро мы пойдем гулять во двор. Во дворе живет 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 слово «собака», защищайтесь, как я вас учила. Дети ходят на четвереньках по группе. По сигналу «Собака!» дети выполняют вышеописанное упражнение.

3. Упражнение «Котята потерялись». Цель: развитие умения выражать эмоции, воображения, уверенности.

Котята заигрались с бабочкой и не заметили, как убежали из своего двора. Они потерялись. Уже наступал вечер. Котята замерзли (дети съеживаются), проголодались (поглаживают животики). Где-то неподалеку залаяли собаки (тревожно оглядываются по сторонам). Им стало страшно. «Где же наша мама?» – спрашивают котята (разводят руками, спрашивают: «Где же наша мама?», говорят, что им страшно). – Вдруг котята услышали мяуканье мамы-кошки. Они очень обрадовались (изображают чувство радости). Котята побежали на мамин голос (передвигаются на четвереньках). Но вот перед ними ручей (останавливаются), а мама кошка стоит за ручьем (мяукают). Котята

потрогали лапкой воду («трогают воду» руками и ногами) – холодный ручей («стряхивают холодные капельки»), смотрят вниз (опускают голову вниз) – глубокий ручей (качают головой), посмотрели на другой берег (подносят руку к глазам, всматриваются вдаль) – широкий ручей (качают головой). Расстроились, загрустили котята (изображают грусть). «Что же нам делать?» – думают они (разводят руками, спрашивают: «Что же нам делать?»). –Вы сможете переплыть ручей! Плывите ко мне! Смелее! Один из детей ложится на животик и ползет к психологу (4–5 метров). Все его подбадривают. Педагог-психолог садится на колени, раскрывает объятия и встречает ребенка. Ребенок говорит: «Я молодец, я переплыл ручей!» Все ему аплодируют. Какие вы у меня смелые, храбрые котята! Я вами горжусь! Я вас очень люблю! Все обнимаются, радуются, веселятся.

Рефлексия: какие игры вам понравились? Педагог-психолог говорит: – Вот и пришло время прощаться. Котята превращаются в мальчиков и девочек. Давайте скажем друг другу: «Спасибо! До свидания!»

Работа с родителями.

Групповая консультационная встреча.

Цель: расширение представлений родителей об особенностях адаптации ребенка к новым условиям, о факторах, влияющих на успешную адаптацию.

Задачи:

1. Познакомить родителей с характеристиками психологической адаптации ребенка к условиям ДОУ.
2. Способствовать взаимному эмоциональному расположению между участниками.
3. Способствовать оптимизации детско-родительских отношений, развитию психологической культуры родителей.
4. Предоставить родителям практический опыт игрового партнерства с детьми.

Приветствие.

Родителям предлагается представиться и рассказать немного о себе и своих детях.

Основная часть:

1. Правила тренинга

Ведущий:

Для того чтобы нам было легче общаться, давайте создадим правила своей группы. Как вы думаете, какие правила нам понадобятся? Вам надо предложить свои правила, а мы их запишем на доске.

Например:

1. Не перебивать друг друга. Например, будет ли вам приятно общаться с человеком, который вас перебивает?

2. Доверительный, доброжелательный стиль общения. Такое условие необходимо, чтобы состоялся доверительный диалог.

3. Искренность в общении. Говорим правду или молчим.

4. Общение по принципу "здесь и теперь", говорим от 1-го лица ("Я..."). Общаемся по поводу того, что переживаем мы, рассказываем о своих проблемах, а не о проблемах посторонних людей, которые сейчас на тренинге не присутствуют.

5. Помним, что поведение человека и его личность - это не одно и то же. Каждый из нас индивидуален, не следует критиковать личность другого. Можно оценивать только его высказывания и поступки.

6. Стараемся видеть сильные стороны выступающего.

2. Мини-лекция «Адаптация»

Уважаемые родители, думаю, вы согласитесь с тем, что подсчитать количество адаптационных периодов в жизни человека точно невозможно и испытывать процесс адаптации каждый человек может в течение одного дня не один раз. Но можно выделить следующие, наиболее яркие ситуации, требующие приспособления ребенка к смене жизненных обстоятельств:

Поступление в детский сад.

Переход из одной группы в другую.

Длительная болезнь.

Длительный отпуск.

Смена педагога.

Появление нового ребенка в группе сверстников.

