**Проект "Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада"**

**МБДОУ «Детский сад № 4 «Черёмушки»**

Разработала:

Васильева Кристина Владимировна воспитатель группы раннего возраста

**СОДЕРЖАНИЕ**

[ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РЕННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ 10](#_Toc194142808)

[1.1. Сущность адаптации человека к социальной среде 10](#_Toc194142809)

[1.2. Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ 19](#_Toc194142810)

[1.3. Психолого-педагогические условия адаптации детей раннего возраста к ДОУ 23](#_Toc194142811)

[Выводы по главе 1 34](#_Toc194142812)

[ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ 36](#_Toc194142813)

[2.1. Организация и методики исследования 36](#_Toc194142814)

[2.2. Анализ результатов исследования 39](#_Toc194142815)

[Выводы по главе 2 46](#_Toc194142816)

[ГЛАВА 3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ 48](#_Toc194142817)

[3.1. Реализация системы педагогических условий, направленных на адаптацию детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации 48](#_Toc194142818)

[3.2. Анализ результатов контрольного эксперимента 59](#_Toc194142819)

[Выводы по главе 3 66](#_Toc194142820)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 67](#_Toc194142821)

[СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 69](#_Toc194142822)

[ПРИЛОЖЕНИЯ 73](#_Toc194142823)

**ВВЕДЕНИЕ**

**Актуальность исследования.** Значимость исследования заключается в том, что трансформация условий жизнедеятельности современного общества приводит к увеличению числа нарушений в развитии личностных и эмоциональных сфер у детей, что истощает их адаптивные ресурсы, нарушает структуру психики и модели поведения. Это обуславливает специфику процесса психологической адаптации детей в условиях детских садов, которые выполняют функцию учреждений на раннем этапе социализации индивида.

Детский сад как первичное учреждение социализации играет ключевую роль в вовлечении детей в социальные взаимодействия, где они, находясь в группе своих сверстников, переживают начальный этап включения в социальные структуры, становясь участниками общества. В этот период они осваивают базовые социальные нормы и учатся взаимодействовать друг с другом. Поэтому идентификация уникальных адаптивных качеств ребенка в дошкольные годы крайне важна для определения его потенциала компенсаторных способностей. Это время, когда еще можно предотвратить закрепление отрицательных поведенческих паттернов и наиболее эффективно содействовать успешной психологической адаптации ребенка, подготавливая твердую основу для его будущего развития.

**Цель исследования**: изучить особенности адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации, а также разработать и апробировать программу адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

**Объект исследования**: процесс адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

**Предмет исследования**: условия успешной адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

Теоретическое изучение проблемы и анализ практического опыта позволил сформулировать **гипотезу исследования**, согласно которой можно предположить, что что специально разработанная программа в период адаптации детей раннего возраста будет способствовать успешной адаптации в ДОО.

В соответствии с целью и гипотезой были определены **задачи** исследования:

* Рассмотреть сущность адаптации в социальной среде;
* Выделить особенности адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения;
* Обозначить психолого – педагогические условия адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения ;
* Провести эмпирическое исследование особенностей адаптации детей раннего возраста и проанализировать результаты;
* Разработать модель системы по психологическому сопровождению адаптации детей раннего возраста в условиях ДОУ и проанализировать результаты их апробации.

**Методологической основой** **исследования**

Изучением проблемы психологической адаптации занимались Г. Айзенк, Г.Гартман, А.Маслоу, Ф.Б. Березин, В.И Медведев, A.A. Налчаджан, Ж.Пиаже, A.A. Реан и др. Вопросы психологической адаптации детей в зарубежной науке отражены в работах исследователей: Э.Эриксона, М.Монтессори, Р.Штайнера и др.

Проблемой адаптации детей к условиям дошкольной образовательной организации в рамках изучения психологических аспектов сопровождения ребенка занимались Л.И. Белкина, Л.А. Венгер, В.В. Холмовская, С.В. Паршукова, Е.А. Лисина и др

**База и выборка исследования**: МБДОУ «Детский сад № 4 Черёмушки». В исследовании приняли участие 20 детей раннего дошкольного возраста в период адаптации МБДОУ «Детский сад № 4 «Черёмушки».

**Методы и методики исследования**. При решении задач, поставленных в исследовании, использовались следующие методы: теоретический анализ научной литературы, исследование и обобщение педагогического опыта, метод изучения педагогической документации, анализ продуктов деятельности, наблюдение, моделирование, тестирование, эксперимент, методы статистической обработки результатов исследований.

Ди­агностика адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО осуществлялась с помощью следующих **методик исследования:**

1. «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной (М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой);
2. «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» методика А.Остроуховой;
3. Лист адаптации» Ватутина Н.Д.;
4. Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» (автор: Н.В. Соколовская).

**Практическая значимость исследования**. Полученные результаты могут быть использованы педагогов, работающих в группах детей раннего возраста

**Структура и объем работы.** Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы и приложения. Объем работы составляет … страниц.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РЕННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

## **1.1. Сущность адаптации человека к социальной среде**

Феномен психологической адаптации привлекает внимание исследователей из многих областей гуманитарных наук, что обуславливает разнообразие интерпретаций его сущности, классификаций и характеристик. Термин «адаптация», имеющий корни в латинском adaptatio, что означает «приспособление», был впервые введен в научный лексикон физиологом Г. Аубертом при описании механизмов адаптации органов чувств, в частности слуха и зрения, к изменяющимся условиям внешнего мира[[1]](#footnote-1).

Современное понимание термина «адаптация» соответствует определению, приведенному в «Толковом словаре русского языка» под редакцией С.И. Ожегова, где оно обозначается как процесс приспособления организма к меняющимся условиям окружающей среды. Важно подчеркнуть, что в области гуманитарных наук этот термин приобретает более глубокое содержание по сравнению с биологической адаптацией, изучаемой естественными науками. Это различие проистекает из того, что адаптация в социуме включает в себя сложный процесс взаимодействия и привыкания к новой социальной среде, будь то профессиональная, культурная или этническая, со всеми ее особенностями и тонкостями межличностного общения. Абрахам Маслоу, известный психолог, считает, что такой вид адаптации представляет собой успешную интеграцию личности в общество, что не только позволяет индивиду достигнуть самоосуществления, но и способствует формированию его духовного благополучия[[2]](#footnote-2).

В рамках психоаналитической теории Зигмунда Фрейда, структура личности делится на три основных элемента - это Ид, Эго, и Супер-Эго, которые находятся в непрерывной борьбе за доминирование, стремясь достичь гармонии между внутренними желаниями и внешними социальными ожиданиями. Человеческий психический аппарат, вступая во взаимодействие с окружающей реальностью, активно применяет различные психологические защитные механизмы, такие как вытеснение, проекция, рационализация и др., которые служат для купирования дискомфорта от внутренних конфликтов и страхов. Эти механизмы представляют собой стратегии психики, направленные на защиту личности от психологических травм и снижение уровня тревожности, хотя и могут при этом вести к самообману и дисторсии реального восприятия. Фрейд, тем не менее, видел в этих адаптивных процессах важный положительный аспект, оценивая их как жизненно необходимые для сохранения психического здоровья и обеспечения защиты от невротических расстройств.

В контексте биологии, процесс адаптации тесно связан с теорией эволюции. Ламарк уделял внимание роли внешних условий, считая их главным фактором, влияющим на преобразование видов. Эти начала легли в основу теории естественного отбора Чарльза Дарвина, которая углубила понимание адаптационных процессов. В физиологии разделяют два вида адаптации: иммедиатную (срочную), которая заложена на генетическом уровне и минимально поддается изменениям под воздействием внешних условий, и долгосрочную, характеризующуюся постепенной адаптацией организма к новым условиям за счет постепенного привыкания. Адаптация осуществляется благодаря наличию у организма запаса адаптивных способностей, проявляющихся через физиологические, биохимические изменения, а также морфологические модификации на уровне клеток, тканей и органов. Ганс Селье, изучая эти процессы, предложил модель адаптации к стрессу, описывающую три стадии реакции организма на стресс: стадию тревожного ожидания, стадию активного сопротивления и стадию истощения[[3]](#footnote-3).

