



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка в
дошкольном учреждении**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы магистратуры

«Психолого-педагогическое консультирование»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

71,08 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

«05» февраля 2026 г.

зав. кафедрой ТиПП

Батен Батенова Ю.В.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-322-270-2-1

Бабыкина Екатерина Николаевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент, доцент кафедры ТиПП

Капитанец Елена Германовна

Челябинск

2026

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ.....	9
1.1 Понятие «адаптация» в психолого-педагогических исследованиях...	9
1.2 Психологические особенности детей младшего дошкольного возраста (3 – 4 года) и характеристика их адаптации к условиям ДООУ....	17
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ.....	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ.....	33
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	33
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	41
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ.....	55
3.1 Программа педагогического сопровождения адаптации ребенка в дошкольном учреждении.....	55
3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента.....	61
3.3 Технологическая карта внедрения результатов в практику.....	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	83
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	88
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ.....	98

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ	103
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка в дошкольном учреждении	106
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты формирующего эксперимента	135
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику	141

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность данного исследования обусловлена значимостью изучения процесса адаптации детей на различных этапах их жизни, особенно в период поступления в дошкольное образовательное учреждение (ДОУ). Адаптационный процесс каждого ребенка отличается по степени сложности и повторяется на разных этапах жизни. Это обусловлено прочной эмоциональной связью дошкольника с родителями, его повышенной восприимчивостью ко всему новому и нестабильностью эмоционально-психического состояния. Дети младшего дошкольного возраста особенно чувствительно реагируют на смену привычной окружающей среды и появление незнакомых ситуаций. В связи с этим, одной из приоритетных задач педагогов, работающих с воспитанниками этой возрастной категории, становится снижение у них степени стрессового воздействия, возникающего при начале посещения дошкольной организации, и создание условий для более мягкого включения ребенка в новый образовательный процесс.

Для того чтобы предотвратить у дошкольника развитие признаков затяжной или трудной адаптации, педагог должен выстраивать образовательную среду, обеспечивающую психологический комфорт и чувство защищенности.

Актуальность изучаемого вопроса подтверждается результатами отечественных исследований, освещающих различные параметры адаптационного процесса субъекта в условиях современного дошкольного образования. Наблюдаемая научная литература выделяет широкий круг факторов, определяющих успешность привыкания детей к условиям ДОУ. Так, А.Ф. Белов, Ю.Ю. Бяловский, Л.Г. Дикая, И.Г. Кумарина и С.А. Шапкин подчеркивают ключевую роль физиологической зрелости организма дошкольника. С другой стороны, Л.Г. Дикая, В.И. Ильичева, Е.Р. Калитиевская, С.А. Шапкин и Е. Шмид-Кольмер обращают внимание

на индивидуально-психологические параметры, которые, по их мнению, являются определяющими в формировании характера такой адаптации. Социально-психологические факторы рассматриваются учеными в контексте влияния новой социальной среды, в которую входит ребенок. М.М. Безруких, Е.Ю. Беликова, Н.В. Дубровинская, А.И. Захаров, Е.В. Сазонова, Д.А. Фарбер и Н.В. Чахмахчева подчеркивают значимость воздействия социального окружения на динамику адаптации дошкольника. Несмотря на накопленный исследовательский опыт, в научном сообществе отсутствует единая позиция относительно того, какие именно факторы оказывают наиболее существенное влияние на возникновение затрудненной или продолжительной адаптации ребенка к условиям дошкольной организации.

В контексте расширения научного представления о механизмах и закономерностях детской адаптации возникает необходимость более глубокого анализа технологий поддержки дошкольников в период первых месяцев их пребывания в организации. Это позволяет не только повысить качество их педагогического сопровождения и формирует научно обоснованные рекомендации для практиков.

Цель исследования – теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка в дошкольном учреждении.

Объект исследования – адаптация детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

Предмет исследования – психолого-педагогическая коррекция адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

Гипотеза исследования:

– предполагаем, что уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ характеризуется низкими и средними показателями;

– предполагаем, что уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО изменится, если разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции, включающую тренинги и упражнения соответствующей направленности.

Обозначенная цель определяет постановку следующих исследовательских задач:

1. Раскрыть понятие «адаптация» в психолого-педагогических исследованиях.

2. Рассмотреть психологические особенности детей младшего дошкольного возраста (3 – 4 года) и привести характеристику их адаптации к условиям ДОО.

3. Теоретически обосновать и разработать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО.

4. Определить этапы, методы и методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО.

8. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Методы исследования:

1. Теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические методы: эксперимент (констатирующий, формирующий), тестирование.

3. Психодиагностические: тестирование по следующим методикам:

- диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению А.С. Роньжина;
- анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора;
- определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

4. Математико-статистические методы: Т-критерий Вилкоксона.

Теоретическая значимость проведенного исследования состоит в уточнении понятийного аппарата, связанного с рассмотрением адаптационных процессов субъекта, а также в анализе и сопоставлении существующих научных подходов, объясняющих природу адаптации и ее специфику у детей дошкольного возраста. В работе раскрываются механизмы включения ребенка в условия дошкольной образовательной среды, обозначаются направления психолого-педагогического воздействия на него, позволяющие смягчить возникающие трудности, обобщаются и систематизируются имеющиеся научные данные и формулируются авторские теоретические положения, уточняющие содержание изучаемого явления.

Практическая значимость исследования проявляется в разработке и проверке на практике специального комплекса мер, направленных на содействие успешному вхождению дошкольников в условия образовательной организации. В ходе работы создан инструментальный пакет для применения полученных результатов в деятельности педагогов и специалистов-психологов, включая подробную схему внедрения предложенных методических решений, что обеспечивает возможность их реального использования в практике дошкольного образования.

Экспериментальная база исследования: МБДОУ ДС № 360 г. Челябинска, в исследовании участвовали 20 детей младшего дошкольного возраста (3 – 4 года).

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

1.1 Понятие «адаптация» в психолого-педагогических исследованиях

Адаптация детей дошкольного возраста к условиям детского сада рассматривается как сложный, междисциплинарный феномен, объединяющий в своем содержании подходы психологии, педагогики и социологии. Понятие «адаптация» (лат. *adapto* – «приспосабливаю») вошло в научный дискурс благодаря Г. Ауберту, который описал его как изменение чувствительности кожных рецепторов под влиянием внешних факторов, подчеркивая функциональный характер происходящих перестроек [Цит. по: 1, с. 15].

С позиции биологических наук адаптация определяется как механизм выравнивания организма с условиями среды, позволяющий ему реагировать на воздействующие стимулы и оптимальным образом компенсировать влияние изменений. Основная логика биологической трактовки сводится к модели «стимул – реакция». В широком контексте она отражает способность организма поддерживать свою жизнедеятельность в переменчивых условиях. Ч. Дарвин в контексте своей научной деятельности подчеркивал, что адаптационные процессы непрерывны и постоянны, поскольку среда, в которой существует живое существо, динамична и изменчива [Цит. по: 16, с. 89].

В философии адаптация рассматривается как форма отражательной деятельности живых систем, реализующаяся через их способность активно взаимодействовать с внешним миром, прогнозируя потенциально возможные изменения. По Б.Ф. Ломову, адаптация индивида предполагает не только согласование организма с физическими и психологическими условиями, но и приведение поведения человека в соответствие с

социальными трансформациями, происходящими в обществе [Цит. по: 1, с. 17].

Психологическая традиция в России трактует адаптацию как процесс изменения чувствительности анализаторов к раздражителям и одновременно как активное включение личности в новую социальную реальность. Центральным аспектом здесь является достижение баланса между внутренним состоянием человека и особенностями среды. Такие исследователи как Д.Б. Богоявленская, Ю.Н. Кулюткин и Н.А. Милославова рассматривают адаптацию как динамичное взаимодействие человека и его окружения, где ведущую роль играет поисковая активность субъекта, стимулирующая изменение, как внутреннего мира личности, так и самой среды под давлением новых задач и условий [Цит. по: 3, с. 75].

Социологи интерпретируют адаптацию как процесс интеграции человека в систему социальных отношений, охватывающий профессиональную его деятельность, повседневный быт и сферу досуга. Согласно взглядам Т. Парсонса, адаптация индивида происходит через взаимные уступки личности и общества, способствуя сохранению устойчивости социальной структуры. В этом контексте адаптация выступает механизмом согласования личных интересов субъекта и социальных требований общества, обеспечивающим возможность полноценного участия индивида в жизни социума [Цит. по: 1, с. 123].

В области социальной педагогики адаптация понимается как освоение индивидом норм, ценностей и моделей поведения, принятых в обществе, что обеспечивает его успешное включение в социальную среду. А.В. Мудрик характеризует ее как процесс согласования социально значимых ожиданий окружающих с личностными позициями и реальным поведением человека [Цит. по: 33]. Е.Н. Приступ рассматривает социальную адаптацию как важнейший компонент деятельности

социального педагога, направленный на создание условий, необходимых для воспитания, обучения и формирования личности, способной к продуктивной социализации и гармоничному взаимодействию с окружающим миром [Цит. по: 1].

В различных направлениях психологической науки понятие адаптации интерпретируется неодинаково. В зарубежной психологии заметное влияние оказала необихевиористская трактовка, отраженная в работах Г. Айзенка и его последователей. В рамках этой позиции исследователи предлагают сначала рассматривать адаптацию как общее приспособление организма и поведения к среде, а затем выделять ее частный аспект, а именно, социальную адаптацию, связанную с регулированием взаимодействия индивида с социальной средой.

Интеракционистское понимание адаптационных процессов, разработанное, в частности, Л. Филипс, исходит из того, что любые формы адаптации лица формируются под воздействием, как его внутренних психологических механизмов, так и внешних условий. Данная концепция подчеркивает необходимость учитывать взаимосвязь индивидуальных характеристик субъекта и объектов окружающей среды, поскольку только совместное влияние этих факторов позволяет объяснить особенности поведения и приспособления человека [Цит. по: 4, с. 31].

С точки зрения авторов интеракционистского подхода, адаптация индивид проявляется в двух взаимосвязанных реакциях человека на окружающую среду:

1. В умении индивида принимать социальные требования, соответствующие его полу, возрасту и статусным характеристикам, и реагировать на них таким образом, чтобы его поведение оценивалось как адекватное.
2. В более узком значении адаптация человека рассматривается как его способность действовать эффективно в новых, сложных или

потенциально угрожающих обстоятельствах, а также присущее ему умение целенаправленно влиять на развитие ситуации, направляя ее в нужное для себя русло [28, с. 12].

Интеракционистская теория выделяет ряд признаков, по которым можно судить об успешности прохождения адаптационного процесса индивида.

1. В сфере межличностных отношений успешная адаптация субъекта проявляется в его умении устанавливать эмоционально значимые, устойчивые и доверительные контакты. Для этого лицу необходимы развитая чувствительность к переживаниям других людей, умение понимать причины их действий и способность тонко реагировать на изменения во взаимодействии.

2. В области «внеличностной» социально-экономической активности адаптированность личности выражается в последовательном накоплении знаний, овладении практическими умениями и в достижении определенного уровня профессиональной компетентности, позволяющего человеку эффективно выполнять поставленные задачи.

Психоаналитическое понимание процессов приспособления личности было целенаправленно разработано немецким психоаналитиком Г. Гартманом. Ученый подчеркивал, что методы классического психоанализа не способны полностью объяснить феномен адаптации субъекта, поскольку он затрагивает также биологические и социальные компоненты человеческого существования. В рамках его концепции адаптация человека трактуется как сложное образование, включающее динамику его соответствующего развития, возникающую, как в условиях конфликта, так и в зонах, свободных от противоречий. Г. Гартман и представители психоаналитической школы различают адаптацию лица как процесс взаимодействия с окружающими и адаптированность как итог этого процесса. В результате адаптационных изменений преобразования

затрагивают и личность, и ее окружение, что приводит к установлению состояния согласованности между ними [Цит. по: 4, с. 31].

В рамках психоаналитического подхода выделяются два вида адаптационных механизмов индивида:

1. Аллопластическая адаптация субъекта предполагает активное преобразование человеком внешней среды ради ее подстройки под собственные потребности и цели.

2. Аутопластическая адаптация лица связана с внутренними изменениями, происходящими в самой личности, будь то перестройка характерологических особенностей, развитие новых навыков или изменение эмоционально-волевой сферы, что позволяет индивиду успешнее приспосабливаться к окружающим обстоятельствам.

В гуманитарных науках проводится разграничение между понятиями «адаптация» и «социальная адаптация», что позволяет отделить биологические механизмы приспособления человека к среде от социальных и культурных. А.В. Мудрик подчеркивает, что социальная адаптация выступает в форме активного взаимодействия человека со средой, проявляющегося через поисковую деятельность. Именно эта активность обеспечивает преобразование, как самой личности, так и среды в соответствии с новыми задачами и требованиями жизни. Процесс социальной адаптации лица характеризуется удовлетворенностью субъекта достигнутыми результатами и формированием собственной системы социальных норм и ценностей, основанной на культурных ориентациях и социально значимых установках [Цит. по: 33, с. 90].

Социальная адаптация субъекта является непрерывным процессом, сопровождающим человека на протяжении всей жизни. Она проявляется на разных этапах: начиная с привыкания ребенка к условиям детского сада, продолжаясь освоением школьной среды и завершая интеграцией во взрослые, в том числе, профессиональные коллективы. Важнейшим этапом

в этом процессе становится первый опыт взаимодействия субъекта с социальной средой, отличной от семьи, который ребенок получает именно в дошкольном образовательном учреждении. Здесь он сталкивается с необходимостью осваивать новые правила поведения, в том числе, режим и социальные нормы.

Формирование социальной адаптации у детей может происходить спонтанно, самостоятельно, или быть результатом целенаправленных действий педагогов. В последнем случае говорят о социально-педагогической адаптации. Г. Ф. Кумарина подчеркивает, что этот процесс представляет собой эмоционально-чувственное приспособление психики ребенка к непривычным образовательным условиям. Эффективность адаптации субъекта рассматривается как индикатор его психического состояния и уровня социальной зрелости [Цит. по: 24].

В юридическом контексте, согласно Федеральному закону «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ, социальная адаптация определяется как активное приспособление ребенка, оказавшегося в сложной жизненной ситуации, к установленным в обществе нормам поведения. Этот процесс также включает работу по преодолению последствий психологической или моральной травмы дошкольника, которые могли возникнуть в жизненных трудностях [Цит. по: 31, с. 79].

Таким образом, социальная адаптация индивида представляет собой комплексный процесс, в котором ребенок подстраивает свое поведение, внутренние реакции и эмоциональные реакции под конкретные педагогические условия образовательного учреждения, одновременно учитывая требования и нормы общества. В результате этого взаимодействия формируется гармоничное включение ребенка в социальную среду и развитие навыков, необходимых для успешного функционирования в социуме.

Необходимость адаптации проявляется тогда, когда возможности человека не совпадают с требованиями окружающей среды. В психологии выделяют три подхода, которыми индивид может пользоваться для успешного приспособления к новым условиям:

1. Творческий подход предполагает активное изменение внешней среды субъектом с целью ее подстройки под собственные потребности. При этом человек не только трансформирует окружающую среду, но и сам осваивает новые условия, корректируя свои реакции и поведение.

2. Конформный подход заключается в пассивном принятии лицом существующих условий. Индивид приспособливается к среде, не пытаясь изменить ее и не оказывая сопротивления требованиям.

3. Избегающий подход проявляется в уходе индивида от воздействия среды. Человек либо не способен, либо не стремится соответствовать ее требованиям, предпочитая их игнорировать.

С точки зрения эффективности, наибольшую продуктивность демонстрирует творческий подход, тогда как избегающее поведение субъекта считается наименее результативным [13, с. 187].

На адаптацию ребенка существенно влияет состояние его здоровья: ослабленные и часто болеющие дети адаптируются к новой социальной среде медленнее и с большим напряжением. Длительность процесса привыкания ребенка к новым условиям определяется рядом факторов, включая:

- особенности высшей нервной деятельности и возраст субъекта;
- уровень тренированности нервной системы лица;
- состояние здоровья человека;
- резкий переход субъекта из домашней среды в режим дошкольного учреждения;
- различия в методиках воспитания [48, с. 306].

Г.Ф. Кумарина выделяет следующие компоненты, влияющие на адаптацию ребенка:

- его физическое и психическое развитие;
- общее состояние здоровья и закаленность;
- навыки самообслуживания и способности к общению с взрослыми и сверстниками;
- личностные особенности ребенка;
- уровень тревожности и индивидуальные черты родителей [6, с. 122].

По мнению Е.О. Смирновой, каждый ребенок переживает адаптацию индивидуально, однако можно выделить определенные общие тенденции, характерные для большинства детей.

1. У детей младшего возраста (до трех лет) часто наблюдаются состояния тревожности, страха и эмоционального подавления. Эти проявления могут сопровождаться замедленностью движений, апатией и снижением интереса лица к окружающей среде.

2. В возрасте старше трех лет у ребенка появляются более активные эмоциональные реакции: раздражительность, упрямство, капризность и негативизм. Дома такие проявления лица часто выступают как способ разрядки и компенсации напряжения, которое ребенок вынужден сдерживать в условиях детского сада.

3. Среди детей старшего дошкольного возраста, испытывающих трудности с адаптацией, повышается вероятность формирования у них психомоторных нарушений, таких как тики или заикание.

Таким образом, адаптация представляет собой сложный процесс, включающий приспособление ребенка к педагогическим условиям образовательного учреждения. В ходе этого процесса ребенок изменяет свое поведение, эмоциональные реакции и формирует новые навыки,

приводя их в соответствие, как с требованиями образовательной среды, так и с общепринятыми социальными нормами.

Пространство адаптации представляет собой совокупность условий, факторов и взаимодействий, в рамках которых происходит процесс приспособления человека к новой среде, требованиям деятельности или изменениям социальной ситуации развития. Это специфическая сфера или система отношений, в которой индивид сталкивается с новыми нормами, правилами, требованиями и возможностями, и где формируются механизмы его успешного функционирования в среде.

1.2 Психологические особенности детей младшего дошкольного возраста (3 – 4 года) и характеристика их адаптации к условиям ДОО

Познавательное развитие младшего дошкольника.

Ведущими формами познания ребенка данного возраста остаются наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Мышление носит преимущественно младших дошкольников ситуативный характер: ребенок опирается на непосредственное восприятие объектов и возможность выполнения действий с ними. Логические операции у детей трех – четырехлетнего возраста находятся на начальной стадии формирования, что определяет фрагментарность и неполноту детских рассуждений [80, с. 15].

Внимание детей 3 – 4 лет обладает выраженной произвольностью и низкой устойчивостью. Длительность их сосредоточенности находится в пределах 5 – 10 минут, причем, внимание удерживается дольше при эмоционально привлекательной или игровой деятельности. Память младших дошкольников также сохраняет произвольный характер: лучше всего запоминаются яркие, эмоционально насыщенные события и образы, в то время как словесный материал усваивается менее эффективно. Воображение детей в этот возрастной период находится в стадии

становления и преимущественно проявляется в игровых ситуациях, приобретая более устойчивую структуру, но оставаясь конкретным и фрагментарным [76, с. 14].

Эмоционально-личностное развитие младшего дошкольника.

Эмоциональная сфера ребенка младшего дошкольного возраста отличается непосредственностью, яркостью и быстротой смены эмоциональных состояний. Постепенно у него формируется чувство собственного «Я», что выражается в стремлении к самостоятельности и характерном для данного периода феномене «Я сам!». Однако потребность в одобрении и поддержке со стороны взрослого у детей в этот возрастной период остается высокой. Поведенческие реакции младшего дошкольника еще мало регулируются произвольными механизмами, что нередко приводит к эмоциональным всплескам и протестным формам поведения. Одновременно ребенок начинает усваивать нормы и правила поведения, хотя их соблюдение носит нестабильный характер [78, с. 22].

Социальное развитие младшего дошкольника.

Социальное развитие детей 3 – 4 лет характеризуется расширением круга их межличностных контактов и постепенным переходом от параллельной к элементарной совместной игре. Интерес к сверстникам у ребенка возрастает, однако полноценное сотрудничество и распределение ролей у детей в этот возрастной период возникают лишь эпизодически. На данном этапе психологического развития человека формируются первичные проявления эмпатии: дети начинают распознавать и понимать простые эмоциональные состояния других людей, что способствует развитию коммуникативных навыков [65, с. 5].

Речевое развитие младшего дошкольника.

Речь в младшем дошкольном возрасте выступает одним из базовых психических процессов, интенсивность развития которого значительно увеличивается. Словарный запас детей достигает в среднем 1200 – 1500

слов, расширяется использование форм словоизменения и словосочетаний, появляются элементарные сложные предложения. Речь становится основным средством общения и постепенно – средством регуляции поведения. Характерным является активное задавание вопросов познавательного характера («почему?», «зачем?»), что отражает возрастную потребность ребенка в расширении картины мира [4, с. 48].

Игровая деятельность младшего дошкольника.

Игровая деятельность остается ведущей у детей в данном возрасте и выступает важнейшим механизмом их психического развития. Сюжетно-ролевая игра начинает формироваться, но сохраняет простые формы, основанные на подражании взрослым. Появляется использование заместителей (один предмет используется в качестве другого), что свидетельствует о развитии у детей символической функции сознания. Через игру ребенок усваивает социальные нормы, осваивает различные роли и формирует навыки взаимодействия [80, с. 19].

Развитие поведения у младшего дошкольника.

В возрасте 3 – 4 лет поведенческая сфера ребенка проходит этап активного становления, характеризующегося постепенным переходом от импульсивных, непосредственных реакций к элементарным формам произвольного поведения. Ребенок начинает осознавать правила, предъявляемые взрослым, и может следовать им, однако делает это в основном в ситуациях прямого контроля и поддержки со стороны последних. Саморегуляция ребенка остается неустойчивой: эмоциональные состояния и желания нередко определяют линию его поведения, что проявляется в аффективных вспышках, протестных реакциях и трудностях в переключении внимания с желаемой деятельности на менее интересную.

В этот период формируется у ребенка способность учитывать требования ситуации и социальные ожидания. Дети начинают понимать

простые нормы, например, необходимость ждать своей очереди, делиться игрушками или соблюдать ограничительные правила в игре. Однако устойчивое следование нормам еще не сформировано в полной мере: ребенок быстрее принимает правила, если они подкреплены наглядностью, эмоциональной поддержкой или включены в игровую ситуацию.

На данном этапе также развивается первоначальная способность у детей регулировать свое поведение с помощью речи. Ребенок использует словесные указания взрослого и собственные речевые высказывания как средства контроля действий («нельзя», «осторожно», «сначала это, потом то»). Это является важным шагом к формированию у него произвольности и внутреннего плана действий, который в полной мере развивается в более старших возрастных группах.

Таким образом, младший дошкольный возраст является периодом интенсивного психического развития субъекта, в ходе которого ребенок приобретает новые формы взаимодействия с окружающим миром, осваивает социальные роли, совершенствует речь и познавательные способности. Данный этап создает важные предпосылки для последующего формирования произвольного поведения, высших психических функций и успешной социализации человека [79, с. 178].

Теперь следует перейти к особенностям адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ.

В педагогической практике особое значение приобретает систематический учет специфики адаптационного процесса, через который проходит ребенок при изменении условий его жизнедеятельности и образовательной среды, что особенно актуально в моменты поступления в общественные учебно-воспитательные учреждения, такие как детский сад или школа, а также при интеграции в новый социальный коллектив [55, с. 32].

Резкие и существенные изменения в привычном образе жизни дошкольника, например, переход в дошкольное учреждение, могут провоцировать значительные отклонения в поведении ребенка и стимулировать возникновение у него отрицательных эмоциональных реакций. В частности, у ребенка может наблюдаться трансформация ранее сформированных привычек, перестройка режима сна и питания, а также модификация способов его взаимодействия со взрослыми. Данный переход требует одновременного торможения ранее сложившихся моделей поведения дошкольника и быстрого освоения новых форм адаптивного реагирования с его стороны, что для детей младшего дошкольного возраста представляет собой сложную психологическую и физиологическую задачу. Следует подчеркнуть, что процесс адаптации к новым условиям протекает не одномоментно и индивидуально у каждого ребенка [12].

На основании комплексного исследования, проведенного Н.Д. Ватутиной, был выделен трехфазный характер адаптационного процесса [Цит. по: 23, с. 45]. Анализ же исследований Дж. Робертсона позволяет охарактеризовать процесс адаптации следующим образом [Цит. по: 18, с. 36]:

1. Фаза «протеста» – период, характеризующийся выраженным эмоциональным потрясением: ребенок демонстрирует плач, активно требует присутствия матери, сопротивляется разлуке и сопровождает ее уход слезами.

2. Фаза «отчаяния» – стадия внутреннего замыкания: ребенок проявляет вялость, несчастье, наблюдаются нарушения режима сна и кормления, а также формируются компенсаторные действия, такие как сосание пальцев или раскачивание.

3. Фаза «отчуждения» – стадия снижения эмоциональной привязанности: ребенок утрачивает интерес к родителям, становится

равнодушным к их визитам; по возвращении домой может проявлять игнорирующее поведение, отворачиваться от взрослых. В течение нескольких недель или даже месяцев может сохраняться эмоциональная нестабильность, проявляющаяся в капризности, стремлении находиться рядом с родителями и страхе расставания с ними.

Процесс привыкания ребенка к детскому саду является длительным и сложным, сопровождается значительным напряжением всех физиологических систем детского организма. Адаптивные возможности детей в раннем возрасте ограничены, что делает их особенно уязвимыми к стрессовым ситуациям. Резкие изменения социальной среды и длительное пребывание в условиях стресса могут привести к эмоциональным расстройствам или замедлению нормального психофизического развития. На основе многочисленных наблюдений за процессом адаптации детей к условиям дошкольного учреждения было установлено, что для успешного перехода ребенка из семьи в детский сад необходимо четко организовать процесс его адаптации и выделить соответствующие этапы, что позволяет смягчить стресс и ускорить привыкание [3, с. 69].

Как отмечает Р. Калинина, адаптация детей, вступающих в контакт с образовательной средой, протекает в несколько фаз, которые могут различаться по степени выраженности в зависимости от индивидуальных особенностей. В частности, она выделяет три уровня интенсивности острой фазы адаптационного периода, что важно учитывать при организации учебно-воспитательной работы с детьми, поступающими в дошкольные образовательные учреждения (ДОУ) [Цит. по: 18, с. 42].