Упражнение «Ассоциации»

Родителям предлагается подобрать ассоциации к записанному на доске слову «адаптация». Варианты ведущий записывает рядом. «Адаптация - это приспособление организма к новым для него условиям, создание новых привычек и стереотипов. Уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение. К 2-3 годам стереотип становится устойчивым. При поступлении в детский сад привычные условия жизни меняются».

Вопросы для обсуждения:

– что меняется? (Режим, питание, помещение, приемы воспитания, круг общения и т.д.)

– какие еще ситуации требуют у ребенка перестройки поведения и приспособления к сменившимся обстоятельствам? (Поступление в ДОУ, переход из одной группы в другую, длительная болезнь, отпуск, смена педагога, появление нового ребенка и т.д.

Адаптация — приспособление к условиям окружающей среды. Психологическая адаптация предполагает, что человек находится в гармонии с самим собой, партнерами по общению и окружающим миром в целом.

Как выдумаете, какие психофизические реакции могут быть характерны для ребенка в период адаптации?

Идет обсуждение, в конце которого ведущий подводит итог.

Психофизиологические реакции ребенка в период адаптации:

Беспокойство

Страх

Заторможенность (повышенная возбудимость)

Капризность

Раздражительность

Упрямство

Виды адаптации:

– легкая адаптация - поведение ребёнка нормализуется в течение 10-15 дней; ребёнок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведёт себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения учреждения;

– адаптация средней тяжести - изменения в поведении нормализуются в течение месяца, ребёнок на короткое время теряет в весе; может наступить однократное заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса;

– тяжёлая адаптация - длится от 2 до 6 месяцев; ребёнок часто болеет, теряет уже полученные навыки; может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

3. Упражнение "Грецкий орех".

Ведущий:

Сейчас я перед вами из мешочка высыплю грецкие орехи, и каждый возьмет себе по одному. Вам дается 1 мин, чтобы вы его рассмотрели, обратили внимание на его размер, форму, цвет, рисунок прожилок, дефекты, т. е. запомнили свой орех, чтобы затем его найти (В центре круга из мешочка высыпаются орехи по числу участников, родители их разбирают).

Ведущий: Теперь я пройду по кругу и соберу в мешочек орехи. Перемешаю. Высыплю обратно на стол. Найдите, пожалуйста, каждый свой орех (Участники встречи выполняют задание)

Ведущий:

Ответьте, пожалуйста, на вопрос:

– По какому принципу вы нашли свой орех? (Цвет, форма, размер, дефекты и т.д.)

На первый взгляд все орехи похожи, но если приглядеться — одинаковых нет, а все очень разные и индивидуальные. Так и люди, и в частности дети: очень разные, запоминающиеся, у каждого свои неповторимые "черточки". Нужно их только почувствовать и понять. В зависимости от темперамента, индивидуальных особенностей и предварительных мероприятий, проводимых родителями в период адаптации, ребенок по-разному привыкает к детскому саду.

– Какие дети адаптируются сложнее всего к детскому саду?

Идет обсуждение, в конце которого ведущий подводит итог.

Гораздо труднее и дольше адаптируются дети:

являющиеся единственными в семье;

чрезмерно опекаемые родителями или бабушками;

привыкшие к тому, что их капризам потакают;

пользующиеся исключительным вниманием взрослых;

не имеющие элементарных навыков самообслуживания;

неуверенные в себе;

страдающие ночными страхами;

эмоционально неустойчивые;

пережившие психологическую травму;

с ярко выраженными дефектами (в более старшем возрасте);

чья родители слишком сильно переживают за ребенка в связи с необходимостью отдать его в детский сад.

4. Художественное слово.

Есть одна известная психологическая сказка о мальчике, который заговорил в 5 лет. Родители просто с ног сбились, водя его по врачам и экстрасенсам, но все их усилия оставались тщетными. И вот однажды, когда вся семья села обедать, ребенок отчетливо произнес: «Мне нечем есть!» В доме переполох, мама в обмороке, папа не помнит себя от счастья. Когда эйфория прошла, у ребенка спросили, почему он молчал все это время. Малыш вполне резонно ответил: «А зачем мне было говорить? Вы и так все за меня говорили».

5. Упражнение Блиц-опрос «Если завтра в детский сад».

Каждый родитель, по кругу, проговаривает конкретно свои внутренние переживания (отвечающий получает клубок ниток, намотав нить на палец передает другому). Педагог-психолог фиксирует ответы родителей, записывая их, затем обобщает часто повторяющиеся. Совместное обсуждение ситуаций.