Адаптация у человека является интегральной способностью организма к саморегуляции за счет вовлечения различных функциональных систем, включая нервную, иммунную, эндокринную и прочие системы, что обеспечивает поддержание гомеостаза. Этот процесс характеризуется множественностью уровней адаптации - начиная от молекулярного и субклеточного и заканчивая системным и организменным уровнем. Н.А. Фомин уточняет, что в адаптивных реакциях присутствует сопротивление изменениям для сохранения гомеостаза, с одновременным адаптационным переходом организма на новый уровень деятельности без потери динамического равновесия. Адаптация направлена на достижение гибкого баланса за счет контроля и нейтрализации дестабилизирующих воздействий внешней и внутренней среды. Существуют различные типы адаптаций, в том числе биологическая, отражающая метаболические и функциональные перестройки организма; физиологическая, ориентированная на оптимизацию работы систем под действием раздражителей; психологическая, выражающаяся в адаптивных изменениях психической деятельности; социальная и социально-психологическая, включающие овладение новыми формами общественного поведения и взаимодействия; и профессиональная, направленная на успешную интеграцию в рабочую среду. Таким образом, адаптация включает в себя комплексные процессы трансформации организма и его функций в ответ на разнообразные условия и требования окружающей среды[[4]](#footnote-4).

В рамках изучения процессов адаптации к различным условиям, выделяются разные методологические подходы к их классификации. Один из таких подходов разрабатывает классификацию, основанную на анализе потребностных и мотивационных аспектов индивида. В этом контексте А.А. Налчаджян идентифицирует два ключевых типа: потребности и мотивы, успешно адаптированные в определённой социальной среде, и те потребности с мотивами, чьё стремление к реализации в специфических социальных условиях приводит к дезадаптации личности. В дополнение к этому, другой аспект классификации, предложенный автором, касается разделения адаптации на внешнюю и внутреннюю. Под внешней адаптацией понимается процесс, через который индивид находит ответы на внешние вызовы и проблемные ситуации, в то время как внутренняя адаптация ориентирована на преодоление персональных внутренних конфликтов и проблем.

В академических исследованиях представлено более глубокое понимание адаптации в социуме, описывая её как результат процессов вариации в социальных отношениях, включая изменения на социально-психологическом, морально-психологическом, экономическом и демографическом уровнях, которые ведут к успешному приспособлению индивидуума к условиям социальной среды. Согласно определению В.С. Саблина, данный процесс характеризуется различным временем адаптации, акцентируя внимание на параметре скорости адаптации, который определяет уровень успешности адаптации личности в заданный период времени.

Этот параметр подтверждает, что у каждой личности есть индивидуальная способность приспосабливаться, известная как адаптивная способность. Высокая адаптивная скорость сокращает необходимое время для адаптации в социальной группе, свидетельствуя о значительной адаптивной способности. Она также отражает степень, в которой человек реализует свои внутренние ресурсы в процессе адаптации, и служит индикатором того, как осуществляется удовлетворение адаптивных нужд и стремление к достижению полноценной адаптированности.

Процесс адаптации протекает через несколько последовательных этапов, каждый из которых отмечен определенным временным промежутком и отражает различные качественные и количественные трансформации в содержании процесса адаптации. Важнейшим показателем для разграничения этих этапов является поведение индивида в контексте его отношений с участниками социальной группы.

Выделяют три стадии:

1 стадия - ориентировочная - определяется диссонансом между ожиданиями и реальностью, с которой сталкивается индивид, проходя адаптацию. Взаимодействие ограничивается, проявляется неуверенность в действиях.

2. На стадии первичной адаптации происходит процесс выявления и сопоставления требований группы с их практическим исполнением участниками. Индивид, осознавая отклик на предъявленные требования, разрабатывает и применяет эффективные стратегии общения и поведения, целью которых является достижение гармонии между предъявленными требованиями, их выполнением и внедрением в жизнь группы.

3. На третьем этапе процесса адаптации, именуемом стадией стабилизации, происходит формирование устойчивого баланса между индивидом, активно адаптирующимся к условиям, и условиями его социальной среды. Это достигается через соответствие между ожиданиями, предъявляемыми социальной группой, и их удовлетворением со стороны индивида. В результате адаптирующийся человек достигает состояния, при котором он эффективно функционирует в соответствии с нормами и требованиями данной социальной системы, что является показателем успешной адаптации[[5]](#footnote-5).

Выдающийся представитель психоаналитического направления Хайнц Хартманн утверждал, что каждый индивид с момента рождения сталкивается с задачей адаптации: он как приспосабливается к условиям социальной среды, так и активно влияет на формирование этих условий, требующих адаптации в ответ. Процессы разделения труда и социальной стратификации создают определенные границы для адаптации и развития индивидуального «Я». Социальная структура и порядки, образовательные и воспитательные механизмы вырабатывают такие модели поведения, которые способствуют эффективной адаптации. Хартманн ввел концепцию «социальной уступчивости», под которой понималось смягчение конфликтов адаптации таким образом, что поведенческие реакции, не приемлемые в одном социальном контексте, оказываются адекватными в другом.

Психологическая адаптация представляет собой взаимодействие между индивидом и социальной группой. В процессе адаптации индивид, не испытывая каких-либо рассогласований с окружающей средой, эффективно выполняет как свои социальные, так и профессиональные обязанности, соответствует ожиданиям социальной группы, удовлетворяет личные потребности и проявляет определенные модели адаптации, включая нормальную, девиантную и патологическую. Нормальная адаптация характеризуется устойчивым и адекватным ответом на вызовы социального окружения, не затрагивая структуру личности или социальной группы. Девиантная адаптация проявляется в стремлении индивида удовлетворить личные потребности, игнорируя при этом интересы других членов группы. Патологическая адаптация влечет за собой применение непривычных стратегий поведения, что может способствовать развитию патологических состояний в личностной структуре.

Таким образом, А. А. Налчаджян выделял два вида адаптации: экзогенную и эндогенную. Первая связана с адаптацией к внешним условиям, когда человек адаптируется к объективным факторам внешней среды.

В рамках российской психологической науки процесс социализационной адаптации включает анализ взаимосвязи двух ключевых динамик, где индивид одновременно является активным участником многоуровневых взаимодействий и автором собственных изменений. Эта диалектика отличается в разнообразных научных подходах, находя отражение в теориях психической активности как динамического процесса (С.Л. Рубинштейн) и в методологии активности (А.Н. Леонтьев). Подход, основывающийся на концепции психической активности, рассматривает адаптацию сквозь призму «психологической интеграции» человека в общественную сферу. Согласно определенным исследованиям, данный процесс обозначает интеграцию индивида в новую социальную среду, включая профессиональные коллективы. В процессе социализационной адаптации происходит реализация личностных потребностей и интересов, развитие уникальных качеств, вступление в социальные группы с последующим утверждением себя как ценного члена общества.

В рамках определения социально-психологической адаптации Л.П. Хохловой акцентируется внимание на критических как внутренних, так и внешних факторах её успешности. Среди внешних факторов выделяются коллективные действия и достигнутые итоги, создание подходящего совместного пространства параллельно с самостоятельной работой. Дополнительно, адаптационный потенциал коллектива, стиль общения, ценности и обычаи, а также общий социально-психологический настрой оказывают немаловажное влияние. Согласованность индивидуальных взглядов с групповыми нормами способствует адаптации. Хохлова также выделяет роль широкого социального окружения, включая вторичные группы, к которым индивидуум присоединяется и через которые он взаимодействует с ещё более обширным контекстом общества. Следовательно, эффективность адаптации опирается на комплексное воздействие как непосредственного окружения, так и более глобальной социальной среды[[6]](#footnote-6).