Поступающие в ДОУ дети сталкиваются с рядом сложностей, обусловленных разнообразием их индивидуальных особенностей, что касается как физического состояния (соматика), так и эмоционально-волевой сферы, социальных навыков и поведения. Важнейшей характеристикой в этом процессе является потребность в социальном

взаимодействии, которая у каждого ребенка проявляется по-разному. На основе различий в поведении и потребностях детей в общении выделяются несколько групп, что позволяет более точно охарактеризовать их адаптацию [23].

Первая группа детей – это те, кто проявляет особую зависимость от близких взрослых и испытывает трудности при разлуке с ними. Для таких детей расставание с родителями или близкими людьми сопровождается выраженным стрессом, плачем и сильными эмоциональными переживаниями. Период адаптации может длиться от 20 дней до нескольких месяцев в зависимости от интенсивности реакции ребенка на изменения.

Вторая группа включает детей, у которых уже есть определенный опыт взаимодействия с незнакомыми людьми, что помогает им легче пережить процесс адаптации. Адаптационный период для этих детей делится на два этапа, продолжительность которых варьируется от 7 до 20 дней, в зависимости от конкретных условий и ребенка.

Третья группа состоит из детей, которые обладают выраженной потребностью в самостоятельной активности и стремятся к познавательному общению с взрослыми. Эти дети адаптируются гораздо быстрее, обычно в течение 3 – 10 дней, что обусловлено их высоким уровнем самостоятельности и любознательности [7, с. 23-25].

К.С. Черевик в своей работе выделяет несколько критериев успешной адаптации детей, которые включают физиологический, психоэмоциональный, социальный и психологический аспекты. В частности, физиологический критерий оценивается через состояние здоровья ребенка, а именно, удовлетворительное или неудовлетворительное соматическое состояние; психоэмоциональный, т.е. через его эмоциональное состояние, степень удовлетворенности или неудовлетворенности, а также преобладание у него положительных или

отрицательных эмоций. Социальный критерий включает уровень освоения дошкольником новых условий и эффективности его общения с окружающими, а психологический оценивает адекватность поведения ребенка, его способность к взаимодействию со сверстниками и взрослыми, а также участие в совместных играх и другой деятельности [72, с. 21].

Таким образом, если в условиях ДОО не будет должным образом организована игровая деятельность воспитанников и не будет обеспечено эффективное взаимодействие между детьми и воспитателями, то процесс адаптации может затянуться и даже осложниться.

Важнейшим условием для успешного привыкания ребенка к ДОО является создание в учреждении благоприятных условий для общения и игры, что позволяет ребенку быстрее интегрироваться в коллектив и комфортно почувствовать себя в новом для него окружении.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО

Прежде всего, следует раскрыть понятие и особенности психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО

Термин «психолого-педагогическое сопровождение» приобрел популярность относительно недавно – активное внимание к нему педагоги и психологи стали уделять лишь в последние десять лет, особенно в контексте организации адаптации. В первую очередь стоит рассмотреть само понятие сопровождения, которое в общем понимании подразумевает действия, направленные на содействие определенному процессу или явлению, с целью обеспечения его более гармоничного и эффективного протекания [67, с. 60].

Согласно определению, приведенному в словаре С.И. Ожегова, сопровождение означает нахождение или движение рядом с кем-либо в

направлении к определенной цели. Важно отметить, что в этом определении особое внимание уделяется достижению конкретного результата, что подчеркивает целенаправленность процесса сопровождения [Цит. по: 45, с. 116].

Е.В. Шилова считает, что сопровождение предполагает активное участие специалистов образовательной сферы, которые предоставляют разнообразные виды поддержки и помощи в процессе личностного формирования и развития детей и подростков. Автор подчеркивает, что организация сопровождения осуществляется при участии педагогов, психологов и специалистов по специальному образованию [Цит. по: 57, с. 16].

По мнению М.Р. Битяновой, сопровождение представляет собой комплекс мер, организуемых педагогическим сообществом с целью создания благоприятных социально-психологических условий для детей. Эти условия способствуют гармоничному личностному развитию и успешному усвоению знаний. Автор подчеркивает, что ключевую роль в системе сопровождения играет налаженное и эффективное взаимодействие всех участников процесса [Цит. по: 14, с. 129].

Авторы Н.В. Куренкова, Н.И. Конкуркина и Э.М. Александровская дают следующее определение сопровождению: это технология психолого-педагогического характера, направленная на всестороннюю помощь и поддержку ребенка в ситуациях, когда у него возникают трудности на каком-либо этапе взаимодействия с окружающей средой [Цит. по: 41, с. 113].

Л.М. Шипицына придерживается комплексного подхода к понятию сопровождения, рассматривая его как всесторонний анализ ситуации. В его основе лежит целостный подход к организации взаимодействия как со стороны того, кто сопровождает, так и со стороны сопровождаемого, что позволяет обеспечить эффективное решение задач [Цит. по: 70, с. 255].

В настоящее время выделяются два ключевых подхода к пониманию понятия сопровождения. Первый – гуманистический, сторонниками которого являются такие исследователи, как И.С. Якиманская, Н.Г. Кормушина и Н.В. Гнатюк, второй – личностно-ориентированный. Согласно этим подходам, сопровождение рассматривается как неотъемлемая часть педагогической деятельности, направленная на обеспечение полноценного развития ребенка в системе образования. Анализ различных определений термина «сопровождение» показывает, что единое понимание этого понятия пока не выработано, так как авторы акцентируют внимание на разных аспектах в зависимости от их подхода. Наиболее точным, по мнению автора, является определение Н.Л. Коноваловой, которая рассматривает сопровождение как взаимодействие, в процессе которого решаются возникающие трудности на этапе формирования личности ребенка, при активном участии как сопровождаемого, так и сопровождающего [Цит. по: 73, с. 36].

Метод моделирования в последние годы стал особенно востребованным [7, с. 184]. В.И. Долгова трактует модель как упрощенное представление объекта или системы объектов изучения, которое может быть как мысленным, так и знаковым. Этот феномен служит «заместителем» реальных объектов и используется для более удобной работы с ними в процессе исследования [21, с. 297]. В рамках психолого-педагогических исследований моделирование можно определить как процесс, связанный с выработкой целей создания систем соответствующей направленности, а также разработки путей для эффективного достижения этих целей [55, с. 98]. Метод «Дерево целей» основан на теории графов и представляет собой структуру, где на одной оси задаются траектории, определяющие направления для достижения стратегических целей, а на другой – точечные элементы, которые характеризуют конкретные

тактические цели, отражающие промежуточные этапы на пути к первым [22, с. 92].



Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ

Генеральная цель: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

1. Изучить теоретические основы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

1.1. Рассмотреть проблему адаптации в психолого-педагогических исследованиях.

1.2. Исследовать особенности адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

1.3. Теоретически обосновать и разработать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

2. Организовать исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

3.3. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Спроектированная нами модель психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ представлена на рисунке 2.

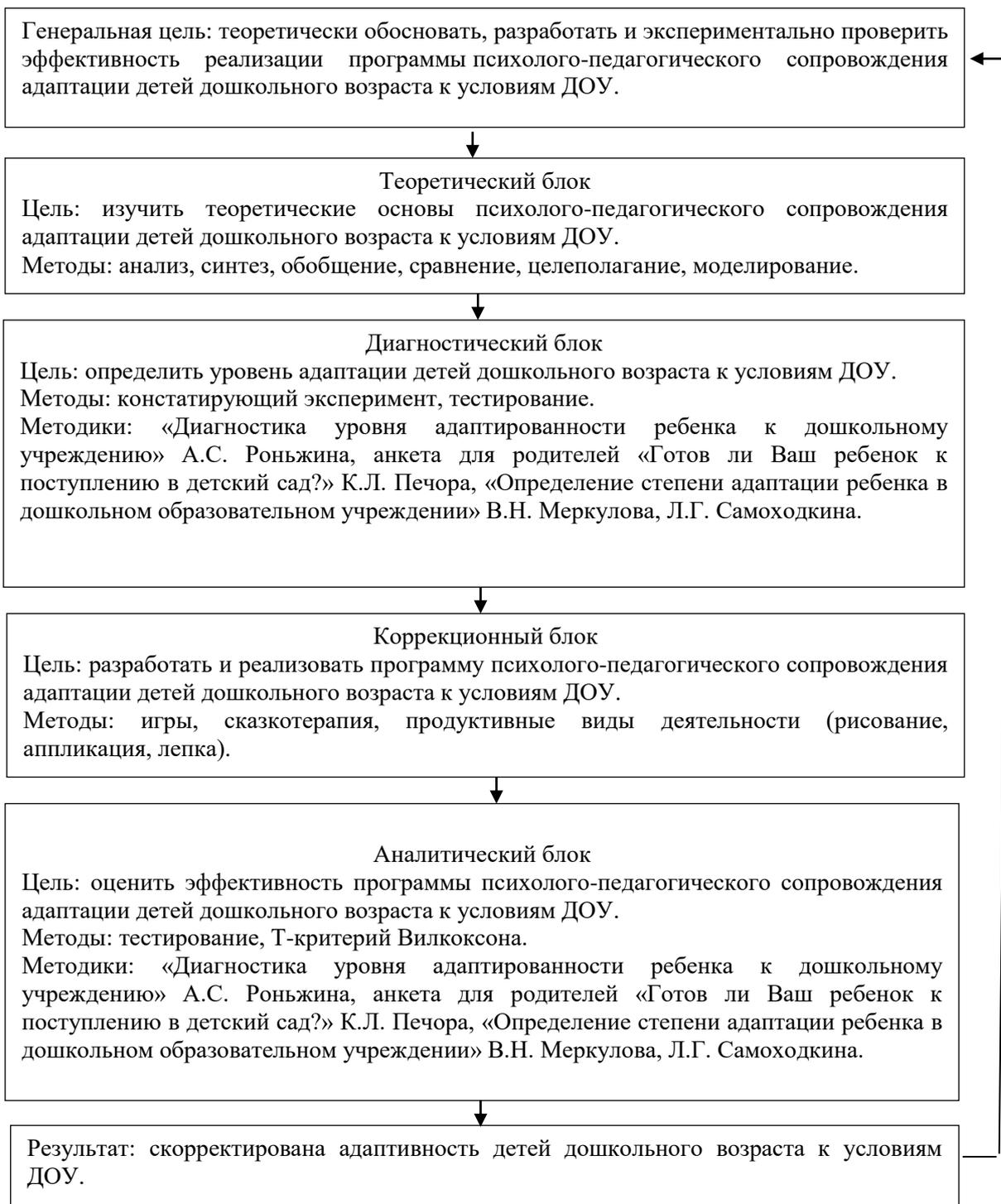


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ

Рассмотрим структурные компоненты модели:

– теоретический (изучить теоретические основы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ);

– диагностический (проведение диагностического исследования по

проблеме исследования);

– коррекционный (разработка и реализация программы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ);

– аналитический (проанализировать результаты исследования и составить рекомендации педагогам и родителям по адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ).

Теоретический компонент.

Цель: изучить теоретические основы проблемы адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

Методы: анализ, обобщение, сравнение, синтез, целеполагание, моделирование.

Методы: констатирующий эксперимент и тестирование.

Диагностический компонент.

Цель: исследование адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

Методики: «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина, анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора, «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

Коррекционный компонент.

Цель: разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ.

Методы: формирующий эксперимент, игры, сказкотерапия, продуктивные виды деятельности (рисование, аппликация, лепка)

Аналитический компонент.

Цель: оценить эффективность программы по психолого-педагогическому сопровождению адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО.

Методы: тестирование, Т-критерий Вилкоксона.

Методики: «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина, анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора, «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

Таким образом, модель психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО состоит из следующих структурных блоков: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический. Разработанная модель позволит адаптировать ребенка в дошкольном учреждении.

Выводы по первой главе

Мы рассмотрели различные подходы к определению понятия «адаптация» и проанализировали существующие взгляды на этот процесс. В результате анализа мы пришли к выводу, что адаптация представляет собой целенаправленный процесс, в ходе которого ребенок не только осваивает новые условия жизнедеятельности, но и учится адаптироваться к ним, развивая необходимые навыки и усваивая нормы и правила, которые регулируют его поведение в новых социальных условиях.

Период младшего дошкольного возраста, охватывающий возраст детей от трех до четырех лет, характеризуется интенсивным развитием психических функций, формированием основных личностных новообразований и расширением социальных взаимодействий ребенка. Указанный возрастной этап занимает особое место в структуре дошкольного детства, поскольку именно в это время закладываются предпосылки произвольного поведения, формируется внутренняя позиция

ребенка по отношению к окружающему миру и существенно возрастает роль общения со взрослыми и сверстниками.

В данном исследовании психолого-педагогическое сопровождение будет интерпретироваться как технология, реализуемая педагогом-психологом в дошкольной образовательной организации. Главной целью психолого-педагогического сопровождения детей дошкольного возраста к условиям ДООУ является обеспечение условий, способствующих эффективной адаптации к новым социальным условиям.

В нашей работе представлена теоретически обоснованная модель психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации детей дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения. В основе этой модели лежит концептуальное определение основной цели работы, а также формулировка конкретных промежуточных целей, которые служат этапами достижения основной задачи. В результате было составлено «Дерево целей», которое логично строится вокруг главной цели исследования: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ.

Предложенная модель включает в себя несколько базовых компонентов: теоретический, диагностический, коррекционный и аналитический. Каждый из этих компонентов выполняет специфические задачи, при этом для их реализации применяются различные методы исследования. Это позволяет комплексно подходить к решению задач, связанных с психолого-педагогической поддержкой детей в процессе их адаптации к новым социальным условиям.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование особенностей протекания адаптационного периода у детей дошкольного возраста к условиям ДОО основывается на трех ключевых этапах. К ним относятся:

1. Поисково-подготовительный этап, который основывается на теоретическом анализе литературных источников по теме исследования, подбор методик для проведения констатирующего этапа эксперимента. На этом этапе выполнено изучение понятия «адаптация» в психолого-педагогических исследованиях, определение особенностей адаптации ребенка в дошкольном учреждении, теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО. Были подобраны методики по изучению особенностей адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. Опытно-экспериментальный этап: проведение констатирующего этапа эксперимента, обработка результатов. Нами был проведен диагностический комплекс испытуемых по трем методикам. Затем полученные результаты были обработаны и подведены по ним итоги в виде диаграмм и сведены в общие таблицы. Данный этап предполагал также формирующий этап эксперимента, который предполагал разработку и реализацию программы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО.

3. Контрольно-обобщающий этап: включает в себя контрольную диагностику процесса адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО, проверку гипотезы и оформление работы. Обобщение полученных

результатов. Важнейшим этапом организации исследовательской работы является описание методов исследования.

Подчеркнем, что в психолого-педагогической литературе понятие «методы исследования» характеризуется как комплекс способов и средств, позволяющих собирать информацию об изучаемом объекте, а также обобщать и анализировать полученные результаты, устанавливая связи и отношения между компонентами изучаемой педагогической системы.

В исследовании были использованы следующие методы и методики:

1. Теоретические – это анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение и синтез, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент и тестирование.

3. Психодиагностические по следующим методикам: методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина; анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора; методика «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

Теоретические методы исследования играют базовую роль в научной работе, особенно в области фундаментальных исследований, где они необходимы для постановки и обоснования исследовательских проблем, выработки научных гипотез и построения теоретических концепций. На этапе осмысления и обобщения фактических данных теоретические методы изучения действительности помогают раскрыть глубокие механизмы явлений и процессов, выявляя их сущность и внутренние трансформации.

Один из основных методов, используемых в нашем исследовании, представляет собой анализ психолого-педагогической литературы. Этот метод включает в себя процесс ментальной работы, заключающийся в

разделении целостного объекта на отдельные элементы для более подробного изучения и понимания [17]. Суть такого анализа заключается в том, чтобы выявить основные теоретические и практические компоненты проблемы, что позволяет глубже понять ее структуру и закономерности.

Работа с научными и методическими источниками основывается на систематическом отборе и изучении литературы, непосредственно касающейся исследуемой темы. Базовым этапом здесь является не только перечитывание и аннотирование текстов, но и рефлексия, то есть выработка собственного мнения на основе полученных знаний. Это требует от исследователя умения интегрировать полученные данные в контекст более широкой теоретической картины, что позволяет обогатить понимание проблемы [49, с. 151].

Метод обобщения, как его описывает А.К. Смирнов, является процессом, в ходе которого выделяются существенные элементы из множественного массива информации, позволяя сформировать новые теоретические положения, базирующиеся на этих обобщениях [69, с. 15]. Обобщение, в свою очередь, требует внимательного выделения общих признаков и характеристик, присущих группе объектов, что является основой для разработки более универсальных теорий. При этом важно, что для создания научных понятий необходимо исключить частные, несущественные признаки, сосредоточив внимание именно на базовых свойствах объектов.

Как отмечает В.В. Петрова, метод обобщения включает в себя не только выделение основных признаков, но и овладение техникой синтеза и абстракции, что способствует более глубокому пониманию сути изучаемых явлений и процессов их взаимодействия [61, с. 147]. Это требует от исследователя способности выводить общие закономерности и концепты из конкретных рассматриваемых случаев, что представляет собой важный этап в построении теоретической модели.

Метод сравнения, в свою очередь, основан на сопоставлении явлений или понятий для выделения их наиболее значимых характеристик. Этот метод используется с целью выявления доминирующих различий или схожестей между объектами и помогает выделить те признаки, которые играют решающую роль в понимании исследуемого явления [65]. Сравнительный анализ позволяет вычлениить важнейшие особенности объекта рассмотрения, которые могут быть полезными для теоретического обоснования или практической реализации результатов исследования.

Метод синтеза, как объясняется в толковом словаре С.И. Ожегова, представляет собой способ исследования, при котором различные элементы феномена объединяются в целостную картину, раскрывая их взаимосвязи и взаимозависимость [57, с. 107]. Это процесс интеграции данных, полученных на этапе анализа объекта, с целью создания более общей теоретической научной концепции. В отличие от синтеза, метод анализа направлен на разложение целого на составляющие части для их более глубокого изучения, что также является важным этапом в исследовательской практике.

Одним из основных теоретических методов в нашем исследовании является метод целеполагания. В.А. Архипова понимает этот процесс как способность индивида не только формулировать цели, но и эффективно достигать поставленных результатов. Обозначенный автор подчеркивает, что целеполагание является процессом единства мотивов и средств, которые направлены на удовлетворение потребностей, причем это единство имеет глубоко ценностно-рациональный характер. Важно отметить, что целеполагание является основой для построения всей системы действий, направленных на достижение конкретной цели, и этот инструмент тесно связан с мотивацией личности [21].

Психолог В.И. Долговая более подробно раскрывает использование метода целеполагания в контексте психологических исследований. В ее

работах описывается метод «дерева целей», который представляет собой графическое отображение иерархии задач, решаемых исследователем. В структуре этого дерева можно выделить главную цель исследования, а также частные цели, которые служат шагами на пути к реализации генеральной цели. Дерево целей помогает систематизировать и организовать исследовательскую деятельность, отображая логику и последовательность решения задач [21].

Метод моделирования, как его определяет В.А. Веников, представляет собой процесс создания определенной модели для отражения существующей действительности с целью изучения ее объективных закономерностей. Этот метод позволяет не только структурировать исследуемый процесс, но и организовать практическую работу, например, планирование учебного процесса. Моделирование способствует построению теоретической и практической картины того, как должны быть организованы отдельные этапы исследования, а также помогает предсказать его возможные результаты [19].

Эмпирические методы представляют собой способы исследования, ориентированные на реальное взаимодействие с объектом исследования. Эти методы основаны на чувственном восприятии субъекта и опытном познании, где исследователь непосредственно вовлечен в процесс получения необходимых данных, а не ограничивается исключительно теоретическими абстракциями. Эмпирические методы включают в себя способы получения информации о реальной организации психолого-педагогических процессов через их практическую реализацию и взаимодействие с объектом изучения [34, с. 375].

Основная цель применения эмпирических методов заключается в том, чтобы на основе конкретных данных о текущем состоянии объекта исследования сформулировать представление о его развитии и выявить закономерности его функционирования. Эти методы также позволяют

накапливать знания о накопленном психолого-педагогическом опыте и применении теоретических положений в реальных условиях, что помогает выстроить траекторию развития исследуемого объекта.

В рамках нашего исследования мы использовали несколько видов эмпирических методов, которые будут более подробно рассмотрены далее.

Констатирующий эксперимент позволяет зафиксировать объективные данные и выявить устойчивые закономерности, которые проявляются в процессе развития личности. Этот метод направлен на сбор фактической информации, отражающей текущее состояние исследуемого объекта, что дает возможность детально изучить особенности его функционирования на определенном этапе развития [34, с. 160].

Формирующий эксперимент представляет собой научный метод исследования в психологии, при котором исследователь организует процесс обучения или воспитания испытуемого с целью достижения определенных изменений в его психике и поведении. Главная специфическая черта этого эксперимента заключается в том, что его цель заключается в выявлении причин и условий, влияющих на протекание психических процессов респондента [34, с. 282].

Тестирование представляет собой метод психологической оценки, основанный на применении стандартизированных заданий и вопросов респондентам, которые включают в себя заранее определенные шкалы для интерпретации полученных результатов [34, с. 211]. В нашем исследовании данный метод был использован с применением ряда специфических диагностических методик, что позволило получить объективные данные для анализа.

Опрос представляет собой метод психологического или социологического исследования, основанный на вербальном взаимодействии между интервьюером и респондентами (участниками опроса). Он включает в себя получение ответов на заранее

сформулированные вопросы. Иными словами, опрос заключается в процессе вербального общения, где базовым инструментом является заранее составленный вопрос [34, с. 178].

Методы математической статистики представляют собой набор техник для организации, анализа и интерпретации статистической информации с целью получения обоснованных научных или практических выводов. Эти методы охватывают широкий спектр инструментов и подходов, позволяющих эффективно работать с показателями, обеспечивая достоверность и точность прогнозов, решений и выводов в различных областях науки и практики.

Методы математической статистики в психологии используются для обработки данных исследований и установления закономерностей между изучаемыми явлениями [47, с. 239].

Т-критерий Вилкоксона

Для исследования достоверности полученных результатов был выбран Т-критерий Вилкоксона. Этот метод используется для анализа различий между двумя наборами данных, полученными при разных условиях на одной и той же группе испытуемых. Он не только помогает определить направление изменений, но и дает возможность оценить их величину и степень выраженности [47, с. 178-182].

Для исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО нами использовался ряд методик. Рассмотрим их подробнее.

1. Методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А. С. Роньжина.

Основная задача применения данной методики заключается в глубоком анализе степени адаптации ребенка к жизни в дошкольном учреждении. Автор предлагает фиксировать поведение ребенка в процессе его пребывания в детском саду, документируя наблюдения в протоколе. В ходе наблюдения осуществляется оценка различных аспектов поведения

ребенка с использованием шкалы баллов от 1 до 3, что позволяет точно определить выраженность тех или иных характеристик в его взаимодействии с окружающей средой:

- общий эмоциональный фон поведения;
- познавательная и игровая деятельность;
- взаимоотношения со взрослыми;
- взаимоотношения с детьми;
- реакция на изменение привычной ситуации.

В итоге исследования общее суммарное количество баллов делится на 5 (количество показателей) и сравнивается с шкалой методики, позволяющий выявить уровень адаптированности.

2. Методика – анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора.

В ходе исследования изучается готовность ребенка к посещению ДООУ. Родителям предложена анкета из 15 вопросов закрытого типа (с вариантами ответов). Каждый из ответов оценивается в виде баллов от 1 до 3. Максимальное количество баллов, которое можно получить, 44 балла, минимальное – 16 баллов. Результаты анкетирования обобщаются на основе среднего балла. Именно эти показатели позволяют выявить готовность ребенка к посещению дошкольного учреждения.

3. Методика «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

Целью использования этой методики является выявление степени адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ. В ходе наблюдения за детьми педагогом оцениваются по баллам от – 3 до +3 следующие параметры:

- 1) эмоциональное состояние ребенка,
- 2) социальные контакты ребенка,

- 3) послеполуденный сон,
- 4) аппетит ребенка.

Оценивается общая степень адаптации детей в соответствии с итоговой балльной шкалой.

Таким образом, исследование адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ состояла из трех этапов: поисково-подготовительный, исследовательский, контрольно-обобщающий этапы.

В исследовании мы использовали теоретические методы, к которым можно отнести анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение и синтез, моделирование, целеполагание.

В качестве методов сбора эмпирических данных мы использовали следующие: методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина; анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора; методика «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Характеристика выборки детей

Эмпирическая база исследования была сформирована на базе МБДОУ ДС № 360 города Челябинска. В выборку вошли 20 воспитанников младшей возрастной группы, чье возрастное распределение находится в пределах от 3 до 4 лет. Гендерный состав группы сбалансирован: 10 девочек и 10 мальчиков.

Анализ семейного положения показал, что большинство детей воспитываются в полных семьях, где присутствуют оба родителя и обеспечены стабильные условия для воспитания и развития. В то же время,

двое детей проживают в неполных семьях, где воспитательную функцию выполняют матери.

По количеству детей в семье наблюдается следующая картина:

- 6 детей являются единственными в семье;
- 9 детей имеют старших братьев или сестер;
- остальные 5 детей – младшие или средние в составе многодетной семьи.

У 3 участников исследования семьи из категории малоимущих, у остальных семьи обладают базовой материальной обеспеченностью и необходимыми условиями для поддержания бытового и образовательного благополучия ребенка.

Семьи, в которых воспитываются дети, в целом характеризуются как благополучные, стабильные и заинтересованные в воспитании и развитии ребенка. Родители активно взаимодействуют с педагогами, принимают участие в мероприятиях детского сада и проявляют искренний интерес к образовательному процессу.

Состояние физического здоровья у всех детей, включенных в исследование, признано удовлетворительным. Хронические заболевания отсутствуют, за исключением случаев пищевой аллергии, зафиксированных у двух детей, что не влияет на их участие в образовательных и развивающих мероприятиях.