Рефлексия

Ведущий: а теперь давайте подведем итоги нашей сегодняшней встречи.

Прошу каждого, передавая мячик, высказаться о том:

- что он узнал сегодня;
- было ли для него это полезно;
- какие чувства он испытывает в данный момент и испытывал в момент самого тренинга;
- что он хотел бы еще узнать.

Приглашение родителей на индивидуальные консультационные встречи.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения дошкольников к условиям детского сада

Таблица 4.1 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада до и после реализации программы по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной

№	Эмоц фон	Познав и игр деят-ть	Взаимоотн со взрослыми	Взаимоотн с детьми	Реакция на изм ситуации	Общий балл	Результат
1	1	2	2	1	1	6	1.2
2	1	2	2	2	1	7	1.4
3	1	1	2	2	1	6	1.2
4	1	2	2	1	1	6	1.2
5	1	1	1	1	1	6	1.2
6	1	2	2	1	1	7	1.4
7	1	1	1	1	1	6	1.2
8	1	1	2	2	1	7	1.4
9	1	2	2	2	1	8	1.6
10	1	1	1	1	1	6	1.2
11	1	1	2	1	1	7	1.4
12	1	2	2	2	1	8	1.6
13	1	2	2	2	1	8	1.6
14	1	2	3	2	1	9	1.8
15	1	1	1	1	1	6	1.2
16	1	2	3	2	1	9	1.8
17	1	2	2	2	1	8	1.6
18	1	2	2	3	1	9	1.8
19	1	2	2	2	1	8	1.6
20	2	2	2	2	1	9	1.8
21	2	2	3	2	1	10	2
22	2	2	2	2	2	10	2
23	2	2	3	2	2	11	2.2
24	2	2	3	3	2	12	2.4
25	2	3	3	3	2	13	2.6
26	2	3	3	3	3	14	2.8
	Низкий: 19 (73%) Средний: 7 (27%) Высокий: 0 (0%)	Низкий: 7 (66%) Средний: 17 (66%) Высокий: 2 (8%)	Низкий: 4 (15%) Средний: 15 (58%) Высокий: 7 (27%)	Низкий: 8 (31%) Средний: 14 (54%) Высокий: 4 (15%)	Низкий: 21 (81%) Средний: 4 (15%) Высокий: 1 (4%)	Низкий: 11 (42%) Средний: 13 (50%) Высокий: 2 (8%)	Низкий: 11 (42%) Средний: 13 (50%) Высокий: 2 (8%)

Таблица 4.2 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада до и после реализации программы по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой

№	Баллы
1	18
2	17
3	20
4	18
5	17
6	18
7	20
8	22
9	20
10	24
11	24
12	25
13	24
14	26
15	28
16	27
17	31
18	35
19	34
20	38
21	35
22	30
23	40
24	41
25	48
26	45
	Низкий: 9 (35%) Средний: 13 (50%) Высокий: 4 (15%)

Таблица 4.3 – Результаты исследования адаптации дошкольников к условиям детского сада до и после реализации программы по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой

№	Эмоциональное состояние	Социальные контакты	Сон	Аппетит	Баллы	Результат
1	-3	-2	-2	-3	-10	2
2	-3	-2	-2	-3	-10	2
3	-3	-2	-2	-2	-9	3
4	-2	-1	-2	-2	-7	5
5	-2	-1	-1	-2	-6	6
6	-2	0	-1	-1	-4	8
7	-2	-1	-1	-1	-5	7
8	-2	-2	-1	-1	-6	6
9	-2	-1	0	-1	-4	8
10	-1	0	-1	-1	-3	9
11	-1	0	0	-1	-2	10
12	-1	1	1	0	1	13
13	-1	-1	-1	-1	-4	8
14	-1	0	0	-1	-2	10
15	-1	-1	0	-2	-4	8
16	0	+2	0	-1	1	13
17	+1	+1	+1	0	+3	15
18	0	+2	+1	+1	+4	16
19	0	+1	+1	+1	+3	15
20	+1	+2	+2	+2	+7	19
21	+1	+3	+2	+2	+8	20
22	+2	+2	+1	+1	+6	18
23	+1	+2	+2	+2	+7	19
24	+2	+2	+2	+2	+8	20
25	+2	+3	+3	+2	+10	22
26	+2	+3	+2	+2	+9	21
						Дезадаптация: 3 (12%) Усложнённый: 11 (42%) Средний: 8 (31%) Лёгкий: 4 (15%)