Л.П. Хохлова выделяет среди внутренних факторов адаптации характеристики, относящие к развитым уровням структуры личности. В числе таких характеристик находятся жизненные принципы и предпочтения, система ценностей, жизненное направление, а также уровень самооценки. Эти элементы значимы тем, что они отражают комплекс взаимоотношений индивида с окружающим миром, с другими людьми и самим собой. Процесс адаптации напрямую связан с такими чертами характера, как склонность к тревожности и податливость, а также с эмоциональной стабильностью и способностью к самоконтролю. Особо подчеркивается важность активности личности в контексте адаптации, которую К. К. Платонов определяет, как целенаправленное поведение и социально-психологические особенности личности, обуславливающие ее способность влиять на окружающую среду, ее объекты и процессы[[7]](#footnote-7).

Изучение активности осмысливается через две ключевые перспективы: её динамическую трансформацию и статику сохранения. В контексте адаптации к новой социальной среде, этот процесс включает в себя переформатирование системы социальных связей индивида. В то же время, индивид не просто адаптируется к новым нормам и ценностям группы, но также активно отстаивает и проявляет свою уникальность, свои индивидуальные убеждения и цели, как независимую социальную единицу. Параллельно, важностью обладает и способность личности к консервации собственного идентичного основания, не допуская потерю сущностных характеристик. В таком аспекте, адаптация выступает не просто как согласование с внешними условиями, но и как путь самоутверждения, самореализации через сохранение собственной идентичности.

Внутренняя адаптация занимается урегулированием личностных конфликтов и переживаний кризисных моментов. Исследуя процесс социально-психологической адаптации, можно различить влияющие на нее внешние и внутренние аспекты. К внешним параметрам относят активное участие в групповой жизни; стремление к выполнению общих задач; открытость и готовность коллектива к интеграции нового участника, а также его ценностные ориентации и традиции; атмосфера и общее настроение в группе. Эффективность адаптации определяется степенью соответствия между личными и групповыми ценностями.

Исходя из концепции Л. П. Хохловой, процесс адаптации человека опирается не только на его непосредственное социумное окружение (первичный коллектив), но также на обширное социальное пространство (вторичный коллектив), с которым первичный коллектив ассоциируется. Важно осознавать, что любая социальная группа, в которее индивид участвует, представляет собой элемент более обширного социального организма, способствующего сохранению и передаче социокультурных норм и традиций. При взаимодействии в рамках групповой динамики, как на уровне межличностных, так и профессиональных связей, личность сплетается с более широким контекстом социальной среды. Таким образом, экстернальные аспекты социальной и психологической адаптации отражают влияние, исходящее как от микро-, так и макросреды, формирующие и моделирующие личностные очертания. Интернальные же факторы адаптации касаются индивидуальных психологических характеристик, включая самооценку, систему ценностей и жизненные приоритеты, которые определяют отношение индивида к его деятельности, обществу и самоидентификации.

Таким образом, процесс социально-психологической адаптации охватывает взаимное включение и интеграцию человека в новое социальное коллективное пространство, будь то группа или широкое сообщество. Конечным итогом этой динамической интеракции является достижение уровня адаптированности, представляющего собой гармоничное соотношение между индивидуумом и его социальным окружением, при этом характеристики данного взаимодействия могут варьироваться в соответствии с различающимися контекстными факторами.

## **1.2. Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ**

При вхождении ребенка в мир дошкольного образования, родителям и воспитателям стоит быть готовыми к периоду его адаптации, ведь у детей этого возраста ограниченные способности к приспособлению к изменениям в повседневной жизни. Процесс адаптации сопровождается развитием так называемого «адаптационного синдрома», являющегося показателем психологической неготовности ребенка к смене привычной семейной среды на детский сад. В раннем возрасте наблюдается тесная связь между психическим и физическим развитием ребенка, причем его нервная система и психологическое состояние чувствительны к любым здоровьесберегающим изменениям. Эмоциональная нестабильность у маленьких детей делает их особенно уязвимыми к стрессам, вызванным разлукой с близкими и изменением привычного ритма жизни. Длительное пребывание в состоянии стресса может привести к неврозам и задержкам в психофизическом развитии ребенка. Эффективность адаптации и последующее развитие ребенка зависят от того, насколько он был подготовлен к посещению дошкольного учреждения в семье. Для облегчения периода адаптации крайне важна поддержка специалистов детского сада, который должен быть открыт для общения и консультаций родителей по вопросам развития и воспитания детей. Успешное приспособление к новой среде обусловлено множеством факторов: физическим здоровьем ребенка, развитием коммуникативных навыков, особенностями его нервной системы, а также компетентностью родителей и сотрудников дошкольного учреждения в вопросах адаптации.

Дошкольное образование становится первым этапом, где ребенок учится взаимодействовать с окружающими и соотносить себя с другими людьми, обучаясь основам социальной интеграции. В педагогической науке уделено много внимания адаптации детей к условиям дошкольного учреждения, подчеркивая ее важность как образовательную и медицинскую задачу. Создание благоприятной атмосферы для развития коммуникативных навыков, качественное медицинское сопровождение детей, эффективная организация воспитательного процесса и тесное сотрудничество между семьей и дошкольным учреждением играют ключевую роль в облегчении адаптационного периода. Современные исследования, особенно активно ведущиеся учеными из стран Европы, подчеркивают значимость изучения проблем адаптации в дошкольных учреждениях и необходимость коррекции эмоциональных и психологических изменений в личности ребенка, вызванных переходом из домашней среды в детский сад. Основная задача адаптационного периода – помочь ребенку справиться с вызывающими стресс реакциями и избежать длительного нарушения его эмоционального благополучия. Важно активно изучать и внедрять новые методики и подходы, которые помогут взрослым лучше понимать и поддерживать ребенка в этот критический период, предотвращая замедление его развития и возможные психологические и физиологические нарушения.

Адаптация индивида к изменениям в социальной среде и новым жизненным обстоятельствам влечет за собой видимые трансформации в поведенческих реакциях ребенка, а также может нарушить его режим сна и питания. Этот процесс – не что иное, как активное усилие организма и психики по достижению гармонии с новыми условиями, которое может завершиться либо положительными исходами в виде успешной адаптации, подразумевающей интеграцию ряда благоприятных изменений, либо стрессом, отражающим негативный аспект адаптации. При этом ключевыми показателями успешной адаптации выступают внешняя адекватность поведенческих реакций, т.е. способность организма эффективно и точно отвечать на внешние вызовы, и внутреннее ощущение комфорта, которое выражается через эмоциональное благополучие.

В первую очередь, адаптация малыша к детскому саду зависит от трех ключевых факторов:

1. Социально-психологическая адаптация включает: - взаимодействие с ровесниками и взрослыми; уровень беспокойства; вклад семьи; -развитие устойчивости; существующие навыки самостоятельного ухода за собой; характерные черты ребенка.

2. Психофизиологическая адаптация включает: динамику психомоторики у малышей; -увеличенную вероятность адаптационных расстройств и образовательные аспекты.

3. Квалификация и опыт специалистов важны. Медицинские специалисты и психологи выделяют три уровня сложности в процессе адаптации к новым условиям: начальный, средний и продвинутый. Ведущими критериями для оценки уровня сложности являются: продолжительность времени, необходимого для восстановления эмоционального баланса ребенка, качество его взаимодействия с взрослыми и сверстниками, его взаимоотношения с окружающими предметами, а также частота и продолжительность периодов острых заболеваний.