С точки зрения поведенческой и коммуникативной сферы, у большинства детей наблюдается сформированный уровень культуры поведения, соответствующий возрастным нормам. Однако у некоторых воспитанников выявлены затруднения в установлении контакта со сверстниками и взрослыми, что проявляется в недостаточных навыках общения, нерешительности или изоляции в коллективе.

На всех занятиях и в повседневной деятельности дети демонстрируют высокую активность, любознательность и готовность к

участию в игровой, познавательной и творческой деятельности. Почти все воспитанники охотно вовлекаются в совместную деятельность, проявляя положительную динамику в социализации и формировании элементарных учебных навыков.

Характеристика выборки родителей.

В исследовании приняли участие 38 родителей (в том числе, 20 матерей и 18 отцов) 20 детей в возрасте от 3 до 4 лет (10 девочек и 10 мальчиков), поступивших в муниципальное дошкольное образовательное учреждение в период 2024 – 2025 годов. Все дети включены в выборку констатирующего эксперимента.

Пол родителей:

- женщины (матери) – 20 человек (52,6 %);
- мужчины (отцы) – 18 человек (47,4 %).

Семейный состав:

- полные семьи – 18 семей (90,0 %);
- неполные семьи (ребенок воспитывается одной матерью) – 2 семьи (10,0 %).

Возраст родителей:

- возрастной диапазон: от 25 до 42 лет;
- средний возраст матерей: 34 года;
- средний возраст отцов: 36 лет.

Уровень образования родителей:

- среднее общее образование – 6 человек (15,8 %);
- среднее специальное образование (колледж, техникум) – 15 человек (39,5 %);
- высшее образование – 17 человек (44,7 %).

Социально-экономический статус (по самооценке родителей):

- низкий уровень дохода – 3 семьи (15 %);
- средний уровень дохода – 11 семей (55 %);

– доход выше среднего – 6 семей (30 %).

Все родители дали информированное согласие на участие в исследовании. Диагностическая методика, предложенная родителям, направлена на выявление особенностей адаптации их детей в дошкольном образовательном учреждении, в соответствии с задачами констатирующего этапа магистерского исследования.

Рассмотрим более подробно результаты исследования адаптации детей раннего возраста в исследуемой группе по каждой из диагностических методик.

1. Результаты исследования по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина. В процессе исследования по данной методике нами изучен уровень адаптированности детей в дошкольном учреждении. Исследование направлено на выявление общего эмоционального состояния детей, наблюдения за их игровой и познавательной деятельностью, особенностей взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Результаты исследования представлены на рисунке 3 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, Таблицы 2.1 и 2.2).

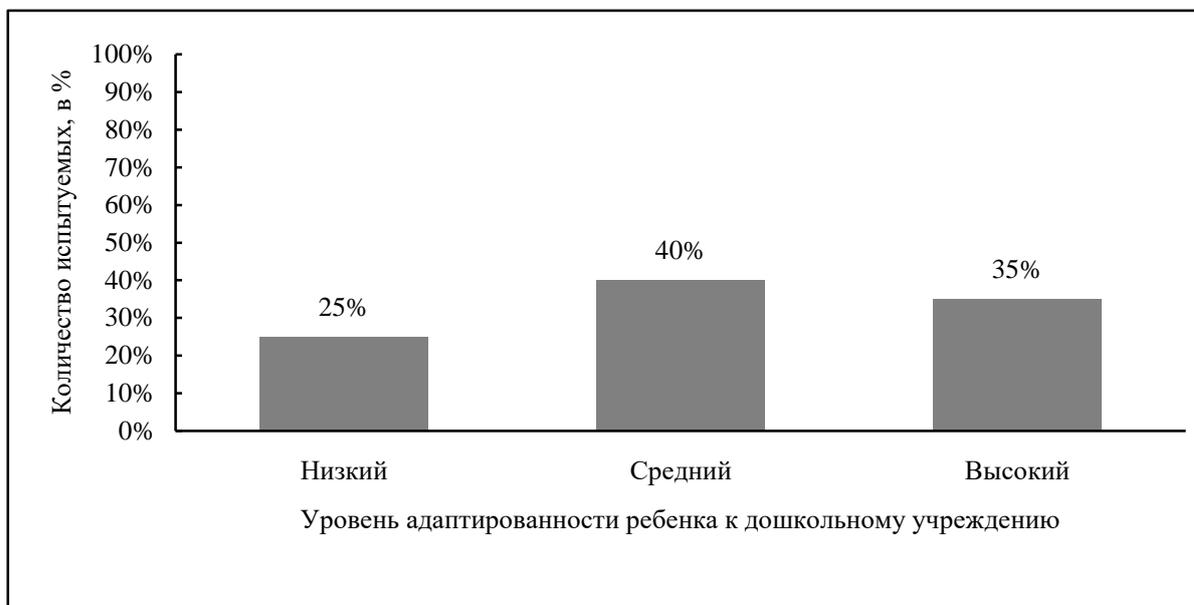


Рисунок 3 – Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина

На основе анализа полученных данных можно сформулировать следующие выводы:

1) 25 % детей (5 человек) демонстрируют высокий уровень адаптации. Эти дети легко и без значительных затруднений интегрируются в новую социальную среду дошкольного учреждения. Они активно взаимодействуют как с воспитателями, так и со сверстниками, проявляя радость, позитивные эмоции и чувство удовлетворения от пребывания в учреждении, активно участвуя образовательном процессе. Их поведение характеризуется стабильностью, эмоциональной зрелостью и высокой степенью социальной включенности, что свидетельствует о достаточной гибкости в их восприятии действительности и адаптации к изменяющимся условиям;

2) 40 % испытуемых (8 человек) находятся на уровне средней адаптации. В их поведении наблюдается значительная эмоциональная вариативность: при адаптации к новым условиям они могут переживать дискомфорт, тревогу и негативные эмоции. Однако, несмотря на трудности, с помощью корректной и своевременной психолого-педагогической поддержки им удается постепенно преодолеть эти барьеры и начать включаться в коллективные и учебные процессы. Эти дети, хотя и испытывают определенные эмоциональные колебания, постепенно адаптируются к окружающей социальной среде, но этот процесс проходит медленнее, чем у первой группы дошкольников, и с переменным уровнем успеха, что отражает их нужду в дополнительной поддержке и внимании со стороны воспитателей;

3) 35 % детей (7 человек) характеризуются низким уровнем адаптации. Их поведение сопровождается выраженным эмоциональным стрессом и деструктивными реакциями, особенно в моменты расставания с родителями. Дети этой группы могут проявлять агрессию, активно сопротивляться педагогам, отталкивать воспитателя или совершать другие

формы протестного поведения. В дополнение к этим агрессивным реакциям, у них часто возникают сильные негативные эмоции, такие как громкий плач, истерики или выраженные эмоциональные переживания. В некоторых случаях эти дети демонстрируют полную апатию и пассивность, что выражается в нескончаемом тихом плаче, бездействии и отсутствии желания взаимодействовать с окружающими. Это говорит об их глубоком эмоциональном стрессе и значительных трудностях в приспособлении к новым условиям.

Таким образом, можно заключить, что среди детей дошкольного возраста в исследуемой группе преобладает низкий уровень адаптации. Это проявляется в выраженных эмоциональных трудностях и нестабильности, с резкими перепадами между агрессией, плачем и пассивностью. Подобные эмоциональные колебания, а также интенсивный стресс в период адаптации требуют дополнительного внимания со стороны педагогов и индивидуализированного подхода для облегчения переходного периода в дошкольном учреждении.

2. Рассмотрим результаты исследования по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора. В рамках исследования по данной методике нами изучалась готовность детей к посещению дошкольной организации. Методика позволяет выявлять особенности удовлетворения физиологических потребностей (процесс засыпания и наличие аппетита), проявление активности и инициативности ребенка в различных видах детской деятельности, а также во взаимодействии, преобладающее настроение и эмоциональное состояние. Подводя итог по изучению готовности ребенка к посещению дошкольной организации, мы суммировали полученные баллы по каждому из вопросов и определили средний балл. Представим полученные данные на рисунке 4 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, Таблицы 2.3 и 2.4).

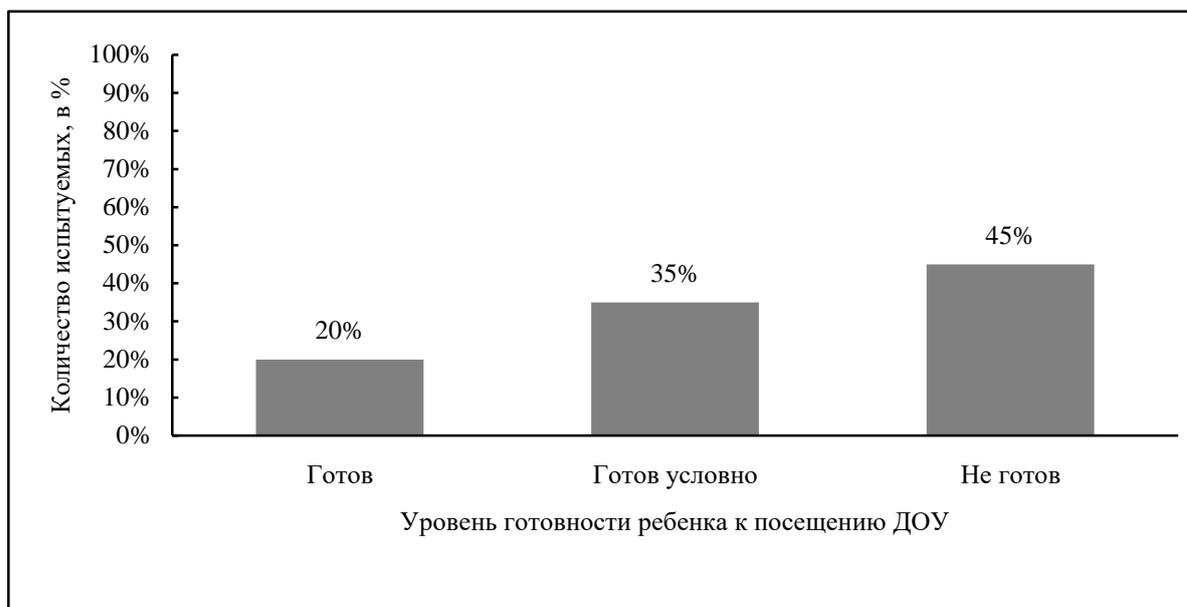


Рисунок 4 – Результаты готовности ребенка к посещению дошкольной организации по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

Обобщая результаты исследования, можно выделить следующие ключевые выводы:

1) 20 % детей (4 ребенка) продемонстрировали полную готовность к посещению дошкольного учреждения. Эти дети обладают высокоразвитыми навыками самообслуживания и уверенно вступают в взаимодействие с окружающими. Родители отмечают у них активность и инициативность в играх, социальную открытость, а также стабильный режим сна и здоровый аппетит. Эти дошкольники обладают отличными адаптационными ресурсами и не испытывают серьезных трудностей в процессе социализации. Их физическое и психоэмоциональное состояние соответствует необходимым нормам для начала посещения дошкольного учреждения, что позволяет им легко и без стресса адаптироваться к новым социальным условиям;

2) 35 % детей (7 человек) характеризуются условной готовностью к посещению дошкольного учреждения. Эти дети демонстрируют незначительные трудности в адаптации: у них нерегулярный режим сна, они не всегда могут быстро заснуть, их сон бывает прерывистым и

беспокойным. Аппетит также нестабилен, и в играх они проявляют недостаточный интерес, часто бывают пассивными, не всегда проявляют инициативу. Несмотря на эти сложности, их навыки самообслуживания в целом соответствуют возрастным требованиям. Тем не менее, данные дети требуют более внимательного подхода, и для полноценной адаптации им необходима дополнительная поддержка со стороны воспитателей и родителей;

3) 45 % детей (9 человек) явно не готовы к посещению дошкольного учреждения. Эти дети сталкиваются с хроническими проблемами, такими как, проблемы с засыпанием вплоть до бессонницы, а также постоянные трудности с аппетитом. Процесс расставания с родителями вызывает у них выраженную эмоциональную нестабильность и тревогу, что препятствует их нормальной адаптации к новой социальной среде. Эти дети не способны самостоятельно удовлетворять базовые физиологические потребности, что указывает на их зависимость от окружающих и неспособность функционировать в новых условиях без значительной внешней помощи. Они имеют выраженные проблемы с саморегуляцией и социальной интеграцией, что делает их подготовку к детскому саду крайне сложной.

Таким образом, можно сделать вывод, что существенная часть детей в исследуемой группе не готова к посещению дошкольных учреждений, что создает значительные препятствия для их дальнейшей социальной адаптации. Большинство детей проявляют неустойчивую эмоциональную реакцию на изменение условий, что может требовать не только изменений в подходах к их обучению и воспитанию, но и глубокой перестройки режима дня и взаимодействия с детьми. Эти факты подтверждают необходимость системного подхода и индивидуальной работы с каждым ребенком для облегчения его интеграции в образовательную среду дошкольного учреждения.

3. Рассмотрим результаты исследования по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина. Цель использования методики заключается в определении степени проявления адаптации ребенка в дошкольном учреждении. В ходе наблюдения за детьми нами анализировались такие показатели как, эмоциональное состояние, социальные контакты, сон, аппетит. Представим полученные данные на рисунке 5 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, Таблицы 2.5 и 2.6).

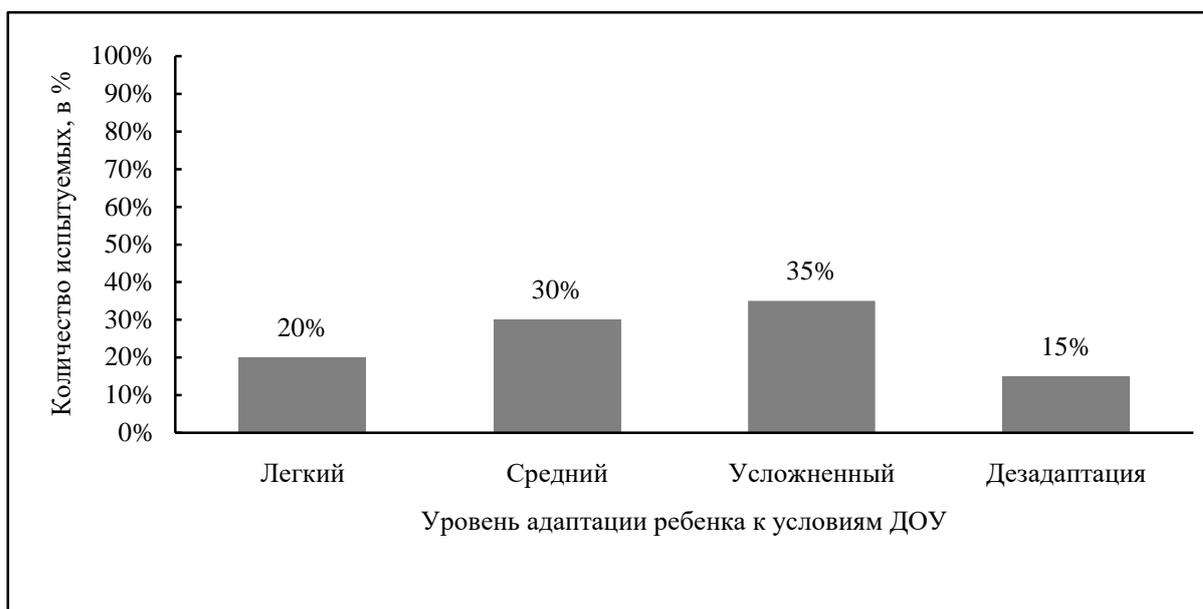


Рисунок 5 – Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

В процессе обследования у респондентов фиксируется выраженность четырех основных показателей адаптации:

1. Эмоциональное состояние (преобладающие эмоции, уровни тревожности, проявления плача, устойчивость настроения).
2. Социальные контакты (взаимодействие со взрослыми и сверстниками, стремление к общению или избегающее поведение).
3. Послеполуденный сон (продолжительность, качество сна, легкость засыпания, наличие нарушений).

4. Аппетит (объем съедаемой пищи, охотность приема пищи, наличие отказов от еды).

По завершении диагностики суммируются баллы по всем показателям, после чего определяется общая степень адаптации ребенка согласно итоговой шкале методики, что позволяет отнести ребенка к одному из уровней адаптированности (низкий, средний, высокий) (обобщенные результаты).

Обобщая результаты, можно сделать вывод, что большинство детей в группе испытывают трудности в адаптационном периоде, находясь на среднем или сложном уровне адаптации, а также наблюдается явная дезадаптация. Анализируя степень адаптации детей раннего возраста, можно выделить следующие основные категории:

1. Дети с легкой адаптацией – 20 % (4 человека). Для этой группы респондентов характерно положительное эмоциональное состояние: дети часто улыбаются, проявляют радость и удовлетворение, активно включаются в разнообразную деятельность. Социальные контакты у них выражены стабильно: дети охотно взаимодействуют со сверстниками и педагогами, принимают участие в совместных играх. Сон у этой категории дошкольников длительный, спокойный и без нарушений, что способствует восстановлению у них сил и поддержанию хорошего настроения. Аппетит у них присутствует в полном объеме – дети охотно питаются и соблюдают режим питания.

2. Дети со средней адаптацией – 30 % (6 человек). Эти дети демонстрируют в целом положительное эмоциональное состояние, но иногда проявляют раздражительность или капризность при непривычных для них ситуациях. Социальные контакты у них несколько ограничены: дети участвуют в играх и общении, но инициативу проявляют редко, предпочитая наблюдать за действиями сверстников. Сон у данных детей стабильный, однако иногда возникают трудности с засыпанием или

кратковременные пробуждения. Аппетит у этих дошкольников сохраняется, но периодически отмечаются небольшие колебания, дети могут отказываться от отдельных продуктов или пищи в целом.

3. Дети с усложненной адаптацией – 35 % (7 человек). Для этой группы дошкольников характерно неустойчивое эмоциональное состояние: нередко наблюдаются перепады настроения, раздражительность, плаксивость. Социальные контакты у них выражены слабо: часто дети не проявляют желания взаимодействовать со сверстниками и педагогами, избегают совместных игр. Сон у этих дошкольников нарушен: дети испытывают трудности с засыпанием, сон прерывистый и недостаточно продолжительный. Аппетит у них непостоянный: дети могут отказываться от еды или есть в ограниченном объеме.

4. Дети с дезадаптацией – 15 % (3 человека). Дети этой категории демонстрируют выраженные нарушения эмоционального состояния: тревожность, агрессивность или пугливость, у них наблюдается нестабильность настроения. Стремление к социальным контактам практически отсутствует: дошкольники избегают взаимодействия с окружающими, участия в совместной деятельности. Сон нарушен: наблюдаются частые пробуждения, беспокойство во время сна и трудности с засыпанием. Аппетит часто полностью отсутствует, ребенок отказывается от приема пищи, что усугубляет его общее состояние и снижает его способность к адаптивному функционированию в социальной среде.

Полученные результаты свидетельствуют о затяжном характере адаптационного периода у большинства детей. Эти сложности оказывают негативное влияние на физическое и психическое здоровье детей.

Выводы по второй главе

Подводя итоги, следует подчеркнуть, что исследование адаптации детей дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения (ДОУ) реализовано с использованием этапного подхода, включающего три ключевых фазы: поисково-подготовительный, исследовательский и контрольно-обобщающий этапы. На первом этапе подробно были рассмотрены и описаны методы и методики, использованные в исследовательском процессе. В числе теоретических методов были применены анализ психолого-педагогической литературы, сравнительный анализ, синтез теоретических данных, моделирование педагогических ситуаций, а также целенаправленное планирование. Эти методы позволили глубже понять специфику и разнообразие факторов, влияющих на процесс адаптации детей к новым условиям.

В качестве диагностических инструментов для анализа уровня адаптации детей в дошкольном учреждении использовались методики, включающие: «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» (А.С. Роньжин), анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» (К.Л. Печора) и «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» (В.Н. Меркулов, Л.Г. Самоходкина). Применение этих методик позволило глубоко изучить и зафиксировать специфические особенности, влияющие на адаптацию младших дошкольников в новых условиях.

Результаты исследования продемонстрировали, что большая часть детей из исследуемой выборки проявляют низкие (35 % – 7 детей) и средние (40 % – 8 детей) показатели адаптации. Это свидетельствует о том, что эти дети переживают трудности в процессе привыкания к условиям ДОУ. При исследовании готовности детей к посещению детского сада мы обнаружили, что 45 % детей (9 человек) находятся в состоянии полной неготовности, тогда как 35 % детей (7 человек) демонстрируют условную

готовность к новому этапу, что подчеркивает неготовность большинства детей к интеграции в образовательную среду.

Оценка степени адаптации детей в ДООУ показала, что наибольшее количество детей (35 % – 7 человек) находятся в группе с усложненной адаптацией, а 30 % детей (6 человек) проявляют средний уровень адаптации. Более того, у 15 % детей (3 ребенка) наблюдается серьезная дезадаптация, что является тревожным сигналом и указывает на выраженные трудности в процессе интеграции этих детей в коллектив.

Полученные данные подтверждают необходимость разработки и внедрения специализированной программы, направленной на психолого-педагогическое сопровождение детей в процессе их адаптации к условиям ДООУ. Данная программа будет ориентирована на всех детей, однако особое внимание будет уделено тем, кто испытывает наиболее выраженные трудности. Для таких детей программа является актуальной для помощи в развитии адаптивных навыков, а для детей с хорошими исходными показателями адаптации станет важным инструментом для профилактики дезадаптации и поддержания их стабильного эмоционального благополучия.

В заключение, следует констатировать, что результаты исследования подтверждают положение гипотезы, что основная часть детей в исследуемой группе демонстрирует низкий и средний уровень адаптации, что создает значительные трудности для их успешного встраивания в образовательную среду ДООУ. Это открывает необходимость в разработке специальной образовательной программы, которая будет ориентирована не только на детей с низкими показателями адаптации, помогая им более быстро приспособиться к новым условиям, но и на детей с высокими показателями, предотвращая возможные проблемы в процессе их интеграции в дошкольное учреждение в будущем. Таким образом, проблемы адаптации детей требуют комплексного подхода, который

обеспечит создание подходящих условий для гармоничного развития каждого ребенка в условиях дошкольного образования. Таким образом, в программе примут участие 20 детей в возрасте 3 – 4 лет (10 девочек и 10 мальчиков).

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

3.1 Программа педагогического сопровождения адаптации ребенка в дошкольном учреждении

На основании проведенной диагностики была разработана программа психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения (ПРИЛОЖЕНИЕ 3).

Программа составлена на основе научных трудов и учебно-методических разработок следующих авторов: Л.А. Аввакумова, И.В. Авилова, П.А. Андрюшина, А.А. Баланова Д.Н. Бежаева, М.В. Григорьева, О.А. Зиновенко.

Технологическая карта внедрения программы сопровождения адаптации детей к условиям дошкольного учреждения в практику разработана на основе алгоритма, приведенного в методическом пособии В.И. Долговой, Е.Г. Капитанец, О.А. Кондратьевой [22, с. 120-127].

Характеристика технологической карты представлена в разделе 3.3 данного исследования, карта приведена в приложении 7.

В программе приняли участие 20 детей в возрасте 3 – 4 лет (10 девочек и 10 мальчиков).

Цель программы: создание оптимальных условий для адаптации детей к условиям дошкольного учреждения с помощью психолого-педагогического сопровождения.

Задачи программы:

- снижение уровня тревожности у ребенка в процессе вхождения в детский сад;
- формирование у ребенка положительного отношения к детскому саду, воспитателям и сверстникам;

- развитие у ребенка умений эмоциональной саморегуляции и навыков взаимодействия со взрослыми и детьми;
- формирование у ребенка базовых социальных навыков, способствующих успешному вхождению в группу;
- укрепление у ребенка чувства защищенности и уверенности в новой социальной среде.

Формы работы с детьми: фронтальная работа, подгрупповая и индивидуальная деятельность, подвижные и сюжетно-ролевые игры, упражнения с элементами арт-терапии, релаксационные практики, сказкотерапия.

Методы: игровые технологии, элементы арт-терапии, телесно-ориентированные практики, моделирование жизненных ситуаций, беседы и обсуждения, наблюдение.

Ожидаемый результат:

- снижение у ребенка уровня тревожности и дезадаптивных реакций у детей;
- формирование у ребенка положительного эмоционального фона в процессе адаптации;
- развитие у ребенка навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- формирование у ребенка первичных навыков эмоциональной саморегуляции;
- появление у ребенка устойчивого позитивного отношения к дошкольному учреждению как к безопасной и интересной среде.

Способы и методы проверки эффективности программы: До и после реализации программы проводится диагностика по следующим методикам:

- диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению А.С. Роньжина;

– анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора;

– Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

Анализ полученных данных проводится с использованием метода математической статистики – t-критерия Вилкоксона.

Структура программы:

Программа рассчитана на 10 занятий по 30 минут. Занятия проводятся 1–2 раза в неделю. Общая продолжительность реализации программы – 5 недель.

Блок 1. Установочный (1 занятие). Формирование доверительных отношений с детьми, снятие напряжения, создание положительной эмоциональной атмосферы, первое знакомство с детским садом.

Блок 2. Основной (8 занятий). Развитие у ребенка навыков общения, саморегуляции, снижение тревожности, формирование позитивного отношения к дошкольной среде, эмоциональное включение в групповые виды деятельности.

Блок 3. Завершающий (1 занятие). Обобщение полученного опыта, закрепление у ребенка позитивного отношения к детскому саду, повышение уверенности в себе.

Целевая группа: дети младшей группы дошкольного учреждения (возраст 3–4 года). Наполняемость группы – 20 человек.

Для реализации программы необходимо: просторная игровая комната, столы и стулья по числу детей, материалы для рисования, предметы для сенсорной разгрузки, аудиозаписи для релаксации, набор дидактических и сюжетно-ролевых игрушек.

Примерное содержание занятий:

Занятие 1. Знакомство с детским садом.

Цель: формирование у ребенка чувства безопасности, снятие тревожности.

Задачи:

- помочь детям познакомиться друг с другом и с педагогом;
- создать позитивную эмоциональную атмосферу;
- снизить у детей напряжение через игровые и телесные практики.