Таблица 4.4 – Результаты расчёта Т-критерия Вилкоксона по методике «Диагностика уровня адаптированности ребёнка к дошкольному учреждению» А.С. Ронжиной

N	«До»	«После»	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	1	1.2	0.2	0.2	7.5
2	1	1.4	0.4	0.4	17.5
3	1	1.2	0.2	0.2	7.5
4	1	1.2	0.2	0.2	7.5
5	1.2	1.2	0	0	0
6	1.2	1.4	0.2	0.2	7.5
7	1.2	1.2	0	0	0
8	1.2	1.4	0.2	0.2	7.5
9	1.4	1.6	0.2	0.2	7.5
10	1.4	1.2	-0.2	0.2	7.5
11	1.4	1.4	0	0	0
12	1.4	1.6	0.2	0.2	7.5
13	1.4	1.6	0.2	0.2	7.5
14	1.4	1.8	0.4	0.4	17.5
15	1.4	1.2	-0.2	0.2	7.5
16	1.4	1.8	0.4	0.4	17.5
17	1.4	1.6	0.2	0.2	7.5
18	1.4	1.8	0.4	0.4	17.5
19	1.6	1.6	0	0	0
20	1.8	1.8	0	0	0
21	1.8	2	0.2	0.2	7.5
22	2	2	0	0	0
23	2	2.2	0.2	0.2	7.5
24	2.2	2.4	0.2	0.2	7.5
25	2.2	2.6	0.4	0.4	17.5
26	2.4	2.8	0.4	0.4	17.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					15

Таблица 4.5 – Результаты расчёта Т-критерия Вилкоксона по методике «Готов ли ваш ребёнок к поступлению в ДОУ?» Е.О. Севостьяновой

N	«До»	«После»	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	16	18	2	2	13.5
2	16	17	1	1	6
3	17	20	3	3	18.5
4	17	18	1	1	6
5	18	17	-1	1	6
6	17	18	1	1	6
7	18	20	2	2	13.5
8	19	22	3	3	18.5
9	18	20	2	2	13.5
10	21	24	3	3	18.5
11	20	24	4	4	23
12	22	25	3	3	18.5
13	25	24	-1	1	6
14	25	26	1	1	6
15	27	28	1	1	6
16	26	27	1	1	6
17	28	31	3	3	18.5
18	32	35	3	3	18.5
19	35	34	-1	1	6
20	34	38	4	4	23
21	33	35	2	2	13.5
22	29	30	1	1	6
23	36	40	4	4	23
24	35	41	6	6	25.5
25	42	48	6	6	25.5
26	44	45	1	1	6
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					18

Таблица 4.6 – Результаты расчёта Т-критерия Вилкоксона по методике «Изучение степени адаптации ребёнка к ДОУ» А.И. Остроуховой

N	«До»	«После»	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	0	2	2	2	11.5
2	1	2	1	1	3
3	1	3	2	2	11.5
4	2	5	3	3	20
5	5	6	1	1	3
6	5	8	3	3	20
7	5	7	2	2	11.5
8	6	6	0	0	0
9	5	8	3	3	20
10	7	9	2	2	11.5
11	8	10	2	2	11.5
12	9	13	4	4	23
13	8	8	0	0	0
14	8	10	2	2	11.5
15	10	8	-2	2	11.5
16	10	13	3	3	20
17	14	15	1	1	3
18	14	16	2	2	11.5
19	16	15	-1	1	3
20	17	19	2	2	11.5
21	18	20	2	2	11.5
22	18	18	0	0	0
23	17	19	2	2	11.5
24	18	20	2	2	11.5
25	19	22	3	3	20
26	20	21	1	1	3
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					14.5

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 5.1 – Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Время	Ответственн ые
Этап 1. Целеполагание внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада					
1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения (Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада)	Изучение и анализ литературы по теме психолого-педагогического сопровождения адаптации дошкольников к условиям детского сада	Изучение литературы, синтез, анализ и обобщение полученных данных, беседа	Беседа с воспитателем, поиск информации педагогом-психологом	Сентябрь	Педагог-психолог
1.2. Поставить цель внедрения	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение по теме, круглый стол	Совещание	Сентябрь	Педагог-психолог, воспитатель
1.3. Разработать этапы внедрения	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ готовности образовательного учреждения к предмету внедрения (анализ состояния дел в детском саду)	Совещание	Сентябрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения	Анализ уровня подготовленности коллектива, анализ работы в детском саду по теме предмета внедрения	Составление плана внедрения программы, анализ результатов исследования	Совещание	Сентябрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
Этап 2. Формирование положительной установки на внедрение программы					