Процесс адаптации проходит легко в течение первых одной-двух недель. В это время у детей стабилизируются такие жизненно важные процессы как сон и питание, происходит восстановление эмоционального равновесия и познавательного интереса. Развиваются положительные взаимодействия как с взрослыми, так и с ровесниками. Крепкие связи с семьей остаются нетронутыми, ребенок остается уравновешенным и достаточно энергичным, при этом серьезных проблем со здоровьем не обнаруживается. Уменьшение иммунитета носит легкий характер и к финалу периода полностью преодолевается. Адаптация средней степени тяжести характеризуется тем, что восприятие новой обстановки и освоение в детском коллективе, будь то ясли или детский сад, занимает больше времени. Восстановление нормального режима сна и питания займет от 2 до 6 недель, существует высока вероятность снижения общей активности, ухудшения настроения и возможностей адаптации, что может длиться до полутора месяцев. Наряду с этим, проявляются значительные отклонения в работе автономной нервной системы, возможны функциональные расстройства, снижение цвета лица, учащенное потоотделение и признаки экссудативного диатеза.

Проблема адаптационного кризиса у детей вызывает значительное беспокойство среди родителей и педагогов. Дети могут испытывать продолжительные и тяжелые болезни, при которых заболевание следует за заболеванием без пауз, из-за чего иммунитет ослаблен и не может адекватно защищать их от патогенов. Повышенная восприимчивость к инфекциям часто сопровождается проблемами в поведении, склонностью к неврозам. Ребёнок сталкивается с проблемами аппетита, включая нежелание есть или рвоту из-за нервного перенапряжения, нарушениями сна, во время которого он могут кричать или плакать, просыпаясь в слезах. Сон становится поверхностным и недолгим. Во время бодрствования ребёнок может казаться подавленным, проявлять слабый интерес к окружающему, избегать общения с другими детьми или демонстрировать агрессивное поведение. Восстановление проходит медленно, длится несколько месяцев, во время которых развитие ребёнка замедляется во всех аспектах. Тяжелая адаптация включает задержку в нервно-психическом развитии на 1-2 квартала, респираторные заболевания происходят более трёх раз и длятся более 10 дней, отсутствует рост и прибавление в весе. Дети старше трёх лет из чрезмерно опекаемых семей часто занимают доминирующее положение, что влияет на их поведение и развитие. Невротические проявления могут включать различные вегетативные и поведенческие симптомы, такие как усиленное слюноотделение, нервный кашель, истерии, тремор, навязчивые движения, страхи и заикание. Распознать эти признаки и своевременно принять меры по их корректировке и преодолению является критической задачей для взрослых, что способствует адаптации и оптимальной интеграции ребёнка в новую среду.

## **1.3. Психолого-педагогические условия адаптации детей**

## **раннего возраста к ДОУ**

В процессе онтогенеза, ранний возраст играет ключевую роль в формировании человека. В этой фазе жизни происходит заложение основных черт личности, развивается когнитивная сфера, ускоряется процесс овладения языком и вырабатываются основы личностных качеств, такие как самоуверенность и стремление к активности. В это время также происходят изменения в эмоциональной и волевой сферах и формируются особенности социального взаимодействия, включая отношения доверия или недоверия, дружелюбие. Данный период является отправной точкой для развития творческих способностей. Успешное развитие этих начал возможно только при наличии конструктивного взаимодействия с взрослыми, которые могут адекватно направить ребенка, обозначив правильное направление его развития. Это требует осмысленного выбора методов общения и стиля взаимодействия с ребенком.[[8]](#footnote-8)

В исследовательской работе Е.О. Смирновой, посвященной анализу ключевых характеристик детей в раннем возрасте, были выявлены важные особенности их восприятия и поведенческих реакций. Дети этого возрастного периода воспринимают мир вокруг себя и отвечают на него исходя из непосредственного опыта, проживая момент «здесь и сейчас». Они не обладают способностью к прогнозированию будущих событий и не ориентируются на прошлые, что говорит об отсутствии развитой функции планирования и осмысления своего, либо чужого прошлого опыта. Таким образом, действия и реакции малышей определяются непосредственными стимулами, делая их поведение сугубо ситуативным и заключенным в рамках актуального контекста.

Активность ребенка в восприятии и интерактивном общении с предметами окружающего мира выражается через его стремление осязать и исследовать все вокруг или, напротив, через отказ от контакта и избегание объекта. Предметы создают вокруг ребенка уникальное поле действия, которое Е.О. Смирнова определяет как «полевое», работающее на основе законов притяжения и отталкивания. Основой для ориентирования в действиях и поведении ребенка служит его способность предвидеть события, что обеспечивается привычной средой, стабильностью окружения и знакомыми лицами, что дарит чувство стабильности, спокойствия и безопасности. Любые изменения в привычной жизни ребенка обычно исходят от самого ребенка, который является главным архитектором своего маленького мира, при этом процесс создания и изменения пространства приносит ему истинное наслаждение.[[9]](#footnote-9)[[10]](#footnote-10)

В этом возрастном периоде, как утверждает Л.В. Мамедова, происходит формирование эмоционального мира ребенка, при этом эмоции выполняют функцию управления поведением, ввиду отсутствия у ребенка навыков умелого контроля над своими действиями, основываясь на текущих эмоциях.

Актуальные Федеральные государственные образовательные стандарты для дошкольников стремятся к реализации индивидуализированного подхода к обучению и развитию каждого ребенка, учитывая его уникальные характеристики и опираясь на возрастные специфики. Основополагающей миссией создания оптимальных условий является охрана физического и ментального здоровья малышей, что подразумевает активизацию мер по обеспечению их стабильного эмоционального благополучия. В рамках этого процесса акцентируется внимание на развернутых программах психолого-педагогического сопровождения и на образовательной интеграции родителей в вопросах развития, воспитания и ухода за здоровьем детей. Как указывает И.В. Дубровина, социализационный аспект направлен на облегчение адаптации ребенка в обществе и на укрепление его способностей к активной социальной интеграции путем усвоения соответствующих социальных ролей и формирования межличностных отношений. Эти процессы, культивирующие выбор социальной роли, служат показателем развития личностной идентичности и основываются на интересах и потребностях индивида.[[11]](#footnote-11)

В научных работах авторов В.И. Гарбузова, А.И. Захарова, Д.Н. Исаева, Е.О. Смирновой представлен подробный анализ адаптационных процессов и реакций у детей. Указанные исследователи обозначили общее представление о том, что недостаточно развитые адаптационные механизмы могут привести к сложностям в формировании личности и к возникновению дизонтогенетических сдвигов. Отсутствие психологической готовности к осуществлению активных действий под влиянием меняющихся условий может привести к процессу дезадаптации. Исследования Н.С. Ежковой и Ю.К. Киреевой показывают, что процесс адаптации в детском возрасте протекает в трех главных аспектах:[[12]](#footnote-12)

−Изучение адаптации в медико-биологических науках фокусируется на реакциях организма на изменения окружающей среды. Воздействия окружающей среды, включая температуру, влажность и давление в атмосфере, могут нарушать функциональность систем организма, ведя к ухудшению физического здоровья, развитию болезней и возникновению боли в различных органах. Адаптация служит защитной реакцией, критически важной для поддержания стабильности внутренней среды организма или гомеостаза.

−Социально-педагогическая адаптация обладает двумя ключевыми компонентами: социальным и образовательным. Социальная составляющая обеспечивает адаптацию ребенка к новой социальной среде, включая адаптацию к новому распорядку жизни и взаимодействие с непривычными взрослыми. Педагогическая составляющая фокусируется на развитии у детей умения вступать в учебный процесс и воспринимать образовательные мероприятия, направленные на их развитие и обучение. Так, педагогическая адаптация способствует формированию благоприятных условий для эффективной социализации детей в обществе.