Упражнения: игры на знакомство, рисование настроения, упражнения на снятие мышечного напряжения.

Занятие 2. Мой день в детском саду.

Цель: формирование у ребенка чувства предсказуемости и порядка.

Задачи:

- познакомить детей с режимом дня в детском саду;
- помочь осознать последовательность событий;
- снизить тревожность путем проигрывания режимных моментов.

Упражнения: обсуждение режимных моментов, рисование «Какой у меня день», игра «Что будет дальше?».

Занятие 3. Мои чувства.

Цель: развитие у ребенка эмоционального интеллекта.

Задачи:

- познакомить детей с базовыми эмоциями;
- научить детей различать и называть свои чувства;
- развивать у детей навыки выражения эмоций в приемлемой форме.

Упражнения: «Грусть и радость», игра «Назови эмоцию», рисование «Что у меня в душе?».

Занятие 4. Я и мои друзья.

Цель: развитие у ребенка навыков общения со сверстниками.

Задачи:

– способствовать у детей формированию позитивного взаимодействия в группе;

- развивать у детей навыки совместной деятельности;
- формировать у детей установки на дружелюбие и сотрудничество.

Упражнения: коллективные игры, знакомство через рисунок, упражнение «Дай пять».

Занятие 5. Моя семья – моя опора.

Цель: снижение у ребенка чувства тревожности, связанной с временной разлукой с близкими.

Задачи:

- создать у детей эмоциональную опору через образ семьи;
- снизить у детей страх разлуки и усилить чувство привязанности;
- помочь детям выразить чувства к близким через творчество.

Упражнения: рассказ о семье, рисование «Моя мама/папа», символические игры с куклами.

Занятие 6. Как справляться с грустью и злостью.

Цель: формирование у ребенка первичных навыков эмоциональной саморегуляции.

Задачи:

- научить ребенка распознавать и называть негативные эмоции;
- обучить ребенка приемам снятия эмоционального напряжения;
- помочь ребенку выразить свои чувства через творчество и движение.

Упражнения: «Мешочек злости», дыхательные упражнения, рисование «грустного облака и радужного солнца».

Занятие 7. Что делать, если я боюсь.

Цель: снижение у ребенка страха перед новой социальной средой.

Задачи:

- помочь детям осознать и проговорить свои страхи;
- развить у детей уверенность в себе через игровые образы;
- сформировать у детей положительный образ детского сада.

Упражнения: сказкотерапия, рисование страха, игра «Я храбрый тигр».

Занятие 8. Я умею.

Цель: повышение у ребенка уровня самооценки и уверенности.

Задачи:

- помочь детям осознать собственные достижения;
- развивать у детей уверенность в своих силах;
- формировать у детей положительную «Я-концепцию».

Упражнения: рассказ о своих успехах, игра «Молодец!», рисование «Что я умею делать сам».

Занятие 9. Мои силы и возможности.

Цель: актуализация у ребенка личностных ресурсов.

Задачи:

- помочь ребенку осознать свои внутренние ресурсы;
- развивать у ребенка воображение и позитивное самовосприятие;
- закрепить у ребенка навыки эмоционального самоподдержания.

Упражнения: телесные практики, визуализация, игра «Мое волшебное качество».

Занятие 10. Я в детском саду – это здорово.

Цель: обобщение опыта, создание у ребенка положительной установки по отношению к детскому саду.

Задачи:

- подвести итоги пройденного пути адаптации детей к ДОУ;
- закрепить у детей положительный эмоциональный фон;
- сформировать у детей чувство принадлежности к группе и детскому саду.

Упражнения: игра «Что мне нравится в саду», коллективная аппликация «Наш любимый детский сад», упражнение «Солнышко друзей».

Итак, Программа «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка в дошкольном учреждении» состоит из 10 занятий и направлена на облегчение вхождения детей в новую социальную среду и создание условий для гармоничного протекания адаптационного периода.

В программе приняли участи 20 воспитанников младшей возрастной группы МБДОУ ДС № 360 города Челябинска, чье возрастное распределение находится в пределах от 3 до 4 лет (10 девочек и 10 мальчиков).

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

1. Результаты и анализ проведенного исследования по методике по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина после реализации программы (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблицы 4.1 и 4.2).

Ответы респондентов обобщены и представлены на рисунке 6.

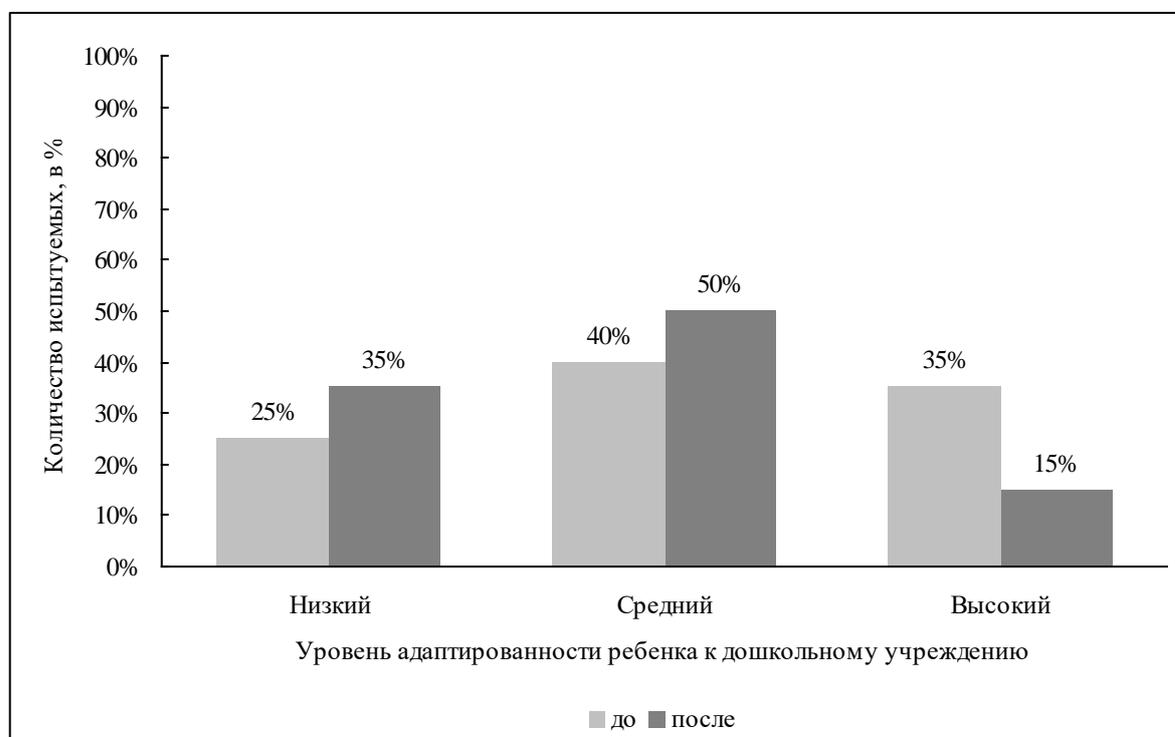


Рисунок 6 – Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина до и после реализации программы

Как видно из представленных данных, после реализации программы:

1. Высокий уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО наблюдается у 35 % респондентов (7 человек).
2. Средний уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО продемонстрировали 50 % респондентов (10 человек).
3. Низкий уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО установлен у 15 % респондентов (3 человека).

После реализации программы у обследованных детей дошкольного возраста наблюдаются заметные положительные изменения в психоэмоциональной сфере и поведенческих проявлениях. В частности, у большинства респондентов отмечается более устойчивое эмоциональное состояние: дети становятся спокойнее, реже проявляют плач, капризы или раздражительность. Улучшается их способность к саморегуляции, а именно, дети приобретают способность контролировать свои реакции, адекватно следовать простым правилам поведения и переключаться с одной деятельности на другую без значительных эмоциональных перегрузок.

В поведении детей наблюдается повышение степени активности и инициативности в игровой и учебной деятельности. Дошкольники становятся более заинтересованными в совместных играх, охотнее включаются в коллективные задания, проявляют стремление к взаимодействию с педагогами и со сверстниками, осваивают новые социальные роли и формы сотрудничества. Социальные контакты у них становятся более конструктивными: дети учатся делиться друг с другом игрушками и прочим, терпеливо ждать своей очереди и совместно решать игровые задачи, что отражает рост их коммуникативных навыков и понимания норм совместной деятельности.

Также отмечается улучшение их адаптации к установленному режиму дошкольного учреждения: дети легче принимают режимные

моменты (сон, питание, совместные занятия по расписанию), демонстрируют меньше сопротивления требованиям взрослого. У большинства детей наблюдается снижение уровня тревожности и внутреннего напряжения, повышение степени уверенности в собственных силах и уровня мотивации к позитивному взаимодействию с окружающей средой.

В целом полученные данные демонстрируют, что реализация программы оказала значимое положительное влияние на адаптационные процессы детей дошкольного возраста.

2. Результаты и анализ проведенного исследования по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора после реализации программы (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблицы 4.3 и 4.4).

Ответы респондентов обобщены и представлены на рисунке 7.

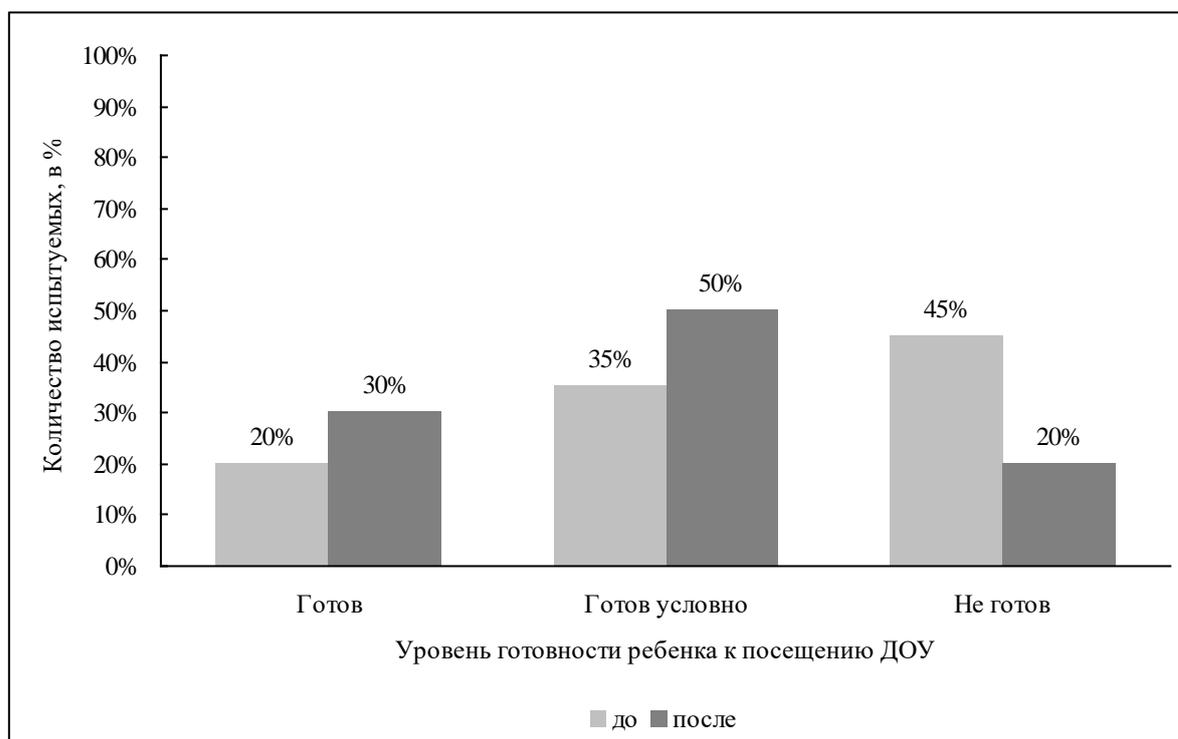


Рисунок 7 – Результаты готовности ребенка к посещению дошкольной организации по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора до и после реализации программы

Как видно из представленных данных, после реализации программы, по мнению родителей:

1. Готовы к посещению дошкольной организации 30 % детей (6 человек).
2. Условно готовы к посещению дошкольной организации 50 % детей (10 человек).
3. Не готовы к посещению дошкольной организации 20 % детей (4 человека).

Согласно данным анкеты для родителей, после реализации программы отмечаются существенные положительные сдвиги в общем психологическом состоянии и поведении большинства детей, влияющие на их готовность к посещению дошкольного учреждения. Родители отмечают, что у детей улучшилась психологическая устойчивость к возникновению новых ситуаций и изменений распорядка дня: дети спокойнее воспринимают перемены, легче адаптируются к новым режимным моментам и требованиям взрослого. У них наблюдается снижение тревожности при расставании с родителями, а также уменьшение степени видимого сопротивления при входе в новую социальную среду.

В поведении дошкольников наблюдается рост самостоятельности и инициативности в их бытовых и игровых действиях. Дети чаще демонстрируют умение самостоятельно организовывать игровые и практические действия, проявляют интерес к освоению новых полезных навыков и участию в коллективной деятельности. Возросшая у большинства детей готовность к выполнению простых заданий, совместной игре и соблюдению элементарных правил социального взаимодействия указывает на формирование у них базовых навыков самоконтроля и ответственности.

Помимо этого, родители отмечают положительные изменения в коммуникативной сфере: дети становятся более открытыми к общению с

педагогами и сверстниками, легче вступают в диалог с окружающими, демонстрируют способность к простым формам совместного решения задач, что способствует укреплению у них навыков сотрудничества и коллективного взаимодействия.

В целом, сведения, полученные от родителей, демонстрируют тот факт, что программа способствовала росту социальной и поведенческой готовности детей к посещению дошкольного учреждения, укреплению их психологической устойчивости, формированию позитивного отношения к новым социальным условиям.

3. Результаты и анализ проведенного исследования по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина после реализации программы (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблицы 4.5 и 4.6).

Ответы респондентов обобщены и представлены на рисунке 8.

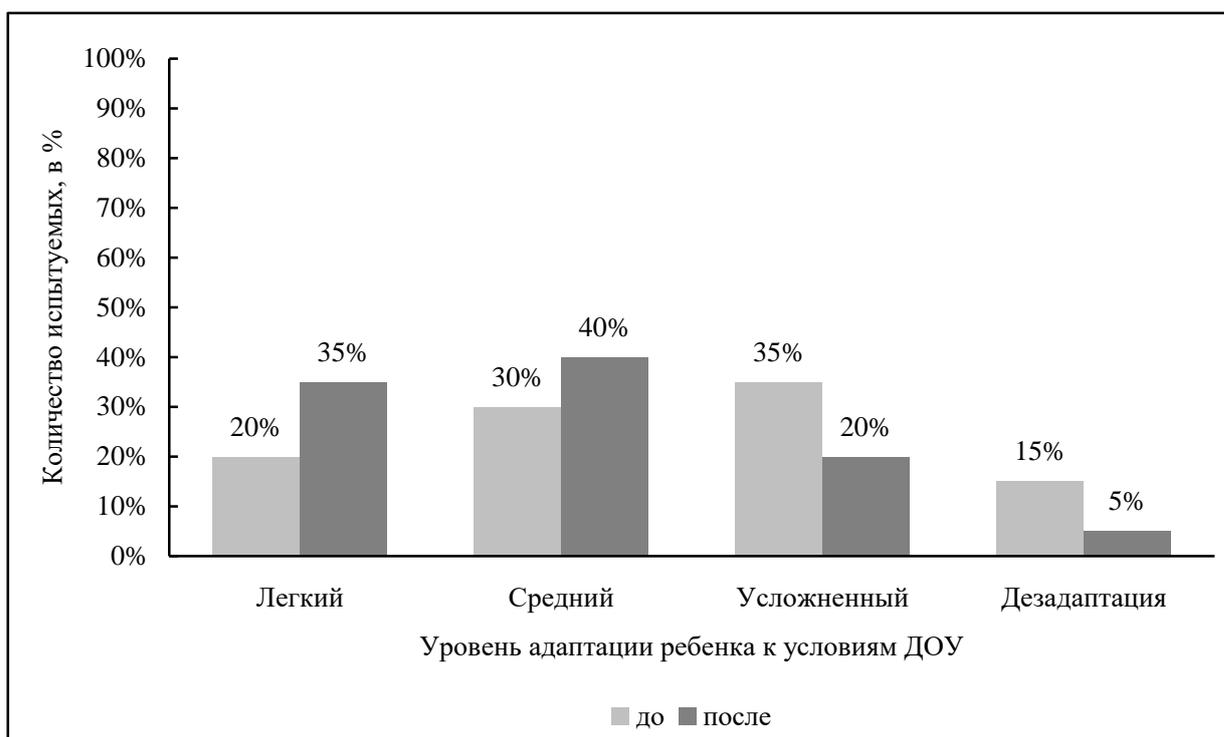


Рисунок 8 – Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

Как видно из представленных данных, после реализации программы:

1. Легкая адаптация к условиям ДООУ наблюдается у 35 % детей дошкольного возраста (7 человек).
2. Средняя адаптация к условиям ДООУ выявлена у 40 % детей дошкольного возраста (8 человек).
3. Усложненная адаптация к условиям ДООУ установлена у 20 % детей дошкольного возраста (4 человека).
4. Деадаптация по отношению к условиям ДООУ определена у 5 % детей дошкольного возраста (1 человек).

Согласно данным диагностики по методике В.Н. Меркулова и Л.Г. Самоходкиной, после реализации программы наблюдается выраженная позитивная динамика в процессах приспособления детей к условиям ДООУ, проявляющаяся через конкретные изменения в поведении и общем состоянии ребенка.

Во-первых, у большинства детей отмечается повышение уровня устойчивости к длительному пребыванию в коллективе. Дошкольники демонстрируют меньшую усталость и раздражительность в течение дня, легче переносят переходы между видами деятельности, проявляют умение поддерживать активное участие в занятиях и играх на протяжении всего времени, отведенного на эти мероприятия в ДООУ.

Во-вторых, происходит улучшение самостоятельности в повседневных действиях: дети более уверенно выполняют простые гигиенические и организационные навыки, такие как умывание, одевание, сбор игрушек после игры, соблюдение элементарных правил поведения. Эти изменения указывают на формирование у дошкольников способности к самообслуживанию и выполнению социальных норм без постоянного контроля со стороны взрослого.

Третьим аспектом является активизация инициативного поведения у дошкольников и проявление у них внутренней мотивации к

взаимодействию с окружающими. Дети становятся более инициативными в игре и совместной деятельности, охотнее предлагают свои идеи, включаются в коллективные задания, проявляют любознательность и стремление исследовать новые материалы и ситуации.

Наконец, наблюдаются положительные сдвиги в регуляции эмоциональных состояний: дети реже реагируют на стрессовые или непривычные ситуации капризами, легче справляются с фрустрацией. У них появляется умение самостоятельно переключаться с социально нежелательной активности на позитивную, например, на предложенную педагогом или сверстниками задачу, что отражает развитие элементарной эмоциональной саморегуляции.

Таким образом, реализация программы способствовала формированию у детей более устойчивого, самостоятельного и социально активного поведения, улучшению их эмоционального состояния и способности к более комфортному и социально приемлемому функционированию в коллективе дошкольного учреждения. Эти изменения указывают на повышение эффективности процесса адаптации и создание условий для успешного включения детей в образовательную среду.

Результаты исследования уровня адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО по использованным методикам по каждому респонденту в баллах после реализации программы приведены в приложении 4.

4. Сравнение уровней показателей адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО до и после реализации Программы с помощью метода математической статистики «Т-критерий Вилкоксона».

Для использования указанного метода математической статистики результатов исследования берутся показатели в баллах психодиагностики

детей дошкольного возраста до и после реализации Программы по следующим методикам:

- Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению А.С. Роньжина;
- Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора;
- Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

Выполним все расчеты по формуле (1) [47, с. 178-182].

$$T_{\text{эмп.}} = \min (W_+, W_-), \dots \dots \dots (1)$$

где:

- $T_{\text{эмп.}}$ – расчетный критерий Вилкоксона для выборки – n, чтобы сравнить его с табличным значением $T_{\text{крит}}$;
- $W_+ = \sum R_i$, где $d_i = y_i - x_i > 0$ (ранги положительных разностей);
- $W_- = \sum R_i$, где $d_i = y_i - x_i < 0$ (ранги отрицательных разностей);
- R_i – ранг по модулю разности (d_i).

Краткое пояснение алгоритма расчета:

Шаг 1: Найти разности:

$$d_i = y_i - x_i$$

Шаг 2: Удалить нулевые разности $d_i = 0$.

Они не участвуют в расчете, а n уменьшается на их количество.

Шаг 3: Найти модули разностей d_i

Шаг 4: Присвоить ранги модулям d_i

При одинаковых значениях присваиваются средние ранги.

Шаг 5: Разделить ранги на положительные и отрицательные

– W_+ – сумма рангов для $d_i > 0$

– W_- – сумма рангов для $d_i < 0$

Шаг 6: Вычислить T

$$T_{\text{эмп}} = \min (W_+, W_-)$$

Слово *min* означает минимум – то есть меньшее значение из двух:

W_+ и W_- :

Считается сумма рангов положительных сдвигов (W_+).

Также считается сумма рангов отрицательных сдвигов (W_-).

А затем берется меньшее из этих двух значений – и это будет $T_{\text{эмп}}$, которое сравнивается с табличным $T_{\text{кр}}$.

Проводится сравнение $T_{\text{эмп}}$ с табличным значением $T_{\text{кр}}$.

1. Результаты расчетов относительно методики «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению А.С. Роньжина» представлены на рисунке 9 и в таблице 4.7 приложения 4.

Гипотезы исследования по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина.

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению не превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

Критические значения T-критерия Вилкоксона:

$T_{\text{крит}} = 25$ при $\rho = 0,05$.

$T_{\text{крит}} = 12$ при $\rho = 0,01$.

Эмпирическое значение T-критерия Вилкоксона:

$T_{\text{эмп}} = 7$.

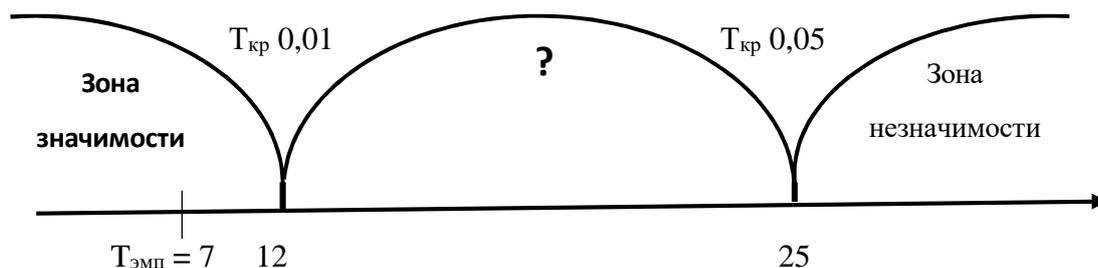


Рисунок 9 – Ось значимости для расчета T-критерия Вилкоксона данных по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению А.С. Роньжина»

Полученное эмпирическое значение $T_{эмп} = 7 < T_{кр} = 12 (0,01)$ и находится в зоне значимости. Таким образом, гипотеза H_1 принимается: интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

2. Результаты расчетов относительно Анкеты для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора представлены на рисунке 10 и в таблице 4.8 приложения 4.

Гипотезы исследования по Анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению не превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

Критические значения T-критерия Вилкоксона:

$$T_{крит} = 17 \text{ при } \rho = 0,05.$$

$$T_{крит} = 6 \text{ при } \rho = 0,01.$$

Эмпирическое значение T-критерия Вилкоксона:

$$T_{эмп} = 3,5.$$

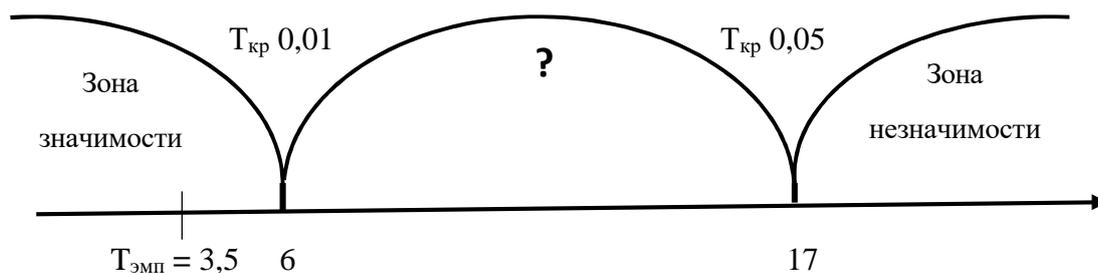


Рисунок 10 – Ось значимости для расчета Т-критерия Вилкоксона данных по Анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

Полученное эмпирическое значение $T_{эмп} = 3,5 < T_{кр} = 6 (0,01)$ и находится в зоне значимости. Таким образом, гипотеза H_1 принимается: интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

3. Результаты расчетов относительно Методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина представлены на рисунке 11 и в таблице 4.9 приложения 4.

Гипотезы исследования по Методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению не превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

Критические значения Т-критерия Вилкоксона:

$T_{крит} = 17$ при $\rho = 0,05$.

$T_{крит} = 6$ при $\rho = 0,01$.

Эмпирическое значение Т-критерия Вилкоксона:

$$T_{\text{эмп}} = 4.$$

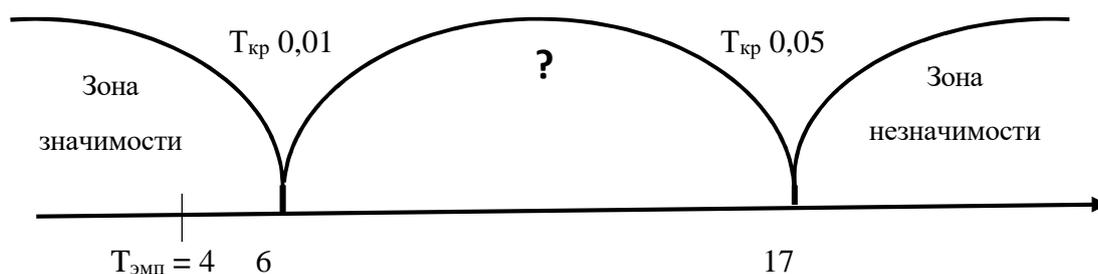


Рисунок 11 – Ось значимости для расчета Т-критерия Вилкоксона данных по Методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В. Н. Меркулова, Л. Г. Самоходкина

Полученное эмпирическое значение $T_{\text{эмп}} = 4 < T_{\text{кр}} = 6 (0,01)$ и находится в зоне значимости. Таким образом, гипотеза H_1 принимается: интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов в практику

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

С целью закрепления результатов программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения (далее – Программа) школы была разработана технологическая карта внедрения (ПРИЛОЖЕНИЕ 5).