Продолжение таблицы 5.1

2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у участников образовательного процесса	Формирование готовности внедрить тему, обоснование практической значимости внедрения, подбор и расстановка субъектов внедрения	Беседы, популяризация темы внедрения программы	Тренинги для воспитателей и родителей	Сентябрь	Педагог-психолог
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у участников образовательного процесса	Пропаганда имеющегося передового опыта по предмету внедрения	Дискуссии, семинары, информационные стенды, презентации по изучаемой теме	Совещание, родительские собрания, психологическое консультирование	Сентябрь – октябрь	Педагог-психолог
Этап 3. Исследование предмета внедрения					
3.1. Изучить необходимые документы по проблеме внедрения	Изучение материалов и документов по предмету внедрения	Фронтальные опросы	Семинары, круглый стол	Ноябрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
3.2. Изучить сущность предмета внедрения	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтальные опросы, самообразование	Семинары, тренинги	Ноябрь	Педагог-психолог, воспитатели
3.3. Изучить методику внедрения темы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтальные опросы, самообразование	Семинары, тренинги	Ноябрь	Педагог-психолог, воспитатели
Этап 4. Пилотажное освоение предмета внедрения					

Продолжение таблицы 5.1

4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа. Исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседование	Дискуссии, психологическое консультирование	Декабрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, дискуссии, обсуждение, тренинги	Семинары, психологическое консультирование	Декабрь – январь	Педагог-психолог
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения темы	Анализ создания условий для опережающего внедрения	Изучение динамики процесса в образовательном учреждении, корректировка методики	Собрание	Декабрь – январь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
4.4. Проверить методику внедрения	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение динамики процесса в образовательном учреждении, корректировка методики	Посещение открытых занятий	Январь – март	Педагог-психолог
Этап 5. Фронтальное освоение предмета внедрения					
5.1. Мобилизовать коллектив на внедрение предмета	Анализ работы деятельности педагогического коллектива	Сообщение о результатах работы, тренинги	Совещание, психологический практикум	Апрель	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
5.2. Развить знания, умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете	Обмен опытом внедрения программы, самообразование, тренинги	Собрание, психологический практикум	Апрель	Педагог-психолог
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения	Анализ создания условий для фронтального внедрения предмета	Изучение состояния дел	Совещание	Апрель	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий

Продолжение таблицы 5.1

5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения	Фронтальное усвоение предмета внедрения	Наставничество о, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Собрание, психологический практикум	Май	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
Этап 6. Совершенствование работы над предметом внедрения					
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформирование на предыдущем этапе	Улучшение знаний и умений по системному подходу	Наставничество о, обмен опытом, корректировка методики	Конференции по теме внедрения	Сентябрь – октябрь	Педагог-психолог, заведующий
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата по первому полугодю от создания условий для внедрения	Анализ состояния дел в детском саду	Совещание	Октябрь – декабрь	Педагог-психолог, заведующий
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения внедрения программы	Анализ состояния дел в детском саду	Собрание, посещение открытых занятий	Октябрь – декабрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
Этап 7. Распространение передового опыта освоения предмета внедрения					
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационных технологий	Изучение и обобщение опыта работы образовательного учреждения по инновационной технологии	Посещение открытых занятий, наблюдение, изучение документов образовательного учреждения	Открытые занятия, буклеты, стенды	Сентябрь – декабрь	Педагог-психолог
7.2. Осуществить наставничество образовательных учреждений, приступивших к внедрению программы	Обучить воспитателей и педагогов-психологов других образовательных учреждений по внедрению программы	Наставничество о, обмен опытом	Выступление на семинарах, конференциях	Январь – февраль	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий

Продолжение таблицы 5.1

7.3. Осуществить пропаганду по внедрению программы	Пропаганда внедрения программы в районных образовательных организациях	Выступления на семинарах и конференциях, научная и творческая деятельность	Участие в конференциях, написание статей, научной работы по внедрению программы	Март – апрель	Педагог-психолог
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы образовательного учреждения над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, научная деятельность	Участие в семинарах, написание научной работы и статей по теме программы	Май	Педагог-психолог