−психологические процессы в детстве. Влияние психологии на ранние этапы развития человека включает в себя обучение социальным нормам и адаптацию к ним. Адаптация к социальной среде требует от ребенка усвоения общепринятых стандартов поведения, правил и требований, характерных для его окружения. В процессе такой адаптации важно учитывать личные качества индивида. Частью психологической адаптации является развитие навыков общения и взаимодействия с представителями социального окружения, что предполагает не только приемлемую интеграцию, но и активное участие в социальной жизни.[[13]](#footnote-13)

О.В. Позднякова рассматривает адаптацию дошкольников как активную ассимиляцию ими внешнего мира, вступление в социальные связи и умение регулировать собственные переживания для гармонизации взаимодействия личности с окружающей средой. По ее мнению, социальная адаптация выступает в роли первой фазы социализации, естественным образом интегрируясь в развитие ребенка. Этот процесс характеризуется стремлением ребенка к активному участию в социальной жизни, освоению общепринятых норм поведения, приобретению и акцептации ролей, соответствующих его возрасту и социальному статусу, а также освоению новых форм деятельности. Ребенок проявляет эмпатию и социальное взаимодействие через эмоциональные реакции. Успешное прохождение стадии адаптации отражается в способности ребенка осознавать свое место в социуме и значимость окружающего мира, отличать важность и эмоциональную насыщенность его переживаний. На данном этапе развития ребенка впервые возникает возможность переосмысления своих эмоций, а также учиться различать их по значимости и эмоциональному тону.[[14]](#footnote-14)

Описывая психофизиологические аспекты развития детей в раннем возрасте, можно выделить ускоренное формирование психомоторных и когнитивных способностей. В это время происходит интенсивное освоение сенсорных умений и становление коммуникативных навыков, быстрый рост рефлексивной активности. Стартовые значения этих функций исключительно малы, подобно уровню усвоенных умений. Кроме того, заметный физиологический прогресс, проявляющийся в увеличении основных физических параметров (веса, роста), сопровождает этот период. Этап отделения от родителей зачастую сопровождается проблемами, вызывая у детей чувство беспокойства и страха перед новым. Такие эмоциональные реакции связаны с разлукой с матерью и адаптацией к новой обстановке. Отмечается, что период адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения для многих является сложным, способным вызвать психологические травмы. Такие стрессовые события несут риск возникновения эмоционально-психологических расстройств и замедления в психофизическом развитии. По работам Е.А. Ничипорюка и Г.Д. Посевиной, адаптация детей раннего возраста проходит несколько стадий: начальный этап включает сбор информации, касающейся потребностей малышей и особенностей их психологии. В этот период происходит активное взаимодействие между родителями и педагогами, обеспечивающее подготовку к дальнейшему обучению и адаптации. Родителям предоставляется информация об учреждении, его структуре, сотрудниках и о других детях, а для воспитателей ценны сведения о семейной среде ребенка, его поведенческих особенностях. Информационный обмен осуществляется через психологическую диагностику, наблюдения за поведением детей и их взаимодействием с персоналом. Следующий этап адаптации включает диагностическую оценку, нацеленную на сравнение данных полученных в начале адаптации.[[15]](#footnote-15)

И.Н. Серова выдвигает идею классификации уровней адаптации детей, опираясь на данные из областей медицины, образования и психологии. Для оценки степени адаптации рассматриваются эмоциональное состояние ребенка, качество его взаимодействия с педагогами и сверстниками, а также частота заболеваний во время привыкания к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Процесс легкой адаптации у детей, требующий от одной до двух недель, включает в себя восстановление стабильности аппетита и регулярности сна, а также баланса эмоционального состояния. Ребенок начинает активно исследовать мир, применяя разнообразные методы обучения и часто сам инициирует процесс познания и интеграции в социальную среду. Общение с взрослыми и сверстниками становится более продуктивным и позитивным, не нарушая при этом тесной связи с членами семьи. Ребенок активно участвует в различных видах деятельности. К завершению второй и началу третьей недели наблюдается укрепление иммунитета ребенка, признаки физических нарушений отсутствуют.

Адаптация средней степени проявляется через психофизиологические нарушения у детей. Этот период адаптации, продолжающийся до 1.5 месяцев, приводит к восстановлению регулярности сна и нормализации аппетита в его конце. Ребенок испытывает эмоциональную лабильность, частый смены настроения, падение активности во время образовательных активностей и социального взаимодействия. Эмоции ребенка могут проявляться чрезмерно, включая слёзы и отстраненность, участие в игровых мероприятиях минимально, игнорирование игрушек становится заметным. Нарушения в работе автономной нервной системы и дисфункция пищеварительного тракта, в том числе разнообразные нарушения со стороны желудочно-кишечного тракта, являются характерными для средней степени адаптации. В числе причин данных нарушений часто выступают острые респираторные заболевания.

Сложный процесс адаптации вызывает особую тревогу у родителей и учителей в детских образовательных организациях. Проблемы адаптации проявляются в постоянных заболеваниях у ребенка, сменяющих друг друга без перерыва, что приводит к снижению иммунных сил организма до уровня функционального сбоя. Этот случай тяжелой адаптации отражается через психосоматические проявления, свидетельствующие о сопротивлении ребенка изменениям в привычной обстановке. Бок о бок с этим, крайняя адаптация может проявляться через девиантное поведение и невротические симптомы, варьирующие от отказа от пищи до компульсивной рвоты в случаях принудительного кормления. Засыпание затягивается, сон беспокойный, с прерываниями и слезами, не принося полноценного отдыха. В периоды бодрствования детский эмоциональный фон не повышается; ребенок кажется отстраненным и не проявляет интереса к совместной деятельности, предпочитая оставаться в стороне. Любые попытки вовлечь его в игру или диалог встречаются агрессивной реакцией, служащей для ребенка способом самозащиты.[[16]](#footnote-16)

Отсутствие мотивированного общения у ребенка препятствует его успешной социализации, как подчеркивает В.Н. Белкина. Родителям необходимо стать инициаторами коммуникации, сознательно интегрируя ребенка в общественные взаимодействия. Взрослые обязаны активно помогать детям налаживать контакты со сверстниками, тем самым закладывая фундамент для будущих взаимодействий в рамках детской социальной группы.

Во время адаптации малыш сквозь три стадии проходит: начальную, промежуточную, затем стадию восстановления.

В острой фазе наблюдается нестабильность психоэмоционального состояния ребенка. Это сопровождается снижением антропометрических измерений, таких как вес, учащением случаев заболеваний, нарушениями сна и замедлением развития речи.

Субакутный период, замедление когнитивного роста.

В фазе компенсации, характеризующейся обратной динамикой, изначально отмечается ускорение показателей роста, за которым следует их постепенное уменьшение.[[17]](#footnote-17)

Слезы и плач рассматриваются как индикаторы дезадаптации ребенка к условиям дошкольного образования (ДОО). В качестве ключевых факторов, способствующих дезадаптации в дошкольном возрасте по мнению Л.Г. Пыжьяновой, выделяют:

Увеличение уровня тревоги у ребенка. Это связано с изменениями в его окружении и модификацией ежедневного расписания.−

− Негативное восприятие дошкольного учреждения. Исходное взаимодействие ребенка с детским садом порождает отторжение: отсутствует привязанность к педагогам, сверстникам и самому пространству учреждения; психоэмоциональная неготовность. Специфика личностного развития влияет на адаптацию к регулярному пребыванию в детском саду. Ключевым элементом психоэмоциональной неподготовленности является эмоциональный дефицит, проистекающий из ограниченного контакта с матерью.