Технологическая карта включает 7 этапов внедрения: целеполагание внедрения инновационной технологии; формирование положительной психологической установки на внедрение; изучение предмета внедрения; опережающее (пробное) освоение предмета внедрения; фронтальное освоение предмета внедрения; совершенствование работы над темой; распространение передового опыта освоения внедрения [22, с. 85].

1-й этап: «Целеполагание внедрения инновационной технологии по психолого-педагогическому сопровождению адаптации ребенка к

условиям дошкольного учреждения».

1.1. Изучить документы по предмету внедрения (Программа). Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ.

1.2. Поставить цели внедрения Программы. Выдвижение и обоснование целей внедрения Программы.

1.3. Разработать этапы внедрения Программы. Изучение и анализ содержания этапов внедрения Программы, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности.

1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения Программы. Анализ уровня подготовленности педагогического коллектива к внедрению инноваций, анализ работы ДОУ по теме внедрения (психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения), подготовка методической базы внедрения Программы.

2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение Программы.

2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ДОУ и заинтересованных субъектов внедрения. Формирование готовности внедрить программу в ДОУ, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.

2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у педагогического коллектива ДОУ и родителей воспитанников. Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий в ДОУ и их значимости для ДОУ, значимости и актуальности внедрения программы.

2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных субъектов вне ДОУ.

Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ДООУ и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения программы для психологической безопасности общества.

2.4. Сформировать веру в свои силы по внедрению инновационной технологии в ДООУ. Анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения.

3-й этап: Изучение предмета внедрения Программы.

3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения (психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения). Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной программы и документации ДООУ.

3.2. Изучить сущность предмета внедрения инновационной программы в ДООУ. Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов.

3.3. Изучить методику внедрения темы программы. Освоение системного подхода в работе над темой.

4-й этап: Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения Программы.

4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы. Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения.

4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе. Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения.

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы. Анализ создания условий для

опережающего внедрения инновационной программы.

4.4. Проверить методику внедрения Программы. Работа инициативной группы по новой методике.

5-й этап: Фронтальное освоение предмета внедрения Программы.

5.1. Мобилизовать педагогический коллектив ДОУ на внедрение инновационной программы. Анализ работы инициативной группы по внедрению программы.

5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе. Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения.

5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной программы. Анализ состояния условий для фронтального внедрения Программы в ДОУ.

5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (Программа). Фронтальное освоение Программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов в условиях образовательной среды среднего звена школы.

6-й этап: «Совершенствование работы над темой психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе. Совершенствование знаний и умений по системному подходу.

6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению Программы. Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения программы.

6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения Программы. Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы.

7-й этап: Распространение передового опыта освоения внедрения Программы.

7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии. Изучение и обобщение опыта работы ДОУ по инновационной технологии.

7.2. Осуществить наставничество над другими ДОУ, приступающими к внедрению программы. Обучение психологов и педагогов других ДОУ работе по внедрению программы.

7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы в ДОУ. Пропаганда внедрения программы в районе/городе.

7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах. Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения Программы. А также с целью закрепления результатов Программы.

Рекомендации по формированию адаптации ребенка в дошкольном учреждении.

При разработке данных рекомендаций учитывались труды следующих авторов: Л.А. Аввакумова, И.В. Авилова, П.А. Андрюшина, А.А. Баланова, Д.Н. Бежаева, В.Н. Белкина, Л.В. Белкина, М.В. Григорьева, О.А. Зиновенко и др.

1. Рекомендации для педагогических работников (воспитателей).

1.1. Подготовка условий для мягкой адаптации:

- создавайте комфортную, безопасную и эмоционально благоприятную атмосферу в группе дошкольников;
- обустройте группу в предметно-пространственной среде;
- создайте зоны уединения (для снижения тревожности);
- разместите стенды с фотографиями детей и их семей;
- разработайте наглядные материалы с распорядком дня, изображенным в пиктограммах;

– принимайте активное участие в знакомстве ребенка с новым пространством: предлагайте рассмотреть игрушки, книжки, демонстрируйте расположение санитарной комнаты, места приема пищи и др.

1.2. Индивидуальный подход:

– изучайте анкетные данные детей, беседуйте с родителями для выявления индивидуальных особенностей ребенка;

– обеспечьте поэтапное включение ребенка в режимные процессы, учитывая его эмоциональное состояние;

– разрешайте ребенку приносить с собой транзитные объекты (любимые игрушки, предметы, фотографии семьи).

1.3. Организация игровой деятельности как средства адаптации:

– начинайте утро с свободной игровой деятельности детей, не требующей немедленного их включения в организованные формы;

– используйте сюжетно-ролевые, подвижные и дидактические игры, направленные на;

– снижение тревожности у детей;

– развитие взаимодействия ребенка со сверстниками;

– освоение правил поведения ребенка в группе.

1.4. Эмоциональная поддержка ребенка:

– поддерживайте визуальный и тактильный контакт с ребенком (улыбка, приветствие, легкое прикосновение);

– используйте спокойную, доброжелательную интонацию, называйте ребенка по имени;

– демонстрируйте уважение к чувствам ребенка, не подавляйте его эмоциональные проявления.

1.5. Педагогическая рефлексия и наблюдение:

– ведите индивидуальные карты наблюдений за детьми в период их адаптации;

- анализируйте динамику адаптационных проявлений детей, фиксируйте;

- изменения настроения детей;

- особенности поведения детей в разных ситуациях;

- признаки физического и эмоционального истощения ребенка.

2. Рекомендации для родителей.

2.1. Эмоциональная готовность родителей к адаптационному периоду:

- поддерживайте спокойствие и уверенность в процессе расставания с ребенком;

- избегайте демонстрации тревожности, страха или вины перед ребенком;

- не обсуждайте в его присутствии негативные моменты, связанные с ДООУ или его посещением.

2.2. Подготовка ребенка к поступлению в ДООУ:

- заранее знакомьте ребенка с детским садом, его территорией, рассказывайте о предстоящих изменениях;

- вводите режим ДООУ в домашнюю жизнь за 2 – 3 недели до начала посещения;

- читайте тематические книги и обсуждайте возможные чувства и ожидания.

2.3. Поддержка дома:

- обеспечьте стабильный эмоциональный фон в семье: теплую, доверительную атмосферу;

- проводите вечерние беседы с ребенком о его времяпрепровождении, обсуждайте впечатления и чувства;

- поддерживайте и хвалите ребенка даже за малые успехи в его адаптации к ДООУ.

2.4. Практические меры:

– не затягивайте прощание в детском саду – прощайтесь коротко, но с теплотой;

– разрешите ребенку взять с собой в ДОО предмет, вызывающий у него чувство безопасности (игрушка, вещь от родителей);

– при возможности, в первые недели обеспечьте сокращенную продолжительность пребывания ребенка в ДОО с постепенным увеличением времени.

3. Рекомендации по взаимодействию педагогов и родителей.

3.1. Организация партнерского общения:

– педагог осуществляет индивидуальные беседы с родителями (законными представителями) до начала посещения ребенком дошкольного образовательного учреждения с целью сбора информации об особенностях развития, эмоционального состояния, привычках и предпочтениях ребенка;

– в ходе беседы воспитатель уточняет;

– режим дня ребенка в домашних условиях;

– особенности его питания и сна;

– индивидуальные поведенческие реакции ребенка;

– опыт предыдущего пребывания ребенка в образовательных учреждениях (если имеется);

– наличие страхов, тревожности, затруднений в общении у ребенка;

– педагог создает атмосферу доверительного диалога, проявляет уважение к родительской позиции, внимательно фиксирует полученную информацию для последующего учета в индивидуальной работе с ребенком;

– при необходимости педагог может предложить родителям анкету или диагностическую карту, способствующую более полному изучению условий воспитания в семье.

3.2. Согласованность действий:

- педагог совместно с родителями разрабатывает индивидуальную траекторию адаптации ребенка, учитывая его возраст, уровень готовности к пребыванию в ДООУ, а также рекомендации специалистов (при наличии);
- педагог информирует родителей о принятых в учреждении режимных моментах, нормах и правилах поведения, а также о педагогических подходах, используемых в группе;
- регулярно (в устной или письменной форме) педагог сообщает родителям о ходе адаптационного процесса: настроении ребенка, характере его взаимодействия с окружающими, особенностях поведения в группе;
- воспитатель и родители согласовывают единые требования к ребенку, обеспечивая психолого-педагогическую преемственность в подходах к его воспитанию.

3.3. Привлечение родителей к жизни группы:

- педагог организует мероприятия, направленные на включение членов семьи в жизнь группы: дни открытых дверей, адаптационные встречи, утренники, выставки совместного творчества детей и другие формы взаимодействия;
- при возможности педагог предлагает родителям участие в подготовке материалов, создании семейных проектов, пополнении уголков в группе (например, «Моя семья», «Моя любимая игрушка»);
- воспитатель может инициировать создание родительского клуба или консультационного пространства, где обсуждаются темы, касающиеся адаптации, возрастных особенностей, формирования навыков общения у детей и т.д.

Итак, слаженное взаимодействие педагогов и родителей в период адаптации ребенка к условиям дошкольного образовательного учреждения является определяющим фактором успешного прохождения этого этапа. Эмоциональная поддержка, создание безопасной среды, уважение к

индивидуальности ребенка и согласованность действий взрослых способствуют формированию его позитивного отношения к ДОУ, развитию доверительных отношений со сверстниками и взрослыми, а также гармонизации эмоционального состояния ребенка.

Выводы по третьей главе

Была реализована Программа «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка в дошкольном учреждении». Данная направлена на облегчение вхождения детей в новую социальную среду и создание условий для гармоничного протекания адаптационного периода. В результате реализации программы у детей формируются базовые социальные и эмоциональные навыки, создается позитивное восприятие дошкольной среды, снижается уровень тревожности и сопротивления.

Результаты контрольной диагностики показали изменения в исследуемых показателях испытуемых – у значительного количества дошкольников повысился уровень адаптации к дошкольному учреждению.

Для показателей адаптированности ребенка к дошкольному учреждению (по методикам: «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина, анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора, «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина) до и после реализации Программы уровень значимости меньше 0,01 – значит разница в показателях по указанным критериям у дошкольников достоверна ($p \leq 0,01$) с вероятностью ошибки менее 1 %.

Сравнение уровней полученных показателей по указанным методикам: до и после реализации Программы с помощью метода математической статистики «Т-критерий Вилкоксона» показало, что

нулевая гипотеза отклоняется, указанные позитивные изменения имеют высокую степень достоверности.

Для сохранения позитивных изменений в связи с реализацией Программы «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка в дошкольном учреждении» была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, а для родителей и педагогов ОУ – рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению адаптации дошкольников в условиях образовательной среды ДОУ.

Таким образом, находит свое подтверждение сформулированная гипотеза: «уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ изменится, если разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции, включающую тренинги и упражнения соответствующей направленности».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В рамках проведенного исследования был осуществлен тщательный теоретический анализ существующих психолого-педагогических источников, а также проведена целенаправленная экспериментальная работа. Теперь подведем основные результаты, которые были получены в процессе исследования.

В данном исследовании обобщены теоретические основы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста в условиях детского образовательного учреждения (ДОУ).

Мы рассмотрели различные подходы к определению понятия «адаптация» и проанализировали существующие взгляды на этот процесс. В результате анализа мы пришли к выводу, что адаптация представляет собой целенаправленный процесс, в ходе которого ребенок не только осваивает новые условия жизнедеятельности, но и учится адаптироваться к ним, развивая необходимые навыки и усваивая нормы и правила, которые регулируют его поведение в новых социальных условиях.

Период младшего дошкольного возраста, охватывающий возраст детей от трех до четырех лет, характеризуется интенсивным развитием психических функций, формированием основных личностных новообразований и расширением социальных взаимодействий ребенка. Указанный возрастной этап занимает особое место в структуре дошкольного детства, поскольку именно в это время закладываются предпосылки произвольного поведения, формируется внутренняя позиция ребенка по отношению к окружающему миру и существенно возрастает роль общения со взрослыми и сверстниками.

В данном исследовании психолого-педагогическое сопровождение будет интерпретироваться как технология, реализуемая педагогом-психологом в дошкольной образовательной организации. Главной целью психолого-педагогического сопровождения детей дошкольного возраста к

условиям ДООУ является обеспечение условий, способствующих эффективной адаптации к новым социальным условиям.

В нашей работе представлена теоретически обоснованная модель психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации детей дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения. В основе этой модели лежит концептуальное определение основной цели работы, а также формулировка конкретных промежуточных целей, которые служат этапами достижения основной задачи. В результате было составлено «Дерево целей», которое логично строится вокруг главной цели исследования: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ.

Предложенная модель включает в себя несколько ключевых компонентов: теоретический, диагностический, коррекционный и аналитический. Каждый из этих компонентов выполняет специфические задачи, при этом для их реализации применяются различные методы исследования. Это позволяет комплексно подходить к решению задач, связанных с психолого-педагогической поддержкой детей в процессе их адаптации к новым условиям.

На основе этого была разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ. Основой предложенной модели является определение генеральной цели работы, а также более мелких подцелей и промежуточных задач. Разработанная модель включает следующие компоненты: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический блоки. Каждый из этих компонентов решает определенный набор задач с использованием соответствующих методов исследования.

В рамках практической части нашего исследования была организована работа по изучению адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ на базе МБДДОУ ДС №360 в городе Челябинске. Исследование включает три ключевых этапа: поисково-подготовительный, исследовательский и контрольно-обобщающий.

На поисково-подготовительном этапе для теоретического обоснования проблемы адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ мы использовали различные методы, такие как анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение и синтез информации, а также моделирование и целеполагание.

В ходе исследовательского и контрольно-обобщающего этапов мы анализировали показатели адаптации детей, опираясь на результаты, полученные с помощью диагностического инструментария. В него вошли несколько методик: методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению», разработанная А.С. Роньжиным; анкета для родителей под названием «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» от К.Л. Печоры; а также методика «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении», разработанная В.Н. Меркуловым и Л.Г. Самоходкиной.

На основе подобранного диагностического инструментария мы организовали исследование адаптации детей в дошкольном учреждении. Результаты нашего исследования показали, что значительная часть детей из исследуемой группы демонстрирует низкий 35 % (7 человек) и средний 40 % (8 человек) уровни адаптивности.

При анализе готовности детей к посещению детского сада мы отметили, что большинство испытуемых характеризуются неготовностью 45 % (9 человек) или условной готовностью 35 % (7 человек).

При оценке степени адаптации воспитанников было выявлено преобладание детей со средним 30 % (6 человек) и усложненным уровнем

35 % (7 человек), а также присутствовали 3 ребенка – 15 % с дезадаптацией.

Эти данные подчеркивают необходимость разработки программы, направленной на создание условий для психолого-педагогического сопровождения адаптации детей в дошкольном учреждении. Программа будет полезна для всей группы детей: она поможет тем, кто испытывает трудности в адаптационный период, повысить их адаптивные возможности и быстрее привыкнуть к условиям ДОО. Для детей с достаточно высокими показателями адаптации программа создаст условия для профилактики дезадаптации.

Эти данные подчеркивают необходимость разработки программы, направленной на создание условий для психолого-педагогического сопровождения адаптации детей в дошкольном учреждении.

Программа «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка в дошкольном учреждении» состоит из 10 занятий и направлена на облегчение вхождения детей в новую социальную среду и создание условий для гармоничного протекания адаптационного периода.

Результаты контрольной диагностики показали изменения в исследуемых показателях испытуемых – у значительного количества дошкольников повысился уровень показателей, характеризующих адаптацию в ДОО.

Высокий уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО наблюдается у 35 % респондентов (7 человек). Средний уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО продемонстрировали 50 % респондентов (10 человек). Низкий уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОО установлен у 15 % респондентов (3 человека).

По мнению родителей, готовы к посещению дошкольной организации 30 % детей (6 человек). Условно готовы к посещению

дошкольной организации 50 % детей (10 человек). Не готовы к посещению дошкольной организации 20 % детей (4 человека).

Легкая адаптация к условиям ДООУ наблюдается у 35 % детей дошкольного возраста (7 человек). Средняя адаптация к условиям ДООУ выявлена у 40 % детей дошкольного возраста (8 человек). Усложненная адаптация к условиям ДООУ установлена у 20 % детей дошкольного возраста (4 человека). Дезадаптация по отношению к условиям ДООУ определена у 5 % детей дошкольного возраста (1 человек).

Сравнение уровней указанных показателей до и после реализации Программы показало, что нулевая гипотеза отклоняется, указанные позитивные изменения имеют высокую степень достоверности.

Для сохранения позитивных изменений в связи с реализацией Программы была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику ДООУ, а также в плане распространения передового опыта в рассматриваемой сфере в другие подобные образовательные учреждения.

Итак, цель исследования достигнута, задачи выполнены.

Находит свое подтверждение сформулированная гипотеза:

– предполагаем, что уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ характеризуется низкими и средними показателями;

– предполагаем, что уровень адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДООУ изменится, если разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции, включающую тренинги и упражнения соответствующей направленности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аввакумова Л. А. Организационные формы работы с родителями и детьми раннего возраста в условиях адаптации детей к ДДОУ / Л. А. Аввакумова // Современные проблемы теории и практики социальной педагогики : работа с семьей. – 2023. – № 7. – С. 118–122.
2. Авилова И. В. Профилактическое взаимодействие детского учреждения и семьи для облегчения процесса адаптации детей раннего возраста / И. В. Авилова // Актуальные задачи педагогики. – 2018. – С. 85–88.
3. Адаптация ребенка к условиям детского сада : управление процессом, диагностика, рекомендации / сост. Н. В. Соколовская. – Волгоград : Учитель, 2018. – 188 с. – ISBN 978-5-7057-4816-7.
4. Айсина Р. М. Социализация и адаптация детей раннего возраста / Р. М. Айсина, В. Н. Дедкова, Е. В. Хачатурова // Ребенок в детском саду. – 2023. – № 6. – С. 46–51.
5. Алямовская В. Ясли – это серьезно / В. Алямовская. – Москва : Линка-Пресс, 2019. – 144 с. – ISBN 5-8252-0003-7.
6. Андрюшина П. А. Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации / П. А. Андрюшина, М. В. Григорьева // Новые решения в образовании в эпоху перемен. – 2020. – № 4. – С. 299–304.
7. Баланова А. А. Особенности психологической адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения / А. А. Баланова // Наука молодых. – 2020. – № 8. – С. 188–190.
8. Бежаева Д. Н. Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада / Д. Н. Бежаева, О. А. Зиновенко // Аспекты и тенденции педагогической науки : мат-лы I Междунар. науч. конф. – Санкт-Петербург, 2016. – С. 34–37.

9. Белкина В. Н. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДДОУ / В. Н. Белкина, Л. В. Белкина. – Воронеж : Учитель, 2016. – 236 с. – ISBN 5-98225-022-8.
10. Бичева И. Б. Взаимодействие с родителями детей раннего возраста в период адаптации к дошкольной образовательной организации / И. Б. Бичева, И. А. Муравьева // Детский сад от А до Я. – 2017. – № 6 (90). – С. 48–56.
11. Божович Л. М. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. М. Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2019. – 400 с. – ISBN 978-5-91180-846-4.
12. Борисова Е. Н. Социальная адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада средствами народного фольклора / Е. Н. Борисова, А. М. Ершова // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2022. – № 22. – С. 66–69.
13. Васильева Н. Н. Психологические особенности и условия адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации / Н. Н. Васильева // Воспитание и обучение детей младшего возраста. – 2019. – № 3-4. – С. 83–85.
14. Войнаровская А. И. Взаимодействие педагогов и родителей как условие успешной адаптации дошкольников к ДДОУ / А. И. Войнаровская, С. В. Попова // Актуальные проблемы обучения и воспитания школьников и студентов в образовательном учреждении. – 2019. – № 5. – С. 129–134.
15. Головня О. И. Модель психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения / О. И. Головня // World science : problems and innovations. – 2018. – № 9. – С. 260–262.
16. Григорьева Г. Г. Кроха : пособие по воспитанию, обучению и развитию детей до трех лет / Г. Г. Григорьева, Н. П. Кочетова,

Д. В. Сергеева [и др.]. – Москва : Просвещение, 2021. – 253 с. – ISBN 5-09-010873-0.

17. Гудкова А. С. Психолого-педагогическое сопровождение детей раннего возраста в период адаптации к условиям детского сада / А. С. Гудкова // Актуальные вопросы реализации ФГОС дошкольного и начального общего образования. – 2017. – № 8. – С. 71–73.

18. Давыдова О. И. Адаптационные группы в ДДОУ : метод. пособие / О. И. Давыдова, А. А. Майер. – Москва : Сфера, 2016. – 128 с. – ISBN 5-89144-636-7.

19. Дешкович Т. В. Педагогические условия адаптации детей раннего возраста в группах кратковременного пребывания в дошкольных образовательных организациях / Т. В. Дешкович // Современное научное знание: теория, методология, практика. – 2019. – № 11. – С. 19–23.

20. Долгова В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в дошкольном образовании : моногр. / В. И. Долгова, Г. Ю. Гольева, Н. В. Крыжановская. – Москва : Перо, 2015. – 192 с. – ISBN 978-5-00086-513-2.

21. Долгова В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в работе с дошкольниками : моногр. / В. И. Долгова, Е. В. Попова – Москва : Перо, 2015. – 208 с. – ISBN 978-5-00086-513-2.

22. Долгова В. И. Психология развития : комплексная оценка сформированности компетенций : учеб.-метод. пособие / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, О. А. Кондратьева. – Москва : Перо, 2021. – 141 с. – ISBN 978-5-00171-1.10.00.

23. Егорова М. В. Успешная адаптация детей раннего дошкольного возраста к условиям ДДОУ посредством театрализованной деятельности / М. В. Егорова // Наука, образование, общество : проблемы и перспективы развития. – 2023. – № 10. – С. 44–45.

24. Ежкова Н. С. Дошкольный возраст : образование с учетом эмоционального компонента / Н. С. Ежкова // Дошкольное воспитание. – 2022. – № 8. – С. 65–70.
25. Жданова С. А. Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения / С. А. Жданова // Научное творчество молодежи как ресурс развития современного общества. – 2016. – № 2. – С. 152–156.
26. Забельникова А. А. Адаптация детей раннего возраста в детском саду / А. А. Забельникова // Сборник статей XLIV Международного научно-исследовательского конкурса. – 2021. – № 4. – С. 181–184.
27. Забоева М. А. Взаимодействие ДОО и семьи по проблеме адаптации детей раннего возраста к условиям общественного воспитания / М. А. Забоева // Личностный потенциал субъектов образовательных отношений. – 2019. – № 12. – С. 11–14.
28. Заводчикова О. Г. Адаптация ребенка в детском саду : взаимодействие ДДОУ и семьи / О. Г. Заводчикова. – Москва : Просвещение, 2017. – 79 с. – ISBN 5-09-015054-0.
29. Иванова Н. Ф. Психолого-педагогическое сопровождение детей 2-3 лет в период адаптации к детскому саду / Н. Ф. Иванова // Конференциум АСДОУ. – 2019. – № 1. – С. 1758–1765.
30. Ильина И. С. Адаптация ребенка к детскому саду. Общение, речь, эмоциональное развитие / И. С. Ильина. – Ярославль : Акад. развития, 2015. – 144 с. – ISBN 978-5-7797-1101-2.
31. Инглик Т. Н. Изучение прогноза и динамики адаптации детей раннего возраста к условиям ДДОУ / Т. Н. Инглик, Л. Ф. Юдина // Амурский научный вестник. – 2022. – № 1. – С. 78–86.
32. Ионова М. М. Влияние деятельности музыкального руководителя на детей раннего дошкольного возраста в период адаптации / М. М. Ионова // Вопросы педагогики. – 2022. – № 8-1. – С. 64–66.

33. Калмыкова А. Г. Успешная адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада / А. Г. Калмыкова // Приоритетные научные направления : от теории к практике. – 2021. – № 26-1. – С. 78–83.
34. Калягин В. А. Энциклопедия методов психолого-педагогической диагностики лиц с нарушениями речи : пособие для студентов, педагогов, логопедов и психологов / В. А. Калягин, Т. С. Овчинникова. – Санкт-Петербург : КАРО, 2017. – 432 с. – ISBN 978-5-9925-0143-8.
35. Кирюхина Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДДОУ / Н. В. Кирюхина. – Москва : Айрис-пресс, 2016. – 112 с. – ISBN 5-8112-2100-2.
36. Костина В. Новые подходы к адаптации детей раннего возраста / В. Костина // Дошкольное воспитание. – 2019. – № 1. – С. 34–37.
37. Костяк Т. В. Психологическая адаптация ребенка в детском саду / Т. В. Костяк. – Москва : Академия, 2018. – 170 с. – ISBN 978-5-7695-4583-2.
38. Красношлык З. П. Организация педагогических условий для успешной адаптации младших дошкольников к условиям детского сада / З. П. Красношлык // Современные тенденции в фундаментальных и прикладных исследованиях. – 2015. – № 5. – С. 97–100.
39. Красношлык З. П. Условия адаптации младших дошкольников к детскому саду / З. П. Красношлык // Наука и инновации – современные концепции. – 2019. – № 9. – С. 48–52.
40. Кубрякова А. А. Адаптация ребенка младшего дошкольного возраста к детскому саду / А. А. Кубрякова // Молодежь и образование XXI века. – 2021. – № 1. – С. 79–82.
41. Кузнецова Т. Ю. Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации детей раннего возраста к условиям ДДОУ / Т. Ю. Кузнецова // Вестник науки. – 2023. – № 1 (58). – С. 112–122.

42. Мартинкевич Е. Е. Взаимосвязь социально-психологической адаптации детей раннего возраста к ДДОУ и типа семьи / Е. Е. Мартинкевич // Обучение и воспитание : методики и практика. – 2015. – № 23. – С. 18–26.

43. Меринова Н. А. Влияние дошкольных форм обучения и воспитания «на дому» на адаптацию детей раннего возраста / Н. А. Меринова // Наукосфера. – 2022. – № 6-1. – С. 133–137.

44. Мишарина А. Е. Социально-психолого-педагогическое сопровождение адаптации детей раннего возраста к условиям ДДОУ / А. Е. Мишарина // Новая наука : психолого-педагогический подход. – 2017. – № 2. – С. 110–112.

45. Молоцило А. С. Подготовка педагогов к психолого-педагогическому сопровождению адаптации детей в дошкольном образовательном учреждении / А. С. Молоцило // Актуальные направления научных исследований : перспективы развития. – 2023. – № 5 – С. 116–122.

46. Муляр Н. В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДДОУ / Н. В. Муляр, Е. В. Черниговских, И. А. Цуканова, А. Р. Садовская // Вопросы дошкольной педагогики. – 2020. – № 9 (36). – С. 78–79.

47. Наследов Д. А. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных : учеб. пособие / Д. А. Наследов. – Санкт-Петербург : Речь, 2012. – 389 с. – ISBN 978-5-9268-1180-0.

48. Непомнящая Н. А. Моделирование процесса адаптации младших дошкольников к условиям образовательной среды дошкольного образовательного учреждения / Н. А. Непомнящая, В. И. Долгова, Н. В. Крыжановская // Концепт. – 2017. – Т. 39. – С. 2346–2350.

49. Николаева П. В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО / П. В. Николаева // Студенческий. – 2022. – № 32-1 (202). – С. 45–46.

50. Новиков А. В. Адаптация детей раннего возраста к занятиям по спортивной гимнастике / А. В. Новиков // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2018. – № 1. – С. 26–28.

51. Новожилова Ж. В. Тревожность в период адаптации детей раннего возраста / Ж. В. Новожилова, Т. А. Соколова // Образовательный потенциал. Перспективные направления дошкольного образования : опыт, проблемы, пути развития. – 2017. – № 11. – С. 301–305.

52. Остроухова А. И. Успешная адаптация / А. И. Остроухова // Обруч. – 2022. – № 3. – С. 16–18.

53. Павленко Т. А. Развитие привязанности и особенности организации адаптации детей раннего возраста к детскому саду / Т. А. Павленко // Детский сад от А до Я. – 2021. – № 3 (111). – С. 4–12.

54. Петренчук О. Е. Анализ результатов адаптации детей дошкольного возраста к ДДОУ / О. Е. Петренчук, В. А. Иванова // Актуальные проблемы современного образования : опыт и инновации. – Ульяновск : Зебра, 2016. – С. 56–59.

55. Печора К. Л. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях / К. Л. Печора. – Москва : Просвещение, 2006. – 214 с. – ISBN 5-691-00911-7.

56. Попова Е. И. Использование игровых технологий «тактильный мир» для успешной адаптации детей раннего возраста / Е. И. Попова // Научный альманах. – 2022. – № 3-1 (89). – С. 138–140.

57. Пыжьянова Л. Как помочь ребенку в период адаптации / Л. Пыжьянова // Дошкольное воспитание. – 2023. – № 2. – С. 14–16.

58. Радаева Ю. Д. Экспериментальное исследование влияния театрализованной деятельности на процесс адаптации детей раннего возраста к ДДОУ / Ю. Д. Радаева // Вестник науки. – 2023. – № 1 (58). – С. 98–110.

59. Радкевич Е. С. Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения как психолого-педагогическая проблема / Е.С. Радкевич // Молодость. Интеллект. Инициатива. – 2017. – № 4. – С. 399–400.
60. Романова У. С. Использование элементов куклотерапии в период адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада / У. С. Романова // Актуальные проблемы дошкольного образования. – Челябинск : Библиотека А. Миллера, 2021. – С. 437–441.
61. Роньжина А. С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению / А. С. Роньжина – Москва : Книголюб, 2017. – 72 с. – ISBN 978-5-4441-0012-7.
62. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 713 с. – ISBN 978-5-459-01141-8.
63. Савчина М. Д. Влияние изобразительной деятельности на успешность адаптации к дошкольному образовательному учреждению детей раннего возраста / М. Д. Савчина // Детский сад от А до Я. – 2021. – № 1 (49). – С. 81–89.
64. Смирнова Е. О. Первые шаги. Программа воспитания и развития детей раннего возраста / Е. О. Смирнова. – Москва : Мозаика-Синтез, 2016. – 160 с. – ISBN 978-5-86775-538-6.
65. Смирнова Е. О. Становление межличностных отношений в раннем онтогенезе / Е. О. Смирнова // Вопросы психологии. – 2017. – № 6. – С. 5–15.
66. Соболева С. Ю. Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада средствами малых форм фольклора / С. Ю. Соболева // Развитие науки и образования в современном мире. – 2017. – № 7. – С. 31–32.
67. Соловьева Е. Адаптация ребенка к условиям детского сада / Е. Соловьева // Дошкольное воспитание. – 2023. – № 8. – С. 56–63.

68. Токарева Е. В. Игра как средство адаптации детей раннего возраста / Е. В. Токарева // Актуальные проблемы начального, дошкольного и специального образования в условиях модернизации. – 2019. – № 3. – С. 262–267.

69. Ушакова Н. В. Влияние любимой игрушки на уверенность в себе ребенка раннего возраста в период адаптации к дошкольному учреждению / Н. В. Ушакова // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2023. – № 19. – С. 46–48.

70. Фролова И. В. Психолого-педагогическое сопровождение детей раннего и младшего дошкольного возраста в процессе социализации и адаптации к условиям ДДОУ / И. В. Фролова // Актуальные проблемы психологии личности. – 2019. – № 6. – С. 255–258.

71. Хамраева З. М. Социальная адаптация детей раннего возраста к условиям внешнего мира / З. М. Хамраева // Молодой ученый. – 2022. – № 7 (402). – С. 217–219.

72. Черевик К. С. Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения / К. С. Черевик // Развитие образования, педагогики и психологии в современном мире. – 2024. – № 2. – С. 20–22.

73. Черниченко Е. С. Условия психологической адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению / Е. С. Черниченко // Наука, образование, общество : тенденции и перспективы. – 2024. – С. 36–37.

74. Шайдуллина Р. М. Организация педагогического взаимодействия с родителями в период адаптации детей раннего дошкольного возраста в детском саду / Р. М. Шайдуллина // Актуальные исследования. – 2023. – № 5 (135). – С. 156–158.

75. Шапошник Л. Ю. Адаптация детей раннего возраста к дошкольному учреждению / Л. Ю. Шапошник, Е. Н. Кудинова //

Современные тенденции развития науки и технологий. – 2019. – № 10-12. – С. 140–141.

76. Шиян О. А. Когнитивное развитие дошкольников : взаимосвязь нормативных, преобразующих и символических способностей / О. А. Шиян, А. К Белолуцкая, Т. Н. Леван // Современное дошкольное образование. – 2021. – № 6 (108). – С. 14–25.

78. Шульгина Т. И. Развитие эмоциональной отзывчивости у детей 3 – 4 лет / Т. И. Шульгина // Дошкольная педагогика. – 2020. – № 7. – С. 22–27.

79. Щукина М. А. Развитие инициативы в общении у детей дошкольного возраста // Мир психологии. – 2018. – № 3. – С. 178–187.

80. Эльконин Б. Д. Проблемы развития ребенка в дошкольном возрасте / Б. Д. Эльконин // Вопросы психологии. – 2015. – № 6. – С. 15–27.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ

1. Методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А. С. Роньжина.

Диагностика проводится по прилагаемой шкале. Обработка диагностики производится следующим образом: 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. В ходе исследования заполняется протокол, представленный в таблице 1.1.

Таблица 1.1 – Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению (А.С. Роньжина)

Ф.И. ребенка	Психологические критерии адаптированности ребенка к ДДОУ																	
	Общий эмоциональный фон поведения			Наблюдение за ребенком												Реакция на изменение привычной		
	Положительный	Неустойчивый	Отрицательный	Познавательная и игровая деятельность			Взаимоотношения со взрослыми			Взаимоотношения с детьми			Общий балл					
				Активен	Активен при поддержке	Пассивен	Инициативен	Принимает инициативу	Уход от взаимоотношений	Инициативен	Вступает в контакт	Пассивен/ реакция протеста				Плывание	Тревожность	Непринятие
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:

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 балла – 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, хныкание, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

2. Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?»

К. Л. Печора.

Таблица 1.2 – Анкета для родителей

№ п/п	Вопросы к матери ребенка	Параметры	Оценка в баллах
1.	Какое из перечисленных настроений преобладает?	а) Бодрое, уравновешенное б) Раздражительное, неустойчивое в) Подавленное	3 2 1
2.	Как засыпает Ваш ребенок?	а) Быстро за 10 минут б) Медленно	3 1
3.	Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?	а) Ничего б) Укачиваю, лежу рядом и прочее	3 1
4.	Какова длительность сна ребенка?	а) Соответствует возрасту б) Спит меньше нормы в) Сон существенно нарушен	3 2 1
5.	Какой аппетит у Вашего малыша?	а) Хороший б) Неустойчивый, избирательный в) Плохой	3 2 1
6.	Просится ли на горшок?	а) Просится б) Нет, но предпочитает быть сухой в) Нет, ходит мокрый	3 2 1
7.	Как относится к высаживанию на горшок?	а) Положительно б) Отрицательно	3 1
8.	Есть ли отрицательные привычки (сосет палец, раскачивается и пр.?)	а) Нет б) Есть (указать, какие именно)	3 1

Продолжение таблицы 1.2

9.	Проявляет ли интерес к игрушкам, новым предметам дома и в незнакомой обстановке?	а) Проявляет всегда б) Проявляет только в привычной обстановке	3 2
10.	Проявляет ли активность, интерес при обучении?	а) Проявляет б) Недостаточно в) Не проявляет	3 2 1
11.	Инициативен ли в игре?	а) Способен сам найти себе дело б) Играет только с взрослыми в) Не умеет играть	3 2 1
12.	Инициативен ли в отношениях с взрослыми?	а) Вступает в контакт по своей инициативе б) Сам не вступает в контакт, но общается при инициативе взрослых в) Не идет на контакт с взрослыми	3 2 1
13.	Инициативен ли в отношениях с детьми?	а) Вступает в контакт по своей инициативе б) Сам не вступает в контакт в) Не умеет общаться с детьми	3 2 1
14.	Был ли у Вашего ребенка опыт разлуки с близкими?	а) Нет б) Да	1 2
15.	Как он перенес разлуку?	а) Очень тяжело б) Спокойно	1 3

Исходя из анализа ответов на вопросы анкеты, можно сделать выводы об уровне готовности ребенка к поступлению в детское дошкольное учреждение. Максимальный показатель по данной анкете составляет 44 балла и может свидетельствовать об успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

Минимальное количество баллов – 16.

Предлагается вычислить средний балл по перечисленным параметрам, по которому дается прогноз адаптации:

3,0 – 2,6 балла – готов к поступлению в ясли сад;

2,5 – 2,1 балла – готов условно;

2,0 – 0 балла – не готов.

3. Методика «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В. Н. Меркулова, Л. Г. Самоходкина.

Наблюдая за процессом адаптации и внося данные в специальную таблицу, педагог сможет сделать вывод о результате адаптации каждого ребенка. Успешность адаптации проявляется в поведенческих реакциях и в продолжительности адаптационного периода. Можно выделить четыре основных фактора поведенческой адаптации:

- 1) эмоциональное состояние ребенка;
- 2) социальные контакты ребенка;

- 3) послеполуденный сон;
- 4) аппетит ребенка.

Каждый из факторов может оцениваться от +3 до -3, т.е. от отличной адаптации до полной дезадаптации. Для удобства обработки данных и во избежание субъективного толкования приводим ниже краткие характеристики разных оценок (+1, +2, +3, 0, -1, -2, -3).

Суммарно по всем четырем факторам можно получить +12 или -12, в интервале чего и определяются уровни адаптации.

Продолжительность процесса адаптации может ограничиваться одним днем (когда ребенок в первый день социализируется в ДДОУ) или быть сколь угодно долгой.

Уровень, т.е. успешность адаптации, выводится из взаимосвязи продолжительности адаптационного периода (А) и поведенческих реакций (П).

Первые признаки того, что ребенок адаптировался:

- 1) хороший аппетит;
- 2) спокойный сон;
- 3) охотное общение с другими детьми;
- 4) адекватная реакция на любое предложение воспитателя;
- 5) нормальное эмоциональное состояние.

Определение поведенческой реакции в соответствии с оценкой факторов адаптации ребенка в ДДОУ:

1. Эмоциональное состояние ребенка

- (+3) Весел, жизнерадостен, подвижен, активен.
- (+2) Улыбается, настроение хорошее, спокоен.
- (+1) Иногда задумчив, замкнут.
- (-1) Легкая плаксивость, хныканье.
- (-2) Плачет за компанию; плач приступообразный.
- (-3) Сильный, профилактический 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) Недружелюбен, агрессивен, 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 насыщенный.
- (-1) Отвергает некоторые блюда, капризничает.
- (-2) Приходится следить за тем, чтобы ел; ест долго, неохотно.
- (-3) Отвращение к еде, кормление мучительно.

Результаты исследования определяются по следующей шкале (см. таблицу 1.3).

Таблица 1.3 – Определение уровня адаптации в соответствии с оценкой

Адаптация	Сроки (А)	Поведенческие реакции (П)	Уровни адаптации
Легкая	До 5 дней -1 неделя	+12...+8	А1 и П1 высокий А1 и П2
Средняя	До 15 дней – 3 недели	+7...0	А1 и П3 средний А2 и П2
Усложненная	До 25 дней – 5 недель	-1...-7	А2 и П4 сложный А3 и П3
Дезадаптация	Более 5 недель	-8...-12	А3 и П4 дезадаптация А4 и П4

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ

Таблица 2.1 – Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина

№ п/п	Психологические критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению					Сумма баллов	Средний балл
	Общий эмоциональный фон поведения	Познавательная и игровая деятельность	Взаимоотношения со взрослыми	Взаимоотношения с детьми	Реакция на изменение привычной среды		
1	1	1	1	1	2	6	1,2
2	1	1	2	2	2	8	1,6
3	2	2	2	3	3	11	2,2
4	2	3	3	2	3	13	2,6
5	1	1	1	1	2	6	1,2
6	1	2	1	1	2	7	1,4
7	2	2	3	1	1	9	1,8
8	2	1	1	2	2	8	1,6
9	1	2	2	3	2	10	2
10	1	1	1	1	1	5	1
11	2	2	2	1	2	9	1,8
12	3	3	3	2	2	13	2,6
13	1	1	2	2	1	7	1,4
14	1	1	1	1	1	5	1
15	2	3	2	3	3	13	2,6
16	3	2	3	3	2	12	2,4
17	3	3	3	2	3	14	2,8
18	2	1	2	1	2	8	1,6
19	2	3	3	3	3	14	2,8
20	1	1	2	1	2	7	1,4

Таблица 2.2 – Обобщенные результаты исследования уровня адаптированности по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина

Уровни	Результаты исследования в группе	
	Количество человек	Результат в %
Высокий	5	25
Средний	8	40
Низкий	7	35

Таблица 2.3 – Результаты исследования по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

№ п/п	Среднее количество баллов	Уровень адаптации
1	2,1	Готов условно
2	1,9	Не готов
3	1	Не готов
4	1,5	Не готов
5	2,4	Готов условно
6	1,5	Не готов
7	2,9	Готов
8	2,3	Готов условно
9	2,7	Готов
10	2,2	Готов условно
11	1	Не готов
12	2	Не готов
13	1,4	Не готов
14	2,2	Готов условно
15	1,5	Не готов
16	2,8	Готов
17	2,3	Готов условно
18	2,3	Готов условно
19	1	Не готов
20	2,8	Готов

Таблица 2.4 – Обобщенные результаты исследования уровня готовности к посещению ДДОУ по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

Уровни	Результаты исследования в группе	
	Количество человек	Результат в %
Готов	4	20
Готов условно	7	35
Не готов	9	45

Таблица 2.5 – Результаты исследования по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

№ п/п	Эмоциональное состояние	Социальные контакты	Сон	Аппетит	Общий балл	Уровень адаптации
1	1	-1	1	-1	0	Средняя
2	-3	-2	-2	-2	-9	Дезадаптация
3	-2	-3	-1	-2	-10	Дезадаптация
4	1	-1	-1	1	0	Средняя
5	-1	1	2	1	3	Средняя
6	-2	-2	-1	1	-4	Усложненная
7	2	3	1	2	8	Легкая
8	1	1	-2	1	1	Средняя
9	2	2	2	2	8	Легкая
10	1	1	2	1	5	Средняя
11	-2	-1	-1	-2	-6	Усложненная
12	-3	-2	-1	-1	-7	Усложненная
13	2	2	2	3	9	Легкая
14	-1	-1	-1	-2	-5	Усложненная
15	2	1	2	3	-4	Усложненная
16	1	-1	1	1	-11	Дезадаптация
17	3	2	1	2	8	Легкая
18	-1	1	2	1	-4	Усложненная
19	-2	-1	-2	-1	4	Средняя
20	3	3	2	2	-3	Усложненная

Таблица 2.6 – Обобщенные результаты исследования степени адаптации по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

Уровни	Результаты исследования в группе	
	Количество человек	Результат в %
Легкая	4	20
Средняя	6	30
Усложненная	7	35
Дезадаптация	3	15

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка в дошкольном учреждении

На основании проведенной диагностики была разработана программа психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

Программа составлена на основе научных трудов и учебно-методических разработок следующих авторов: Л.А. Венгера, А.В. Запорожца, Л.С. Выготского, Н.Е. Вераксы, Т.А. Марковой, Е.О. Смирновой, Е.Е. Кравцовой, Л.И. Божович, Н.М. Щелованова, О.А. Скрипченко, В.С. Мухиной.

Технологическая карта внедрения программы сопровождения адаптации детей к условиям дошкольного учреждения в практику разработана на основе алгоритма, приведенного в методическом пособии В.И. Долговой, Е.Г. Капитанец, О.А. Кондратьевой [26, с. 120-127].

Характеристика технологической карты представлена в разделе 3.3 данного исследования, карта приведена в приложении 7.

Цель программы: создание оптимальных условий для адаптации детей к условиям дошкольного учреждения с помощью психолого-педагогического сопровождения.

Задачи программы:

- снижение уровня тревожности у ребенка в процессе вхождения в детский сад;
- формирование у ребенка положительного отношения к детскому саду, воспитателям и сверстникам;
- развитие у ребенка умений эмоциональной саморегуляции и навыков взаимодействия со взрослыми и детьми;
- формирование у ребенка базовых социальных навыков, способствующих успешному вхождению в группу;
- укрепление у ребенка чувства защищенности и уверенности в новой социальной среде.

Формы работы с детьми: фронтальная работа, подгрупповая и индивидуальная деятельность, подвижные и сюжетно-ролевые игры, упражнения с элементами арт-терапии, релаксационные практики, сказкотерапия.

Методы: игровые технологии, элементы арт-терапии, телесно-ориентированные практики, моделирование жизненных ситуаций, беседы и обсуждения, наблюдение.

Ожидаемый результат:

- снижение у ребенка уровня тревожности и дезадаптивных реакций у детей;
- формирование у ребенка положительного эмоционального фона в процессе адаптации;
- развитие у ребенка навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- формирование у ребенка первичных навыков эмоциональной саморегуляции;
- появление у ребенка устойчивого позитивного отношения к дошкольному учреждению как к безопасной и интересной среде.

Способы и методы проверки эффективности программы:

До и после реализации программы проводится диагностика по следующим методикам:

– Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению А.С. Роньжина;

– анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?»

К.Л. Печора;

– Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина.

Анализ полученных данных проводится с использованием метода математической статистики – t-критерия Вилкоксона.

Структура программы:

Программа рассчитана на 10 занятий по 30 минут. Занятия проводятся 1–2 раза в неделю. Общая продолжительность реализации программы – 5 недель.

Блок 1. Установочный (1 занятие). Формирование доверительных отношений с детьми, снятие напряжения, создание положительной эмоциональной атмосферы, первое знакомство с детским садом.

Блок 2. Основной (8 занятий). Развитие у ребенка навыков общения, саморегуляции, снижение тревожности, формирование позитивного отношения к дошкольной среде, эмоциональное включение в групповые виды деятельности.

Блок 3. Завершающий (1 занятие). Обобщение полученного опыта, закрепление у ребенка позитивного отношения к детскому саду, повышение уверенности в себе.

Целевая группа: дети младшей группы дошкольного учреждения (возраст 3–4 года). Наполняемость группы – 20 человек.

Для реализации программы необходимо: просторная игровая комната, столы и стулья по числу детей, материалы для рисования, предметы для сенсорной разгрузки, аудиозаписи для релаксации, набор дидактических и сюжетно-ролевых игрушек.

Примерное содержание занятий:

Занятие 1. Знакомство с детским садом

Цель: формирование у ребенка чувства безопасности, снятие тревожности.

Задачи:

- помочь детям познакомиться друг с другом и с педагогом;
- создать позитивную эмоциональную атмосферу;
- снизить у детей напряжение через игровые и телесные практики.

Упражнения: игры на знакомство, рисование настроения, упражнения на снятие мышечного напряжения.

Целевая группа:

Дети младшей группы дошкольного учреждения (возраст 3 – 4 года)

Продолжительность:

30 минут

Форма проведения:

Групповая, в игровой форме.

Оборудование и материалы:

- Мягкие игрушки (по количеству детей);
- Цветные карандаши, маркеры, восковые мелки;
- Листы бумаги формата А4;
- Спокойная музыка (фон);
- Игровой ковер, подушки или коврики для упражнений;
- Картинки с изображением эмоций (радость, грусть, страх и др.).

Структура и ход занятия:

1. Вводная часть (5–7 минут)

Цель: установить контакт с детьми, заинтересовать, создать доверительную атмосферу.

Ход:

- Педагог садится с детьми в круг и говорит доброжелательно:

«Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас будет интересное занятие, где мы познакомимся друг с другом, поиграем и узнаем, как хорошо быть вместе в детском саду!»

– Упражнение «Передай улыбку»:

– Дети сидят в кругу. Педагог передает улыбку соседу, тот — следующему и так по кругу.

1. Основная часть (25 минут).

Упражнение 1. «Знакомство с игрушкой» (7 минут).

Цель: помочь детям представиться в безопасной форме.

Ход:

– Педагог предлагает каждому выбрать мягкую игрушку.

– Затем дети по очереди говорят:

«Это мой мишка/зайка, а меня зовут ...»

Если ребенок стесняется, педагог мягко помогает или говорит за него.

Упражнение 2. «Рисуем настроение» (7 минут)

Цель: выявить эмоциональное состояние детей, дать возможность самовыражения.

Ход:

– Педагог предлагает детям нарисовать, какое у них сейчас настроение. Можно использовать только цвет, линии или простые изображения.

– После рисования дети (по желанию) показывают и называют, что нарисовали:

«Я нарисовал солнышко – у меня радость!»

«У меня облако – я грущу».

Упражнение 3. «Тряхнем напряжение» (5 минут)

Цель: снять мышечное и эмоциональное напряжение.

Ход:

Под спокойную музыку педагог проводит телесную разминку: «Потянулись к солнышку... опустили ручки... стряхнули капельки дождя... потрясли ладошками, ножками... превратились в пушистых кошечек и потянулись...»

Упражнение 4. «Цветик-семицветик» (6 минут)

Цель: установить положительную связь с детским садом и друг с другом.

Ход:

– Педагог показывает большой «цветик-семицветик». Каждый лепесток – с вопросом:

Как тебя зовут?

Что тебе нравится делать?

Что ты любишь кушать?

Какую игрушку ты любишь?

Кто твой друг?

Что тебе нравится в садике?

Какая твоя любимая сказка?

– Дети по очереди вытягивают лепестки и отвечают (или с помощью взрослого).

2. Заключительная часть (5–7 минут)

Игра «Теплое облачко»

Цель: создание чувства эмоционального комфорта.

Ход:

– Педагог предлагает детям закрыть глаза и представить «теплое пушистое облачко», которое прилетело и обняло каждого, сделав день в садике приятным и уютным.

-Обсуждение.

– Вопросы:

«Что вам понравилось сегодня?»

«С кем ты сегодня познакомился?»

«Какое у тебя сейчас настроение?»

Прощание

– Игра «Ладонка другу»: каждый ребенок кладет свою ладонку в центр круга, создается «солнышко из рук».

Занятие 2. Мой день в детском саду.

Цель: формирование у ребенка чувства предсказуемости и порядка.

Задачи:

– познакомить детей с режимом дня в детском саду;

– помочь осознать последовательность событий;

– снизить тревожность путем проигрывания режимных моментов.

Упражнения: обсуждение режимных моментов, рисование «Какой у меня день», игра «Что будет дальше?».

Целевая группа:

Дети младшей группы (3–4 года)

Продолжительность:

30 минут

Форма проведения:

групповая, игровая

Оборудование и материалы:

– набор картинок с изображением режимных моментов (приход, завтрак, прогулка, сон и т.д.);

– картон, фломастеры, мелки или карандаши;

– Готовая схема режима дня (на доске или стенде);

– плакат «Мой день» с пустыми окнами для вклеивания/вставки картинок;

– спокойная фоновая музыка.

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5–7 минут)

Цель: настроить детей на совместную деятельность, создать позитивный эмоциональный фон.

Ход:

– Педагог собирает детей в круг и приветствует:

«Ребята, вы уже несколько дней ходите в детский сад. Сегодня мы узнаем, что интересного происходит в вашем дне, и как день в садике может быть веселым и понятным!»

– Упражнение «Как я сегодня пришел в сад» (мини-рассказ или жест):

Педагог предлагает детям рассказать, кто их привел, что они чувствовали утром, что было интересного по дороге. Кто не может сказать — показывает жестом (например, «весело», «спать хотелось», «быстро шел» и т.п.)