- Невозможность самостоятельно ухаживать за собой и проводить гигиенические процедуры.

- Эмоциональная перенасыщенность приводит к невозможности у ребенка четко различать свои эмоциональные состояния. Это влечет за собой умственное истощение, выражающееся через повышенную нервную возбудимость, проявляющуюся в детских капризах и нервозности.−[[18]](#footnote-18)

Исследовательская работа Н.М. Аксариной и Н.П. Жуковой, представленная И.Н. Евтушенко, выявила, что адаптационный процесс у детей является изменчивым, меняющимся в зависимости от возраста и развития умений и эмоциональных переживаний ребенка. В раннем возрасте дети сталкиваются с существенными трудностями при адаптации, поскольку еще не способны гибко корректировать свои поведенческие реакции в соответствии с изменившимися условиями. В два года адаптация происходит более гладко благодаря более зрелому состоянию центральной нервной системы и большей подвижности нервных процессов, что обеспечивает лучшую отвлекаемость детей и поддержку положительного опыта общения с воспитателями. Процесс и скорость адаптации также сильно зависят от индивидуальных особенностей нервной системы ребенка, которые можно изучать через наблюдения и опросы родителей. Активные, инициативные дети с хорошо развитыми навыками общения и игры адаптируются легче. В отличие от них, малообщительные дети с ограниченным кругом общения и проявлениями раздражительности в громкой обстановке переживают адаптацию тяжелее, что может продлиться на месяцы. Другой группе детей для успешной адаптации требуются периодические перерывы от посещения детского сада, чтобы избежать стресса. Сокращение адаптационного периода способствуют навыки самообслуживания, способность к игре и диалогу, а также умение взаимодействовать с ровесниками через «деловую» коммуникацию, включая просьбы и взаимопомощь. Развитая познавательная активность и способность к самоконтролю также оказывают значительное влияние на ускорение адаптации. Отсутствие навыков самостоятельности и интеграция в большой коллектив могут негативно сказаться на эмоциональном благополучии ребенка.

Невыполнение потребностей детей в группе со сверстниками может угрожать их благополучию, что делает взрослую поддержку критически важной. Такие дети часто сталкиваются с проблемами при адаптации к новым условиям. Ритуалы прощания при оставлении ребенка в дошкольном учреждении каждое утро значительно влияют на его способность приспосабливаться к окружающей среде. Родители играют ключевую роль в формировании адаптивного поведения ребенка, их способность общаться и стимулировать его развитие может значительно снизить эмоциональное напряжение и ускорить адаптацию. Семейная атмосфера и образ жизни также могут влиять на продолжительность периода адаптации малышей к детскому саду. Согласованность семейного распорядка с расписанием дошкольного учреждения, избегание стрессов, например, вызванных частыми визитами гостей или походами в магазины, способствует более быстрой и эффективной адаптации детей к детскому саду.

По концепции Л.А. Лебедевой и М.А. Корнилова, адаптация ребенка является неизбежным и естественным процессом. Этот процесс представляет собой интеграцию ребенка в новые социальные обстоятельства. Адаптационные возможности ребенка напрямую зависят от его индивидуальных характеристик, среди которых выделяют:

* элементы психики (черты личности, темперамент);
* индивидуальные качества (абилитивные компетенции в общении); домашней обстановке (интенсивность противоречий в быту, методики родительского контроля, степень единства среди членов семьи);
* Эффективность материального и технического оснащения, влияние окружающей развивающей среды в дошкольных учреждениях неоспоримо. Отсутствие соответствия между этой средой и физическими, психологическими возможностями ребенка может привести к трудностям в адаптации. Рост требований к образовательной составляющей в детских садах предъявляет высокие требования к психической подготовленности детей, что, при недостаточной готовности, может вызвать переутомление, эмоциональный дискомфорт, психосоматические нарушения. Эти негативные последствия затрагивают не только детей, но и их родителей, которые могут выступать против отправки их чад в дошкольное учреждение. Особенно такой процесс адаптации сложен для малышей раннего возраста, которые еще не готовы к широкому спектру социальных взаимодействий и активному расширению своего социального круга и пространства. Для детей этого возрастного периода переход к новому режиму жизни может стать причиной эмоциональной нестабильности, сопровождающейся соматическими расстройствами и невротическими проявлениями. По словам Е.О. Смирновой, ключевыми индикаторами успешного завершения адаптационного процесса являются стабилизация физического и психического состояний ребенка, его активное участие в игровой и общественной деятельности, а также налаживание доброжелательных отношений как с взрослыми, так и со сверстниками в детском коллективе.[[19]](#footnote-19)[[20]](#footnote-20)

# **Выводы по главе 1**

Адаптация есть процесс приспособления организма к изменениям в социальной среде и новым условиям жизни, что ведет к видоизменениям в поведенческих проявлениях ребенка, включая нарушения сна и изменения в аппетите. Этот процесс может привести как к благоприятным, так и к отрицательным итогам. Эксперты в области психологии и педагогики выяснили, что ключевыми элементами успешной адаптации являются внутреннее психоэмоциональное состояние, выражающееся в ощущении эмоциональной удовлетворенности, и адекватное поведение, которое подразумевает умение гибко и соответствующе отвечать на требования окружающей среды.

Эффективность психологической адаптации детей в дошкольное учреждение зависит от многообразных факторов. Влияние на адаптационный процесс оказывают возрастной аспект ребенка, характеристики социальной среды его развития, взаимодействие с образовательными работниками и одногруппниками, атмосфера в доме и уровень взаимопонимания между ребенком и родителями, а также уникальные психологические черты личности малыша и его развитие. Проблематика оптимального возраста для начала посещения детского сада занимает ключевую позицию. Согласно некоторым мнениям, раннее введение в дошкольное образование благоприятствует адаптации, так как дети младшего возраста более гибки к изменениям и поддаются воспитательному воздействию. Тем не менее, критически важно учитывать, что на этом этапе жизни закладывается фундамент отношений ребенка с окружающими, формируются первичные эмоциональные связи с родителями, потому временное отсутствие матери может негативно сказаться на психологическом благополучии и развитии личности ребенка.

В арсенале дошкольных педагогов имеется перечень критериев, способствующих прогнозированию уровня адаптационных трудностей у детей, что, в свою очередь, позволяет педагогическому коллективу планировать деятельность по психологическому сопровождению

К таким критериям относятся история развития ребенка, включая записи о перенесенных болезнях, и заметных нарушениях в развитии. Важность придается периоду до и после рождения, а также условиям социальной среды, где ребенок растет.

Оптимальный метод адаптации детей к условиям дошкольного учреждения представляют группы краткосрочного присутствия, где деятельность воспитателя и психолога совместно с присутствием матерей структурирована с целью. Этот подход предусматривает четкий порядок развития у детей психологической независимости от матери в контексте групповой интеракции.

Это этапы:

1) «Мы играет только вместе»;

2) «Мне нужно самостоятельно участвовать в игре, однако хочу, чтобы ты оставался со мной».

3)«Пойди, я чуть-чуть поиграю в одиночестве».

4) «Я чувствую себя комфортно в этом месте, готов принять прощание с тобой».

Развитие ребенка в каждом этапе определяется его уникальными чертами.

# **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

## **2.1. Организация и методики исследования**

**Цель исследования**: изучить особенности адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации, а также разработать и апробировать программу адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

Теоретическое изучение проблемы и анализ практического опыта позволил сформулировать **гипотезу исследования**, согласно которой можно предположить, что что специально разработанная программа в период адаптации детей раннего возраста будет способствовать успешной адаптации в ДОО.

В соответствии с целью и гипотезой были определены **задачи** исследования:

* Провести эмпирическое исследование особенностей адаптации детей раннего возраста и проанализировать результаты;
* Разработать модель системы по психологическому сопровождению адаптации детей раннего возраста в условиях ДОУ и проанализировать результаты их апробации.

Ди­агностика адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО осуществлялась с помощью следующих **методик исследования:**

1. «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной (М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой);
2. «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» методика А.Остроуховой;
3. Лист адаптации» Ватутина Н.Д.;
4. Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» (автор: Н.В. Соколовская).

Исследование проводилось в несколько этапов.

Во время начальной фазы – констатирующей, в фокусе стоит анализ адаптационных процессов у малышей. В рамках этого периода применялись психодиагностические тесты для оценки базового уровня адаптации детей. Этот этап также включал в себя изучение научных исследований и теорий, связанных с изучаемой проблематикой. Используемые методологии на данном этапе охватывают теоретический анализ специализированной литературы, метод наблюдения, опрос родителей через анкетирование и проведение экспериментальных заданий.

На формирующем этапе осуществляется активная педагогическая деятельность, направленная на стимулирование адаптационных стратегий у детей дошкольного возраста. Программа по психологическому сопровождению, разработанная на базе оценки адаптивных способностей, направлена на укрепление этих качеств у малышей. В этом процессе применяются специфические психологические методики, включая эксперименты и целенаправленное наблюдение, что позволяет эффективно отслеживать динамику адаптации и корректировать вмешательство в соответствии с наблюдаемыми изменениями.

В процессе мониторинга фазы контроля зафиксированы прогрессы в психологическом и поведенческом аспектах развития подрастающего поколения. Анализируются результативность проведенных интервенций и преобразования в способности ребенка адаптироваться к новым условиям. Применяются методики наблюдения (непосредственного и опосредованного), проведение исследовательских проектов, опросы воспитателей и родителей. Основная задача начального этапа оценки заключается в идентификации степени адаптированности дошкольников к условиям детского сада.

В работе были использованы методики:

− «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной, М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой;

* «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» методика А.Остроуховой;
* Лист адаптации» Ватутина Н.Д.;
* Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» (автор: Н.В. Соколовская).

Охарактеризуем вышеобозначенные методики.

«Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной (М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой)

Целью является анализ степени готовности детей адаптироваться к среде дошкольного образования. В качестве инструмента используется запись наблюдений. Этот метод предназначен для изучения детей в возрасте от 1,5 до 7 лет при их интеграции в систему ДОУ. Процесс оценки не требует применения дополнительных инструментов или оборудования и занимает всего около 5 минут, с возможностью периодического повторения через интервалы от 15 до 35 дней.

Опросник "Готовность ребенка к детскому саду" разработан Н.В. Соколовской целями выявления степени адаптации ребенка к условиям предшкольного учреждения с учетом мнения родителей. Ключевой инструмент: анкета с пунктами опроса. Данный инструмент предназначен для детей в возрасте от 1.5 до 7 лет, подавляющих заявление в ДОУ. Метод предусматривает наблюдение за поведением ребенка без использования дополнительного оборудования, длится около 5 минут и может быть эффективно повторено после короткого периода (15-35 дней). В процессе заполнения анкеты, состоящей из 17 вопросов, родители оценивают обычные поведенческие реакции своего чада на различные жизненные обстоятельства.

**База и выборка исследования**: МБДОУ «Детский сад комбинированного вида» № 216. В исследовании приняли участие 20 детей раннего дошкольного возраста в период адаптации МБДОУ «Детский сад комбинированного вида» № 216.

## **2.2. Анализ результатов исследования**

Анализ результатов исследования методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной, М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой был нами отпряжён графически в виде диаграмм на рисунках 1-5 ниже по тексту работы. Результаты по шкале общего эмоционального фона поведения детей раннего возраста на этапе адаптации на констатирующем этапе эксперимента отражены на рисунке 1.

**Рисунок 1. Уровень адаптированности по шкале общего эмоционального фона поведения**

Результаты познавательной и игровой деятельности детей раннего возраста на констатирующем этапе эксперимента отражены на рисунке 2.

**Рисунок 2. Уровень адаптированности по шкале познавательной и игровой деятельности**

Результаты взаимодействия с взрослыми детей раннего возраста на констатирующем этапе эксперимента отражены на рисунке 3.

**Рисунок 3. Уровень адаптированности по шкале взаимоотношения со взрослыми**

Результаты взаимоотношений с детьми раннего возраста на констатирующем этапе эксперимента отражены на рисунке 4.

**Рисунок 4. Уровень адаптированности по шкале взаимоотношения с детьми**

реакции на изменение привычной обстановки детей раннего возраста на констатирующем этапе эксперимента отражены на рисунке 5.

**Рисунок 5. Уровень адаптированности по шкале реакции на изменение привычной обстановки**

Сводные результаты уровня адаптированности детей раннего дошкольного возраста к дошкольному учреждению отражены на рисунке 6.

**Рисунок 6. Распределение показателей общего уровня адаптированности к ДОУ у детей раннего возраста**

35% детей демонстрируют повышенную способность к адаптации. У этих детей чаще наблюдается положительное или стабильно-спокойное настроение. Они охотно взаимодействуют с окружающими людьми, сверстниками и объектами, эффективно приспосабливаются к изменениям, таким как встреча с неизвестными людьми, переход в другое помещение или знакомство с новой группой детей.

40% детей находятся на среднем уровне адаптации. Их эмоциональный фон характеризуется непостоянством: любой новый стимул может вызвать обострение негативных эмоций. Но при наличии эмоциональной опоры со стороны взрослых, такие дети демонстрируют улучшение когнитивных функций и активность в поведении, что способствует более легкой адаптации к изменениям в окружающей среде.

Примерно четверть исследуемых демонстрирует низкий уровень приспособляемости к новым условиям. У таких детей часто наблюдаются реакции агрессии и разрушительного поведения как способы реагирования на стрессовые ситуации, включая физическое выражение недовольства и агрессии, а также высокую эмоциональную реактивность, проявляемую через крики и слёзы. В других случаях, наблюдается значительное снижение активности и инициативы, при этом отмечаются пассивность и отсутствие стремления к самозащите, что может проявляться в минимальной моторике, тихом плаче, отказе от активных действий и подчинении без сопротивления, что указывает на внутреннее напряжение и подавленность.

Из результатов эксперимента следует, что подавляющее большинство участников обладают необходимыми компетенциями для посещения дошкольных образовательных учреждений, включая самообслуживание, умение взаимодействовать с окружающими и адаптироваться к новым обстоятельствам без значительных затруднений.

Анализ результатов исследования результатов исследования по методике «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» методика А.Остроуховой позволил сделать следующие выводы

**Рисунок 7. Результаты исследования по методике «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» А.Остроуховой в %**

6(30%) детей – легкий уровень адаптации

6(30%) детей – средний уровень адаптации

7 (35%) детей – осложненный уровень адаптации

1 (5%)детей – уровень дезадаптации

Анализ результатов обследования по методике «Лист адаптации» Ватутина Н.Д. позволил сделать следующие выводы:

**Рисунок 8. Результаты исследования по методике**

**Лист адаптации» Ватутина Н.Д. в %**

5(25 %) детей – легкая адаптация; 6(30%) детей – адаптация средней тяжести; 12 (60%) - тяжелая адаптация

Результаты анкетирования родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» (автор: Н.В. Соколовская) представлены в приложении 5

По результатам проведенного анализа, были определены уровни готовности ребенка к пребыванию в ДОО, которые представлены в таблице 1.