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. «Режимный поезд» (8 минут)

Цель: познакомить с режимом дня в садике, упорядочить представления о его структуре.

Ход:

– Педагог выкладывает на полу изображения или карточки с моментами дня: приход, завтрак, занятие, прогулка, обед, сон, полдник, игры, уход домой.

– Вместе с детьми собирается «поезд» из этих картинок. Каждой «станции» дается название: «Станция Завтрак», «Станция Прогулка», «Станция Тихий час».

– Педагог кратко комментирует каждый пункт, спрашивает:

«Что ты любишь больше — прогулку или обед?»

«Что мы делаем после сна?»

Упражнение 2. «Что будет дальше?» (игра на последовательность, 7 минут)

Цель: развитие предсказуемости и логического мышления.

Ход:

– Педагог показывает 2–3 картинки подряд (например: «завтрак» и «прогулка»),

затем спрашивает:

«А что у нас будет после прогулки?».

Дети выбирают из оставшихся картинок или называют вслух.

– Игра проходит в легком темпе, сопровождается похвалой, включается как индивидуальное, так и групповое участие.

Упражнение 3. «Рисуем мой день» (10 минут).

Цель: закрепить понимание режима дня, выразить его через творчество.

Ход:

– Детям раздаются листы с шаблоном (например, круг, разделенный на 4 части – как часы), либо прямоугольник, где можно нарисовать 3–4 момента дня.

– Педагог говорит:

«Давайте нарисуем, как проходит твой день в садике. Можно нарисовать, как ты кушаешь, играешь, спишь, гуляешь. Что тебе больше всего нравится?»

– Дети рисуют под спокойную музыку. Педагог мягко комментирует, помогает, задает уточняющие вопросы.

3. Заключительная часть (5–7 минут).

Упражнение «Солнышко настроения»

Цель: оценка эмоционального состояния в конце занятия.

Ход:

– На плакате нарисовано солнышко с лучиками.

– Каждый ребенок выбирает стикер или цветной кружочек и «приклеивает» его как лучик, говоря:

«Сегодня мне было весело/интересно/немного грустно/я скучал».

Прощание с ритуалом.

Игра «Ладочки-дружья»:

– Дети становятся в круг, хлопают по очереди друг другу в ладоши и говорят:

«До свидания, друг»!

Педагог завершает:

«Сегодня мы узнали, как интересно проходит день в детском саду. Завтра мы снова встретимся и будем узнавать что-то новое!».

Занятие 3. Мои чувства

Цель: развитие у ребенка эмоционального интеллекта.

Задачи:

- познакомить детей с базовыми эмоциями;
- научить детей различать и называть свои чувства;
- развивать у детей навыки выражения эмоций в приемлемой форме.

Упражнения: «Грусть и радость», игра «Назови эмоцию», рисование «Что у меня в душе?».

Целевая группа:

Дети младшей группы (3 – 4 года)

Продолжительность:

30 минут

Форма проведения:

Групповая, игровая, с элементами арт-терапии.

Оборудование и материалы:

- картинки с выражениями лиц (радость, грусть, злость, страх);
- набор карточек с ситуациями (мама ушла, подарили игрушку, кто-то ударил, пошел дождь и т.д.);
- зеркальце или игрушечное зеркало;
- бумага, краски, фломастеры, восковые мелки;
- мягкий мяч или игрушка.

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: настроить детей на эмоциональное общение, создать доброжелательную обстановку.

Ход:

- Педагог приветствует детей и говорит:

«Сегодня мы будем говорить о том, что у нас внутри – о наших чувствах. Каждый человек умеет радоваться, иногда грустит, иногда злится, а иногда даже боится. Это нормально! Главное — уметь это понимать».

- Игра «Как ты сегодня себя чувствуешь?»

Педагог просит каждого ребенка (по желанию) изобразить лицо с текущим настроением: радостное, грустное, удивленное и т.д. — можно показать жестом, мимикой или словом.

3. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. «Грусть и радость» (разбор эмоций) (7 минут)

Цель: познакомить с базовыми эмоциями через обсуждение и ролевые игры.

Ход:

– Педагог показывает две картинки: улыбающееся и грустное лицо. Задает вопросы:

«Кто это? Почему он такой радостный/грустный? Как вы думаете, что с ним произошло?»

– Затем педагог предлагает детям показать, как они грустят, радуются (мимика, жесты, движения).

– Игра «Светофор чувств»: педагог называет ситуацию, а дети поднимают кружок нужного цвета:

красный – злость;

синий – грусть;

желтый – радость;

фиолетовый – страх.

Упражнение 2. Игра «Назови эмоцию» (7 минут)

Цель: развитие способности различать чувства.

Ход:

– Педагог показывает карточки с разными выражениями лиц (можно использовать смайлики).

– Детям предлагается назвать эмоцию. Если ребенку трудно – педагог помогает:

«Как ты думаешь, этот мальчик радуется или сердится?»

«Когда ты так чувствуешь себя?»

– Можно усложнить: педагог разыгрывает ситуацию с игрушками (например, один зайчик отнял конфету у другого) – дети определяют, что чувствуют герои.

Упражнение 3. Рисование «Что у меня в душе?» (10 минут)

Цель: дать ребенку возможность выразить свои эмоции через творчество.

Ход:

– Педагог раздает детям бумагу, мелки или краски и говорит:

«Нарисуй, какое у тебя сегодня настроение. Что у тебя внутри – в душе? Это может быть солнышко, облачко, капельки, волны, любые цвета и линии.»

– После рисования дети (по желанию) рассказывают:

«Я нарисовал синюю волну, потому что сегодня мне грустно».

«А у меня красное солнышко – у меня радость!»

4. Заключительная часть (5–7 минут)

Упражнение «Зеркальце»

Цель: закрепление понимания эмоций, повышение самопринятия.

Ход:

– Педагог передает по кругу зеркальце (или игрушечное), говоря:

«Посмотри на себя и скажи: “Я хороший, я умею чувствовать”».

Дети по очереди смотрят в зеркало и повторяют за взрослым (если готовы).

Рефлексия

Педагог задает детям вопросы:

– Что тебе сегодня больше всего понравилось?

– Какое чувство ты узнал?

– Какое у тебя сейчас настроение?

Прощание

Игра «Передай улыбку»:

-Дети передают мяч по кругу и с ним – улыбку и добрые слова.

«Мне было с тобой весело!»

«Ты сегодня здорово рисовал!»

«До завтра!»

Занятие 4. Я и мои друзья

Цель: развитие у ребенка навыков общения со сверстниками.

Задачи:

– способствовать у детей формированию позитивного взаимодействия в группе;

– развивать у детей навыки совместной деятельности;

– формировать у детей установки на дружелюбие и сотрудничество.

Упражнения: коллективные игры, знакомство через рисунок, упражнение «Дай пять».

Целевая группа:

Дети младшей группы (3 – 4 года)

Продолжительность:

30–40 минут

Форма проведения:

Групповая, игровая, с элементами арт-терапии и коммуникативных игр

Оборудование и материалы:

- бумага, карандаши, фломастеры;
- музыкальное сопровождение (веселая и спокойная музыка);
- мягкий мяч;
- наклейки или жетоны в форме сердечек, ладошек;
- большой лист ватмана для совместного рисунка;
- стикеры с изображением детей (мальчики, девочки, лица).

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: создать доброжелательную атмосферу и вовлечь детей в занятие.

Ход:

- Педагог садится в круг с детьми и приветствует их:

«Ребята, сегодня мы поговорим о том, как здорово быть вместе! Кто такие друзья? Как мы можем дружить, играть, помогать друг другу?»

- Игра-разминка «Дай пять»:

Педагог: «Когда я скажу «дай пять», вы найдете себе пару и дружелюбно хлопните ладошками. А потом скажите что-то доброе: “Ты веселый!”, “Мне нравится с тобой играть!”»

Игра проводится 2–3 раза с разными парами.

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. «Знакомство через рисунок» (8–10 минут)

Цель: способствовать самовыражению и взаимному интересу через творчество.

Ход:

- Детям дается задание:

«Нарисуй себя и рядом – того, с кем тебе нравится играть. Или просто придумай своего друга!»

- После выполнения, по желанию, дети показывают рисунок и говорят:

«Это я и мой друг Саша – мы любим кататься на машинках.»

«А это я с мишкой, он мой друг».

- Рисунки прикрепляются на общий «Плакат дружбы».

Упражнение 2. Коллективная игра «Найди пару» (5–6 минут)

Цель: развивать взаимодействие в паре, внимание к другим.

Ход:

– Педагог дает задание:

«Сейчас я скажу, что нужно найти. Например: найдите того, у кого такие же волосы, как у тебя! Найдите того, кто любит кошек! Найдите того, кто тоже в синих носках!»

– Дети ищут друг друга по заданным признакам, встают парами, обнимаются, хлопают в ладоши и садятся обратно.

Упражнение 3. Совместный рисунок «Цветок дружбы» (7–8 минут)

Цель: развивать чувство общности и принадлежности к группе.

Ход:

– Педагог показывает заранее подготовленный круг (середина цветка) и предлагает каждому ребенку нарисовать свой лепесток дружбы (любого цвета, формы, с рисунком или символом).

– Когда все лепестки приклеены, педагог говорит:

«Посмотрите, какой красивый у нас получился цветок! Каждый из вас — важная часть нашей группы. Вместе — мы дружная команда!»

3. Заключительная часть (5–7 минут)

Игра «Мяч по кругу – добрые слова»

Цель: закрепить дружелюбное общение, создать позитивное завершение занятия.

Ход:

– Дети передают друг другу мягкий мяч и говорят:

«Я дружу с тобой, потому что...»,

«Мне нравится, как ты...»,

«Ты хороший друг, потому что...»

– Кто затрудняется – педагог помогает или предлагает просто сказать: «Ты мой друг!»

Рефлексия

– Педагог задает детям вопросы:

С кем тебе сегодня было интересно?

Что тебе понравилось делать больше всего?

Как можно быть хорошим другом?

– По желанию дети выбирают наклейку-сердечко и приклеивают ее на «Плакат дружбы» – как символ того, что хотят быть добрыми и дружелюбными.

Прощание

– Игра «Обнимашки круга»:

Все становятся в круг, держатся за руки и тихонько раскачиваются под спокойную музыку. Педагог говорит:

«Дружба – это тепло и забота. Спасибо за то, что вы были добрыми сегодня. До встречи!»

Занятие 5. Моя семья – моя опора

Цель: снижение у ребенка чувства тревожности, связанной с временной разлукой с близкими.

Задачи:

- создать у детей эмоциональную опору через образ семьи;
- снизить у детей страх разлуки и усилить чувство привязанности;
- помочь детям выразить чувства к близким через творчество.

Упражнения: рассказ о семье, рисование «Моя мама/папа», символические игры с куклами.

Целевая группа:

Дети младшей группы (3 – 4 года)

Продолжительность:

30 – 40 минут

Форма проведения:

Групповая, с элементами арт-терапии, игровых и символических техник

Оборудование и материалы:

- игрушечные куклы (мама, папа, ребенок), домик (кукольный или из конструктора);
- бумага, карандаши, фломастеры, цветные мелки;
- наклейки с изображением сердечек, солнышек;
- семейные карточки (с изображением семьи: мама, папа, бабушка, дедушка, братья, сестры);
- спокойная музыка.

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: создать комфортную обстановку, переключить внимание детей с тревожных мыслей на позитивный образ семьи.

Ход:

– Педагог собирает детей в круг и приветствует:

«Сегодня мы будем говорить о самом теплом и родном – о нашей семье. Когда вы в садике, мама и папа на работе, но они всегда помнят о вас, любят вас и обязательно придут за вами.»

– Педагог показывает картинку с изображением семьи и спрашивает:

«Кто есть в твоей семье?»

Игра «Моя семья – мои ладошки»:

Дети поочередно показывают пальчики на руке:

«Это мама»,

«Это папа»,

«Это я»,

«Это бабушка»,

«Это дедушка».

Можно придумать «пальчиковую» считалку.

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. Беседа-рассказ «Про мою семью» (7 минут)

Цель: помочь ребенку проговорить образы близких, почувствовать связь с ними.

Ход:

– Педагог по очереди спрашивает детей (по желанию):

«Как зовут твою маму? А папу?»

«Что ты любишь делать с ними?»

«Что делает мама, пока ты в садике?»

– Можно использовать игрушечные куклы: педагог разыгрывает сценку, где мама приносит ребенка в сад и говорит:

«Я скоро вернусь, люблю тебя!»

Дети могут повторить эту фразу для кукол — это помогает прожить расставание.

Упражнение 2. Рисование «Моя мама / мой папа» (10 минут)

Цель: выразить привязанность через творчество, снизить тревожность.

Ход:

– Педагог предлагает детям:

«Давайте нарисуем кого-то из своей семьи — маму, папу, бабушку, того, кого вы сейчас особенно хотите видеть. Вы можете нарисовать, как вы с ними играете, гуляете, обнимаетесь.»

– Во время рисования педагог подходит, мягко разговаривает с детьми о семье, поддерживает каждого.

– После завершения — по желанию — дети показывают свои рисунки и говорят:
«Это моя мама. Мы вместе читаем книжку».

«А у меня папа катает меня на велосипеде.»

Упражнение 3. Символическая игра с куклами «Дом для семьи» (8 минут)

Цель: символически прожить образ защищенности и опоры, снизить тревожность.

Ход:

– На коврике — кукольный домик. Педагог предлагает:

«Давайте поселим сюда наших кукол — мама, папа, ребенок. Кто где будет спать? Где будут играть?»

– Педагог разыгрывает сценку, где ребенок утром уходит в сад, а родители машут рукой и говорят:

«Мы тебя очень любим, мы скоро придем за тобой!»

– Дети могут по очереди проигрывать с педагогом или сами.

3. Заключительная часть (5–7 минут)

Упражнение «Сердечко для мамы/папы»

Цель: закрепить положительный эмоциональный настрой, выразить любовь к близким.

Ход:

– Детям раздаются наклейки или вырезанные сердечки:

«Это – твоё сердечко. Ты можешь подарить его маме, когда она придет за тобой, и сказать: “Я тебя люблю!”»

– Кто хочет – может наклеить сердечко на свой рисунок.

Рефлексия

Педагог спрашивает:

– Что тебе сегодня понравилось?

– Кого ты рисовал?

– Кого ты хочешь скорее обнять?

Прощание

Игра «Обнимашки с другом»:

– Дети встают в круг, под спокойную музыку обнимают того, кто рядом, и говорят:

«Я тебя обнимаю – как мама!»

«Ты хороший!»

«До завтра!»

Занятие 6. Как справляться с грустью и злостью

Цель: формирование у ребенка первичных навыков эмоциональной саморегуляции.

Задачи:

- научить ребенка распознавать и называть негативные эмоции;
- обучить ребенка приемам снятия эмоционального напряжения;
- помочь ребенку выразить свои чувства через творчество и движение.

Упражнения: «Мешочек злости», дыхательные упражнения, рисование «грустного облака и радужного солнца».

Целевая группа:

Дети младшей группы (3–4 года)

Продолжительность: 30–40 минут

Форма проведения:

Групповая, игровая, с элементами телесной, дыхательной и арт-терапии

Материалы и оборудование:

- мешочек (тканевый, с наполнителем — фасоль, бусины и пр.);
- бумага, цветные карандаши, мелки или краски;
- картинки с изображением эмоций (грусть, злость, радость);
- музыкальное сопровождение (спокойная и активная музыка);
- макет «грустного облака» и «радужного солнца» (для наглядности);
- мыльные пузыри (по желанию — для завершения занятия).

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: настроить детей на занятие, создать доверительную обстановку.

Ход:

– Педагог приветствует детей и садится с ними в круг:

«Иногда мы грустим. Иногда — злимся. Это нормально! Но мы можем научиться справляться с этими чувствами, чтобы нам снова стало хорошо.»

– Показ картинок с эмоциями (радость, грусть, злость):

«Посмотри на эти лица. Как ты думаешь, кто грустит? А кто сердится?»

– Мини-игра «Покажи эмоцию»:

Дети изображают мимикой, как они злятся, грустят и радуются.

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. «Мешочек злости» (7–8 минут)

Цель: дать ребенку безопасный способ «выпустить» накопившееся напряжение.

Ход:

– Педагог показывает мешочек и говорит:

«Это волшебный мешочек. Сюда можно положить свою злость. Когда ты злишься, ты можешь его пожать, покрутить, побарабанить по полу – и злость уйдет».

– По очереди дети берут мешочек, сжимают, трясут, барабанят по полу (безопасно), проговаривая (с помощью педагога):

«Я злюсь, но я справлюсь!»

«Злость уходит в мешочек!»

– В конце упражнения педагог «завязывает» мешочек:

«А теперь вся злость здесь. Мы отпускаем ее, она нам больше не нужна».

Упражнение 2. Дыхательные практики «Сдуем облако грусти» (5 – 6 минут)

Цель: обучение ребенка приемам саморегуляции через дыхание.

Ход:

– Педагог:

«Представь, что перед тобой тучка грусти. Она тяжелая. Давайте ее сдуем!»

– Детям предлагается сделать:

Медленный глубокий вдох – и долгий выдох (как будто задувают свечу);

Повторить 3 – 4 раза.

– Можно использовать мыльные пузыри:

«Сейчас мы выдыхаем в пузыри всю грусть – она улетает!»

Упражнение 3. Рисование «Грустное облако и радужное солнце» (10 минут)

Цель: дать ребенку способ выразить и «преобразовать» свои негативные чувства.

Ход:

– Педагог предлагает:

«На одной стороне листа нарисуй свое грустное облачко. Какого оно цвета? Что у него внутри? А теперь – на другой стороне – нарисуй радужное солнце. Как ты хочешь, чтобы стало?»

– Дети рисуют, педагог подходит, мягко беседует:

«Это облачко — как я себя чувствовал утром, а это солнышко — как мне стало хорошо.»

– После – по желанию – дети рассказывают про свои рисунки.

3. Заключительная часть (5–7 минут)

Игра «Солнышко в ладошке»

Цель: завершить занятие на позитивной ноте, усилить чувство комфорта и безопасности.

Ход:

– Педагог дает детям бумажные солнышки (или рисует на ладошке маркером – по желанию):

«Смотри – это твое солнышко. Оно всегда с тобой. Даже если грустно – ты можешь его вспомнить, и тебе станет теплее».

– Детям предлагается обнять себя, прижать ладошку с солнышком к сердцу:

«Я хороший. Мои чувства важны. Я могу справиться.»

Рефлексия

– Педагог спрашивает:

Что тебе сегодня помогло прогнать злость или грусть?

Какая часть занятия тебе понравилась больше всего?

Кому ты хочешь сегодня подарить свое солнышко?

Прощание

– Мягкая музыка, дети в круге. Игра «Передай добро»:

Педагог передает мягкий мяч со словами:

«Я тебе желаю радости!»

Дети передают мяч по кругу и говорят добрые слова.

Занятие 7. Что делать, если я боюсь

Цель: снижение у ребенка страха перед новой социальной средой.

Задачи:

– помочь детям осознать и проговорить свои страхи;

– развить у детей уверенность в себе через игровые образы;

– сформировать у детей положительный образ детского сада.

Упражнения: сказкотерапия, рисование страха, игра «Я храбрый тигр».

Целевая группа:

Дети младшей группы (3–4 года)

Продолжительность:

30–35 минут

Форма проведения:

Групповая, с элементами сказкотерапии, арт-терапии и двигательной игры

Материалы и оборудование:

- сказка (авторская или адаптированная) о зверятах, которые пошли в садик;
- картинки с изображением чувств (страх, смелость, радость);
- бумага, фломастеры, карандаши, краски;
- тигриные ушки (обруч или бумажные), мягкие игрушки (тигренок, медвежонок);
- спокойная музыка (для начала) и активная (для игры).

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: создать доверительную атмосферу, ввести детей в тему занятия.

Ход:

- Педагог приветствует детей, садится с ними в круг:

«Сегодня мы будем говорить про одно очень важное чувство. Это страх. Все иногда чего-то боятся – и это нормально. Но у нас есть способы с ним справляться.»

- Показывает картинку с изображением испуганного зверька:

«Как ты думаешь, что он чувствует?»

- Мини-игра «Я чувствую»:

Дети по очереди показывают, что они чувствуют (используя мимику, жесты), а остальные угадывают.

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. Сказкотерапия «Тигренок идет в детский сад» (7–8 минут)

Цель: помочь детям прожить свои страхи через образ героя, показать, что страх можно преодолеть.

Ход:

- Педагог читает или рассказывает сказку (адаптированная авторская сказка):

«Тигренок Тим» очень боялся идти в детский сад. Он думал, что потеряется, что там нет мамы, что с ним никто не будет играть. Но однажды он пошел в сад и узнал, что там весело. Там был мишка, зайчик, и даже крокодильчик, с которым он построил замок. Он понял, что он смелый и храбрый, как настоящий тигр!»

- Вопросы детям после сказки:

«А ты когда-нибудь боялся идти в садик?»

«Что ты почувствовал, когда Тим нашел друзей?»

«А ты хочешь быть таким же храбрым тигренком?»

Упражнение 2. Рисование страха и превращение его в радость (10 минут)

Цель: помочь ребенку выразить страх через творчество и трансформировать его.

Ход:

– Педагог раздает бумагу и фломастеры:

«Нарисуй то, чего ты боишься в детском саду. Это может быть темное пятно, монстрик, грустный уголок — что ты сам захочешь.»

– После рисования:

«А теперь давай подумаем: как ты можешь изменить этот страх? Добавь к рисунку что-то веселое — солнышко, радугу, игрушки, друзей.»

– Педагог подходит к каждому, обсуждает:

«Что было страшно? А что теперь стало веселым?»

Упражнение 3. Двигательная игра «Я храбрый тигр!» (6–7 минут)

Цель: развитие уверенности, снятие мышечного напряжения.

Ход:

– Педагог надевает обруч с тигриными ушками (можно надеть детям по очереди):

«Сейчас мы превратимся в храбрых тигров! Давайте покажем, как тигр идет по саду — смело, широко шагает, улыбается друзьям!»

– Под активную музыку:

Идем по залу, взмахиваем «хвостами», рычим (не громко), машем лапами, обнимаем друзей;

После – дети садятся и гладят себя по голове:

«Я храбрый. Я справляюсь. Я не один.»

3. Заключительная часть (5 минут)

Упражнение «Мешочек храбрости»

Цель: усиление чувства уверенности, закрепление положительного образа себя.

Ход:

– Педагог показывает мешочек с блестящими камушками (или сердечками):

«Это волшебные камушки храбрости. Каждый из вас может взять один – и положить себе в кармашек или ладошку. Он будет напоминать тебе: ты смелый, ты молодец!»

– Дети по очереди подходят и берут «камушек храбрости».

Рефлексия

Педагог задает вопросы:

- Чего ты боялся раньше?
- Что тебе помогло стать храбрым?
- Кем ты сегодня был – тигренком, мишкой или зайчиком?

Прощание

- Песня или спокойная музыка.
- Дети встают в круг и передают друг другу жест «сила в лапке» – сжимают

ладошку соседа:

«Ты сильный! И я сильный! Вместе мы справимся!»

Занятие 8. Я умею

Цель: повышение у ребенка уровня самооценки и уверенности.

Задачи:

- помочь детям осознать собственные достижения;
- развивать у детей уверенность в своих силах;
- формировать у детей положительную «Я-концепцию».

Упражнения: рассказ о своих успехах, игра «Молодец!», рисование «Что я умею делать сам».

Целевая группа:

Дети младшей группы (3 – 4 года)

Продолжительность:

30 – 35 минут

Форма проведения: Групповая, с элементами арт-терапии, круговой рефлексии и телесной игры

Материалы и оборудование:

- бумага, карандаши, фломастеры, наклейки (звездочки, смайлики);
- карточки с действиями (чистит зубы, застегивает пуговицу, убирает игрушки, помогает другу);
- обруч или «трон успеха» (стул, украшенный как «почетное место»);
- музыкальное сопровождение (спокойная и радостная музыка);
- зеркальце (по желанию – маленькое безопасное зеркало).

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: настроить детей на позитивное восприятие себя и своих умений.

Ход:

- Педагог приветствует детей и говорит:

«Сегодня мы поговорим о том, какие вы все — умелые, сильные, добрые. Каждый из вас уже многое умеет! А что именно — мы сейчас узнаем» .

– Мини-игра «Кто молодец?»

– Педагог называет действия:

«Кто умеет сам одеваться?» – дети хлопают.

«Кто помогает другу?» – дети топают.

«Кто старается хорошо кушать?» – дети поднимают руки.

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. «Рассказ о своих успехах» (мини-круг) (7 – 8 минут)

Цель: дать возможность каждому ребенку заявить о своих достижениях.

Ход:

– Педагог приглашает по очереди детей сесть на специальный стул – «трон успеха»:

«Это место для тех, кто умеет что-то делать хорошо. Садись и расскажи — что ты уже умеешь делать САМ?»

– Ребенок говорит (с помощью педагога при необходимости):

«Я умею сам мыть руки»,

«Я умею строить башню»,

«Я умею делиться игрушками» и т.д.

– После рассказа вся группа говорит хором:

«Молодец, [имя]!»

– По желанию, можно использовать зеркальце: ребенок смотрит в него и говорит:

«Я – молодец! Я умею!»

Упражнение 2. Игра «Молодец!» (5–6 минут)

Цель: телесно и эмоционально подкрепить позитивную самооценку.

Ход:

– Педагог предлагает детям повторять движения за ним:

«Когда я скажу "Молодец!", ты сделай хлопок, потом покажи пальцем на себя и скажи: "Я!"»

– Несколько циклов:

«Ты сам убрал игрушки – Молодец!» (дети: *хлоп* – «Я!»)

«Ты сам сказал спасибо – Молодец!» (*хлоп* – «Я!»)

– После – танец под веселую музыку с криками:

«Я умею! Я стараюсь! Я молодец!»

Упражнение 3. Рисование «Что я умею делать сам» (10 минут)

Цель: закрепить знания о своих умениях через творчество.

Ход:

– Педагог раздает детям листы и фломастеры:

«Нарисуй себя и то, что ты умеешь. Это может быть ты, застегивающий куртку, играющий с другом, или улыбающийся маме. Все, что ты умеешь — это важно!»

– Дети рисуют, педагог подходит, хвалит, интересуется:

«Как ты нарисовал, что умеешь?»

«А чему бы ты хотел еще научиться?»

– После – каждый ребенок может показать свой рисунок и сказать:

«Я умею...» – и все хором: «Молодец!»

3. Заключительная часть (5 минут)

Упражнение «Корона умений» (по желанию)

Цель: награждение и закрепление ощущения значимости.

Ход:

– Педагог надевает каждому символическую «корону» или дает наклейку (звездочку), говоря:

«Ты умеешь... – ты молодец!»

Рефлексия и прощание

– Педагог задает детям вопросы:

«Что ты умеешь лучше всего?»

«Что тебе больше всего понравилось сегодня?»

«Кому ты расскажешь дома, какой ты молодец?»

– Дети встают в круг и говорят по очереди:

«Я умею...»,

«Я стараюсь...»,

«Я молодец!»

Занятие 9. Мои силы и возможности

Цель: актуализация у ребенка личностных ресурсов.

Задачи:

– помочь ребенку осознать свои внутренние ресурсы;

– развивать у ребенка воображение и позитивное самовосприятие;

– закрепить у ребенка навыки эмоционального самоподдержания.

Упражнения: телесные практики, визуализация, игра «Мое волшебное качество».

Целевая группа:

Дети младшей группы (3–4 года)

Продолжительность:

30 – 35 минут

Форма проведения:

Групповая, с элементами телесно-ориентированной терапии, визуализации и символической игры

Материалы и оборудование:

– образы «волшебных качеств» (картинки: смелость, доброта, сила, забота, радость и др.);

– бумага, фломастеры, наклейки (звездочки, сердечки);

– мягкий коврик или пледы для визуализации;

– спокойная музыка;

– волшебная коробочка или мешочек с карточками качеств;

– зеркальце (по желанию).

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: создать комфортную атмосферу и заинтересовать детей.

Ход:

– Педагог приветствует детей и говорит:

«Сегодня мы узнаем, что у каждого из нас есть особенные силы. Они не волшебные, как у супергероев, но очень важные. Эти силы помогают нам быть добрыми, храбрыми, сильными, заботливыми. Мы узнаем, какие силы есть у тебя!».

– Круг: дети садятся и передают «шар силы» (мягкий мяч), называя по очереди, что они умеют или какое качество у них есть:

«Я добрый», «Я умею помогать», «Я смелый» и т.д.

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. Телесная практика «Мое сильное тело» (5–6 минут)

Цель: помочь ребенку почувствовать себя уверенным через телесные образы.

Ход:

– Педагог включает мягкую музыку и просит детей встать.

– Дети выполняют движения по инструкции педагога:

«Поставь ножки крепко – как дуб. Ты стоишь уверенно. Ты сильный».

«Подними руки вверх – ты можешь достать до солнца».

«Сожми кулачки и скажи: “Я могу!”».

«Обними себя – ты заботаешься о себе».

– После короткой паузы:

«А теперь почувствуй: какие силы живут в тебе?»

«Ты умеешь дружить? А помогать? А не бояться?»

Упажнение 2. Визуализация «Волшебная страна моих качеств» (7–8 минут)

Цель: развивать у детей воображение и формировать позитивные представления о себе.

Ход:

– Дети располагаются на ковриках или сидят удобно.

– Педагог говорит спокойным голосом:

«Закрой глаза или посмотри вниз. Представь, что ты идешь по волшебной тропинке. Впереди – страна, где живут твои силы. Там домик доброты, озеро смелости, дерево силы, облака радости...»

«Что ты видишь? В какой домик хочешь заглянуть? Что бы ты взял с собой – улыбку? смелость? доброе сердце?»

«Положи эти силы в свой рюкзачок. Они всегда с тобой.»

– Несколько секунд тишины, затем возвращение:

«Открой глазки. А теперь давай расскажем, что мы принесли из этой страны?»

– Дети делятся (или педагог интерпретирует по рисункам, если дети молчат).

Упражнение 3. Игра «Мое волшебное качество» (10 минут)

Цель: осознание своих сильных сторон и поддержка со стороны группы.

Ход:

– Педагог достает волшебную коробочку с карточками (или предметами), на которых написано/изображено качество:

Доброта, сила, смелость, забота, радость, дружба, терпение и др.

– Каждый ребенок вытягивает карточку и педагог говорит:

«Ты сегодня – хранитель доброты. А что это значит? Как ты можешь быть добрым?»

Или:

«Ты сегодня – носитель смелости. Когда ты был смелым?»

– После дети рисуют или изображают свое качество в движении:

Например, сильный – показывает «мускулы»,
добрый – обнимает друга,
радостный – смеется и пляшет.

3. Заключительная часть (5 минут)

Упражнение «Сердечко силы»

Цель: заякорить у ребенка внутренний ресурс.

Ход:

– Каждый ребенок получает наклейку или вырезанное сердечко:

«Это сердечко – напоминание о твоей силе. Дотронься до него, если тебе будет грустно или страшно. Вспомни, какие ты сильный, добрый, смелый!»

Рефлексия (в кругу)

– Вопросы:

«Что ты сегодня узнал о себе?»

«Какая сила живет в тебе?»

«Как она тебе помогает?»

– Дети говорят по очереди:

«Во мне живет... (радость, смелость и т.д.)»

– Все вместе:

«У нас есть силы! Мы можем многое!»

Занятие 10. Я в детском саду – это здорово

Цель: обобщение опыта, создание у ребенка положительной установки по отношению к детскому саду.

Задачи:

– подвести итоги пройденного пути адаптации детей к ДДОУ;

– закрепить у детей положительный эмоциональный фон;

– сформировать у детей чувство принадлежности к группе и детскому саду.

Упражнения: игра «Что мне нравится в саду», коллективная аппликация «Наш любимый детский сад», упражнение «Солнышко друзей».

Целевая группа:

Дети младшего дошкольного возраста (3 – 4 года)

Продолжительность: 30 – 35 минут

Форма проведения:

Групповая, с элементами игровой терапии, арт-терапии и эмоционального общения

Материалы и оборудование:

- большой ватман или лист бумаги для аппликации;
- цветная бумага, клей, ножницы, заготовки (домик, дерево, солнышко и т.д.);
- Наклейки, фломастеры, блески и прочие декоративные элементы;
- мяч или мягкая игрушка для круга общения;
- аудиозапись веселой детской музыки;
- карточки с изображением позитивных моментов из жизни в саду (игры, сон, прогулка, еда и др.);
- медали или дипломы «Я – воспитанник детского сада!» (по желанию).

Структура и ход занятия

1. Вводная часть (5 минут)

Цель: создать радостную атмосферу, напомнить о том, чему дети научились.

Ход:

- Педагог приветствует детей:

«Сегодня у нас необычное занятие – мы будем вспоминать, сколько всего хорошего произошло с вами за то время, что вы приходите в детский сад!»

- Предлагается встать в круг и провести мини-игру:

«Что я научился делать в саду?»

Дети по очереди передают мяч и говорят:

«Я научился сам одеваться»

«Я завел друзей»,

«Я стал смелее» и т.д.

2. Основная часть (25 минут)

Упражнение 1. Игра-беседа «Что мне нравится в саду» (5–7 минут)

Цель: помочь детям осознать положительный опыт, связанный с детским садом.

Ход:

- Педагог раскладывает карточки с изображениями моментов из жизни в саду: игры, прогулка, занятия, еда, отдых, друзья и т.п.

- Спрашивает:

«А что тебе больше всего нравится в саду?»

«Когда тебе весело?»

«Что тебе помогает, если вдруг грустно?»

- Дети выбирают карточки и рассказывают, что им нравится.

- Педагог обобщает:

«У каждого из вас есть в саду что-то хорошее. Здесь вы не просто гости – вы настоящие воспитанники!»

Упражнение 2. Коллективная аппликация «Наш любимый детский сад» (10–12 минут)

Цель: создать образ сада как общего и родного пространства.

Ход:

– Педагог показывает большой лист (ватман) с фоном — здание детского сада или большая полянка.

– Предлагает детям по очереди украсить его:

одни приклеивают солнышко, дерево, цветы;

другие – окошки, дорожки, деток на прогулке;

можно добавить фотографии группы или символические рисунки самих детей.

– Каждый ребенок приклеивает свой элемент и говорит:

«Это мой детский сад. Здесь я... (играю, учусь, дружу, расту)»

– Педагог завершает:

«Посмотрите, какой красивый у нас получился детский сад! Потому что вы в нем – самые замечательные дети!»

Упражнение 3. «Солнышко друзей» (6–7 минут)

Цель: усиление чувства принадлежности к группе и позитивных связей между детьми.

Ход:

– Педагог кладет в центр круга изображение солнышка (или вырезанное из картона).

– Дети по очереди приклеивают к солнышку «лучики» — полоски, на которых педагог заранее написал их имена или дети рисуют себя.

– После каждого приклеенного лучика дети говорят:

«[Имя] – наш друг! Мы рады, что ты с нами!»

– Когда все лучики приклеены, педагог говорит:

«Это наше солнышко! Оно греет нас дружбой, теплом и радостью. А вы – его лучики! Вместе вы – одна команда, одна группа, настоящие друзья!»

3. Заключительная часть (5 минут)

Рефлексия. Круг «Я в детском саду – это здорово!»

Ход:

– Педагог задает детям вопросы:

«Что тебе больше всего нравится в детском саду?»

«Что ты запомнил с наших занятий?»

«Кто твои друзья в группе?»

«Что тебе помогало, когда было грустно?»

– Затем предлагает завершить занятие ритуальной фразой:

«Я люблю свой детский сад, потому что...» (дети по очереди завершают фразу).

Награждение (по желанию)

– Педагог вручает каждому ребенку медаль или диплом:

– «Я – воспитанник детского сада!»

«Ты прошел путь адаптации. Ты стал смелее, дружелюбнее, сильнее. Молодец!»

Прощание и ритуал завершения

– Танец или песенка «Мы теперь большие» / «До свидания, детский сад» (по желанию).

– Объятия по кругу:

«Мы – одна дружная группа!»

Итак, Программа «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка в дошкольном учреждении» состоит из 10 занятий и направлена на облегчение вхождения детей в новую социальную среду и создание условий для гармоничного протекания адаптационного периода. В результате реализации программы у детей формируются базовые социальные и эмоциональные навыки, создается позитивное восприятие дошкольной среды, снижается уровень тревожности и сопротивления.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты формирующего эксперимента

Таблица 4.1 – Результаты исследования адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДДОУ по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина

№ п/п	Психологические критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению					Сумма баллов	Средний балл
	Общий эмоциональный фон поведения	Познавательная и игровая деятельность	Взаимоотношения со взрослыми	Взаимоотношения с детьми	Реакция на изменение привычной среды		
1	1	1	1	1	2	6	1,3
2	1	1	2	2	2	8	1,7
3	2	2	2	3	3	11	2,8
4	2	3	3	2	3	13	2,9
5	1	1	1	1	2	6	1,2
6	1	2	1	1	2	7	1,9
7	2	2	3	1	1	9	1,8
8	2	1	1	2	2	8	1,6
9	1	2	2	3	2	10	2,2
10	1	1	1	1	1	5	1,2
11	2	2	2	1	2	9	1,8
12	3	3	3	2	2	13	2,8
13	1	1	2	2	1	7	2,3
14	1	1	1	1	1	5	1,1
15	2	3	2	3	3	13	2,6
16	3	2	3	3	2	12	2,8
17	3	3	3	2	3	14	3,0
18	2	1	2	1	2	8	1,7
19	2	3	3	3	3	14	2,8
20	1	1	2	1	2	7	1,9

Таблица 4.2 – Обобщенные результаты исследования уровня адаптированности по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжина

Уровни	Результаты исследования в группе	
	Количество человек	Результат в %
Высокий	7	35
Средний	10	50
Низкий	3	15

Таблица 4.3 – Результаты исследования по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

№ п/п	Среднее количество баллов	Уровень адаптации
1	2,4	Готов условно
2	2,3	Готов условно
3	1	Не готов
4	2,4	Готов условно
5	2,9	Готов
6	1,5	Не готов
7	2,9	Готов
8	2,3	Готов условно
9	2,7	Готов
10	2,3	Готов условно
11	1	Не готов
12	2,4	Готов условно
13	1,4	Не готов
14	2,4	Готов условно
15	2,1	Готов условно
16	2,8	Готов
17	2,2	Готов условно
18	2,8	Готов
19	2,1	Готов условно
20	3,0	Готов

Таблица 4.4 – Обобщенные результаты исследования уровня готовности к посещению ДДОУ по анкете для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

Уровни	Результаты исследования в группе	
	Количество человек	Результат в %
Готов	6	30
Готов условно	10	50
Не готов	4	20

Таблица 4.5 – Результаты исследования по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

№ п/п	Эмоциональное состояние	Социальные контакты	Сон	Аппетит	Общий балл	Уровень адаптации
1	1	-1	1	-1	2	Средняя
2	-3	-2	-2	-2	-6	Усложненная
3	-2	-3	-1	-2	-7	Усложненная
4	1	-1	-1	1	5	Средняя
5	-1	1	2	1	8	Легкая
6	-2	-2	-1	1	1	Средняя
7	2	3	1	2	10	Легкая
8	1	1	-2	1	2	Средняя

Продолжение таблицы 4.5

9	2	2	2	2	10	Легкая
10	1	1	2	1	8	Легкая
11	-2	-1	-1	-2	-6	Усложненная
12	-3	-2	-1	-1	-7	Усложненная
13	2	2	2	3	9	Легкая
14	-1	-1	-1	-2	0	Средняя
15	2	1	2	3	1	Средняя
16	1	-1	1	1	-10	Дезадаптация
17	3	2	1	2	8	Легкая
18	-1	1	2	1	0	Средняя
19	-2	-1	-2	-1	8	Легкая
20	3	3	2	2	1	Средняя

Таблица 4.6 – Обобщенные результаты исследования степени адаптации по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

Уровни	Результаты исследования в группе	
	Количество человек	Результат в %
Легкая	7	35
Средняя	8	40
Усложненная	4	20
Дезадаптация	1	5

Таблица 4.7 – Расчет Т-критерия Вилкоксона при исследовании по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению А.С. Роньжина»

№	До реализации программы (x_i)	После реализации программы (y_i)	$d_i = y_i - x_i$	Ранг	Знак
1	1,2	1,3	0,1	3,5	+
2	1,6	1,7	0,1	3,5	+
3	2,2	2,8	0,6	15	+
4	2,6	2,9	0,3	11	+
5	1,2	1,2	0	*	0
6	1,4	1,9	0,5	13,5	+
7	1,8	1,7	-0,1	3,5	-
8	1,6	1,6	0	*	0
9	2,0	2,2	0,2	8,5	+
10	1,0	1,2	0,2	8,5	+
11	1,8	1,7	-0,1	3,5	-
12	2,6	2,8	0,2	8,5	+
13	1,4	2,3	0,9	16	+
14	1,0	1,1	0,1	3,5	+
15	2,6	2,6	0	*	0
16	2,4	2,8	0,4	12	+
17	2,8	3,0	0,2	8,5	+

Продолжение таблицы 4.7

18	1,6	1,7	0,1	0,1	3,5	+
19	2,8	2,8	0	0	*	0
20	1,4	1,9	0,5	0,5	13,5	+

Результаты:

Число ненулевых наблюдений: $n = 16$

Сумма рангов положительных сдвигов: $W^+ = 129$

Сумма рангов отрицательных сдвигов: $W^- = 7$

Выборочный критерий: Тэмп = $\min(W^+, W^-) = 7$.

Табличные значения:

Ткрит = 25 при $\rho = 0,05$.

Ткрит = 12 при $\rho = 0,01$.

Так как Тэмп = 0 < Ткрит для обоих уровней значимости, это означает:

Нулевая гипотеза H_0 отвергается.

Альтернативная гипотеза H_1 принимается.

Таблица 4.8 – Расчет Т-критерия Вилкоксона при исследовании по методике «Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» К.Л. Печора

№	До реализации программы (x_i)	После реализации программы (y_i)	$d_i = y_i - x_i$	Ранг	Знак
1	2,1	2,4	0,3	10	+
2	1,9	2,3	0,4	12	+
3	1,0	1,0	0	*	0
4	1,5	2,4	0,9	18	+
5	2,4	2,9	0,5	13	+
6	1,5	1,5	0	*	0
7	2,9	2,9	0	*	0
8	2,3	2,3	0	*	0
9	2,7	2,7	0	*	0
10	2,2	2,3	0,1	3,5	+
11	1,0	1,0	0	*	0
12	2,0	2,4	0,4	12	+
13	1,4	1,4	0	*	0
14	2,2	2,4	0,2	7	+
15	1,5	2,1	0,6	15	+
16	2,8	2,8	0	*	0
17	2,3	2,2	-0,1	3,5	-
18	2,3	2,8	0,5	13	+
19	1,0	2,1	1,1	19	+
20	2,8	3,0	0,2	7	+

Примечание: * в таблице означает: нулевую разность $d_i = y_i - x_i$

Результаты:

Число ненулевых наблюдений: $n = 12$

Сумма рангов положительных сдвигов: $W^+ = 129,5$

Сумма рангов отрицательных сдвигов: $W^- = 3,5$

Выборочный критерий: $T_{эмп} = \min(W^+, W^-) = 3,5$.

Табличные значения:

$T_{крит} = 17$ при $\rho = 0,05$.

$T_{крит} = 6$ при $\rho = 0,01$.

Так как $T_{эмп} = 0 < T_{крит}$ для обоих уровней значимости, это означает:

Нулевая гипотеза H_0 отвергается.

Альтернативная гипотеза H_1 принимается.

Таблица 4.9 – Расчет Т-критерия Вилкоксона при исследовании по методике «Определение степени адаптации ребенка в дошкольном образовательном учреждении» В.Н. Меркулова, Л.Г. Самоходкина

№	До реализации программы (x_i)	После реализации программы (y_i)	$d_i = y_i - x_i$	Ранг	Знак
1	0	2	2	4	+
2	-9	-6	3	7	+
3	-10	-7	3	7	+
4	0	5	5	14	+
5	3	8	5	14	+
6	-4	1	5	14	+
7	8	10	2	4	+
8	1	2	1	1.5	+
9	10	8	-2	4	-
10	5	8	3	7	+
11	-6	-6	5	14	+
12	-7	-7	5	14	+
13	9	9	1	1.5	+
14	-5	0	4	10	+
15	-4	1	4	10	+
16	-11	-10	4	10	+
17	8	8	2	4	+
18	-4	0	3	7	+
19	4	8	3	7	+
20	-3	1	5	14	+

Результаты:

Число ненулевых наблюдений: $n = 16$

Сумма рангов положительных сдвигов: $W^+ = 128$

Сумма рангов отрицательных сдвигов: $W^- = 4$

Выборочный критерий: $T_{эмп} = \min(W^+, W^-) = 4$.

Табличные значения:

$T_{крит} = 17$ при $\rho = 0,05$.

$T_{\text{крит}} = 6$ при $\rho = 0,01$.

Так как $T_{\text{эмп}} = 0 < T_{\text{крит}}$ для обоих уровней значимости, это означает:

Нулевая гипотеза H_0 отвергается.

Альтернативная гипотеза H_1 принимается.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 5.1 – Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
1	2	3	4	5	6	7
1-й этап: «Целеполагание внедрения Программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения»						
1.1. Изучить документы по предмету внедрения (Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения)	Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ	Обсуждение, анализ, изучение документации и нормативных источников по теме, наблюдение	Поиск и анализ литературы, работа психологической службы, самообразование, обучение на факультете психологии ЮУрГГПУ	1	Сентябрь	Психолог
1.2. Поставить цели внедрения Программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения	Выдвижение и обоснование целей внедрения программы	Обсуждение, анализ материалов по цели внедрения программы, работа психологической службы	Работа психологической службы, наблюдение, беседа	1	Сентябрь	Психолог
1.3. Разработать этапы внедрения Программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения а школы	Изучение и анализ содержания этапов внедрения программы, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ состояния воспитанников, анализ программы внедрения	Работа психологической службы, совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения	1	Сентябрь	Психолог

Продолжение таблицы 5.1

<p>1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения</p>	<p>Анализ уровня подготовленности и пед. коллектива к внедрению инноваций, анализ работы ДОУ по теме внедрения (психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения), подготовка методической базы\внедрения программы</p>	<p>Составление программы внедрения, анализ материалов готовности ДОУ к инновационной деятельности</p>	<p>Административное совещание, анализ документов, работа по составлению программы внедрения</p>	<p>1</p>	<p>Сентябрь</p>	<p>Психолог</p>
<p>2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение Программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения»</p>						
<p>2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ДОУ и заинтересованных субъектов внедрения</p>	<p>Формирование готовности и внедрить программу в ДОУ, психологически подобрать и расстановку субъектов внедрения</p>	<p>Обоснование практической значимости внедрения, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы</p>	<p>Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы, работа психологической службы ДОУ, участие в семинарах со смежной тематикой</p>	<p>1</p>	<p>Октябрь</p>	<p>Психолог, администрация ДОУ</p>

Продолжение таблицы 5.1

<p>2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у педагогического коллектива ДОУ и родителей воспитанников</p>	<p>Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий в ДОУ и их значимости для ДОУ, значимости и актуальности внедрения программы</p>	<p>Беседы, обсуждение, семинары</p>	<p>Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в ДОУ, творческая деятельность</p>	<p>Не менее 5</p>	<p>Сентябрь – ноябрь</p>	<p>Психолог, администрация ДОУ</p>
<p>2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных субъектов вне ДОУ</p>	<p>Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ДОУ и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения программы для психологической безопасности общества</p>	<p>Методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы</p>	<p>Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи</p>	<p>Не менее 2</p>	<p>Сентябрь – ноябрь</p>	<p>Психолог, администрация ДОУ</p>
<p>2.4. Сформировать веру в свои силы по внедрению инновационной технологии в ДОУ</p>	<p>Анализ своего состояния по теме внедрения, психологической поддержки и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения</p>	<p>Постановка проблемы, обсуждение, тренинг развития, методы НЛП</p>	<p>Беседы, консультации и, самоанализ</p>	<p>1</p>	<p>Сентябрь – ноябрь</p>	<p>Психолог</p>
<p>3-й этап: «Изучение предмета внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения»</p>						

Продолжение таблицы 5.1

3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения (психолого-педагогическое сопровождение адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения)	Изучение материалов и Документов о предмете внедрения инновационной программы и документации и ДОУ	Фронтально	Семинары , работа с литературой и информацией источниками	1	Декабрь	Психолог
3.2. Изучить сущность предмета внедрения инновационной программы в ДОУ	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары , тренинги (развития, готовности и к инновационной деятельности)	1	Январь	Психолог, администрация ДОУ
3.3. Изучить методику внедрения темы программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары , тренинги (целеполагания, внедрения)	1	Февраль	Психолог, администрация ДОУ
4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения»						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседование, обсуждение, методы НЛП	Работа психологической службы ДОУ, тематические мероприятия , уроки	Не менее 6	Апрель	Психолог, администрация ДОУ
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы ДОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ДОУ

Продолжение таблицы 5.1

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной программы	Изучение состояния дел в ДОУ по теме внедрения программы, обсуждения, экспертная оценка,	Производственное собрание, анализ документации и ДОУ	1	Май	Психолог, администрация ДОУ
4.4. Проверить методику внедрения программы	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение состояния дел в ДОУ, корректировка методики	Посещение занятий, работа психологической службы ДОУ	Не менее 5	1-е полугодие	Психолог, администрация ДОУ, инициативная группа по внедрению программы
5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения»						
5.1. Мобилизовать педагогический коллектив ДОУ на внедрение инновационной программы	Анализ работы инициативной группы по внедрению программы	Сообщение о результатах работы по инновационной технологии, тренинги (внедрения, готовности к инновационной деятельности), работа психологической службы ДОУ	Пед. совет, работа психологической службы ДОУ	1	Январь	Психолог, администрация ДОУ, инициативная группа по внедрению Программы
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги (готовности к инновационной деятельности, саморегуляции), работа психологической службы ДОУ	Наставничество, консультации, работа психологической службы ДОУ, семинар	1	Январь – март	Психолог, администрация ДОУ, инициативная группа по внедрению программы
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в ДОУ	Изучение состояния дел в ДОУ по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической службы ДОУ	Работа психологической службы ДОУ, производственное собрание, анализ документов в ДОУ	1	Май	Психолог, администрация ДОУ

Продолжение таблицы 5.1

5.4. Освоить всем педагогически м коллективом предмет внедрения (Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения)	Фронтальное освоение программы психолого-педагогического сопровождения адаптации учащихся пятых классов в условиях образовательной среды ДОУ	Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Работа психологической службы ДОУ, педагогический совет, консультации, работа объединений	1	Январь	Психолог, администрация ДОУ
6-й этап: «Совершенствование работы над темой психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения»						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ДОУ	1	Январь	Психолог, администрация ДОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения программы	Анализ состояния дел в ДОУ по теме внедрения программы, обсуждение, доклад	Производственное собрание, анализ документации и ДОУ, работа психологической службы ДОУ	1	Январь	Психолог, администрация ДОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел в ДОУ по теме внедрения программы, методическая работа	Работа психологической службы ДОУ, методическая работа	Не менее 3	Сентябрь - декабрь	Психолог, администрация ДОУ
7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения»						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы ДОУ по инновационной технологии	Наблюдение, изучение документов ДОУ, посещение	Работа психологической службы ДОУ, стенды, буклеты, внеурочные формы работы	Не менее 5	Сентябрь - декабрь	Психолог, администрация ДОУ

Продолжение таблицы 5.1

7.2. Осуществить наставничество над другими ДОУ, приступающими к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов других ДОУ работе по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары	Выступления на семинарах, работа психологической службы ДОУ		Март – май	Психолог, администрация ДОУ
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы в ДОУ	Пропаганда внедрения программы в районе/городе	Выступления на семинарах, конференциях, конгрессах, научная и творческая деятельность	Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы	Январь – февраль	1 – 3	Психолог, администрация ДОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы ДОУ, научная деятельность	Семинары, написание научной работы старей по теме внедрения программы, изучение последующего опыта внедрения программы в различных ДОУ	Октябрь – февраль	Не менее 2	Психолог, администрация ДОУ