**Таблица 1**

**Сводный уровень готовности детей раннего возраста к пребыванию в условиях дошкольном учреждении**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Уровень готовности** | **Количество баллов** | **Результат (%)** |
| низкий уровень (не готов) | от 16 до 23 баллов | 25 % |
| средний уровень (готов) | от 24 до 39 баллов | 45% |
| высокий уровень (готов) | от 40 до 55 баллов | 30% |

Результаты, приведенные в таблице 2, мы изобразили в виде диаграммы и представили на рисунке 9.

**Рисунок 9. Результаты анкетирования родителей о готовности ребенка к ДОУ**

Анализ результатов анкетирования родителей о готовности ребенка к посещению ДОУ выявлено, что у 30% детей раннего возраста - высокий уровень готовности, у 45 % - средний уровень готовности, у 25% детей раннего возраста выявлен низкий уровень готовности к посещению ДОУ.

# **Выводы по главе 2**

Из анализа обобщенных данных таблиц и графиков следует, что примерно четверть детей не соответствуют требованиям для адаптации в дошкольных образовательных учреждениях. Эти дети проявляют ряд специфических поведенческих характеристик, среди которых: обычно наблюдается депрессивное и неустойчивое настроение, затруднения с засыпанием без внешней помощи такой, как укачивание или колыбельные песни, разрывистый и беспокойный сон, дневной сон длится всего около часа. В плане питания их поведение капризное, с переменчивым и слабым аппетитом. Они не овладели гигиеническими навыками, испытывают трудности в контроле физиологических процессов, не могут самостоятельно пользоваться туалетом, бывают случаи недержания. Их заинтересованность в игре и познавательной деятельности минимальна, они не проявляют интереса к игрушкам и занятиям, часто играют в одиночку, и главным инициатором игры является взрослый. В общении с взрослыми и сверстниками они часто избегают контакта, взаимодействие с окружающими им дается с трудом. В семейной среде дети очень привязаны к родителям, у них тяжело проходит разлука с близкими, часто один взрослый становится для них особенно значимым.

Подавляющее число детей демонстрирует умеренную степень адаптации примерно на уровне 45 %. Эти дети часто сталкиваются с трудностями при засыпании, порой засыпая самостоятельно без внешнего вмешательства, и обычно спят днем около 2-3 часов. В их отношении к питанию наблюдается избирательность, проявляющаяся в скудном аппетите и предпочтении определенных продуктов, при этом они уже умеют обращаться со столовыми приборами. Основные гигиенические умения у них уже сформированы, дети знакомы с использованием горшка и могут самостоятельно его просить, хотя иногда происходят небольшие несчастные случаи. В игровой и познавательной активности дети проявляют интерес, увлекаясь игрушками и иногда пытаясь включиться в деятельность взрослых, предпочитая играть как самостоятельно, так и в компании других детей или взрослых. Во взаимодействии с окружающими их поведение может варьироваться, они склонны выбирать, с кем общаться, в зависимости от обстоятельств, но при этом легко забывают о разлуке и не тяготеют от нее, сохраняя при этом прочную эмоциональную связь.

Дети, которые находятся на высоком уровне подготовленности к посещению дошкольного образовательного учреждения, демонстрируют ряд положительных характеристик. Они обладают стабильным эмоциональным состоянием и выражают оптимизм и уравновешенность в настроении. Качество сна у таких детей высокое: они спят без перебоев в течение трех часов, легко засыпают и не нуждаются в дополнительных методах для усыпления. В вопросах питания эти дети проявляют неприхотливость, отличается хорошим аппетитом и готовностью пробовать разнообразные блюда. Имеют развитые гигиенические привычки, в том числе умение пользоваться горшком самостоятельно и осведомленность о нем. Проявляют активный интерес к игровым и познавательным активностям, в том числе игре с игрушками и взаимодействию с предметами. Они способны инициировать игровые действия, обладают самостоятельностью в игре и проявляют любопытство к действиям взрослых, легко налаживая социальные контакты. Без проблем общаются и играют с одногруппниками, при этом сохраняя привязанность к родителям, но могут оставаться без них с другими взрослыми, чувствуя себя комфортно. Таким образом возникает необходимость в реализации программы по формированию благоприятных психологических условий адаптации детей раннего возраста

# **ГЛАВА 3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

## **3.1.** **Реализация системы педагогических условий, направленных на адаптацию детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации**

В ходе формирующего этапа экспериментального исследования была создана программа психологического сопровождения периода адаптации для формирования благоприятных психологических условий адаптации детей раннего возраста. Данная программа предусматривает интенсивное применение занятий в течение месяца. Занятия организуются 5 дней в неделю по 30 минут, разбиваясь на три десятиминутных сессии.

Программа направлена на выполнение всесторонних мероприятий для гарантирования благоприятной адаптации детей к среде дошкольного учреждения.

Задачи программы:

− создание методических указаний для педагогов по адаптации детей в дошкольных учреждениях;

− реализация мероприятий с детьми на начальном этапе развития, направленных на уменьшение психоэмоционального дискомфорта в процессе привыкания к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Организационная структура деятельности включает проведение коллективных и персональных сессий с детьми, создание информационных листов для родителей, организацию семинара для педагогов по вопросам взаимодействия с детьми, реализацию образовательных лекций для родителей, а также выполнение практических мастер-классов. Структура образовательного процесса разделена на три сегмента, соответствующих требованиям и особенностям обучающихся в рамках образовательного контекста, задействованных в программе.

Блок 1. На начальном этапе, протекающем на протяжении 20 утренних сессий в детском дошкольном учреждении, активности длительностью в 10 минут фокусируются на предложении детям игр с эмоциональным содержанием.

В период адаптации детей в возрасте от двух до трех лет к новому социальному окружению или образовательной среде, особое внимание уделяется организации игровой деятельности. Эти игры нацелены на смягчение перехода, уменьшение стресса от разлуки с семьей, и стимулирование позитивного взаимодействия с ровесниками и взрослыми в новой обстановке. Такие игры учитывают возрастные особенности детей и направлены на развитие коммуникативных навыков, умения взаимодействовать в коллективе, а также на поддержание интереса и мотивации к обучению и развитию в новой для них среде. В таблице 2 представлен тематический план игр. Описание игр представлено в приложении 1.

**Таблица 2.**

**Тематический план программы по формированию благоприятных психологических условий адаптации детей раннего возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| № п\п | Игры. используемые на занятии |
| Занятие № 1 - 3 | Иди ко мне  Пришел Петрушка  Выдувание мыльных пузырей  Хоровод  Покружимся |
| Занятие № 4-6 | Прячем мишку  Солнышко и дождик  Поезд  Хоровод с куклой  Догонялки |
| Занятие № 7 - 9 | Солнечные зайчики  Игра с собачкой  Делаем коллаж |
| Занятие № 10 - 12 | Ловись рыбка  Кто в кулачке?  Игра с кистями рук  Покатаемся на лошадке |
| Занятие № 13 - 15 | Развлечение с лупой  Обход вдоль контуров разнообразных форм  Вместе с мишкой  Чертим разные фигуры  Игра с куклой |
| Занятие № 15 - 16 | Соберем игрушку  Передай колокольчик  Позвони  Зайка |
| Занятие № 17 - 18 | Мяч в кругу  Все дальше и выше  Бегом к дереву |
| Занятие № 19 - 20 | «Огуречик-огуречик  Мы топаем ногами  Хоровод |

Целью игровой деятельности в данный период является развитие эмоционального взаимодействия и укрепление доверительных отношений между детьми и педагогом.

Приведем для примера несколько игр. «Иди ко мне»

Динамика игры. Взрослый создает дистанцию от малыша, зазывая его, используя нежные обращения: «Иди ко мне, дорогой!». Приближение ребенка вознаграждается объятиями с ласковыми словами: «О, как мне радостен твой приход, милый Коля!». Этот процесс повторяется вновь.

«Пришел петрушка»

Процесс игры. Педагог представляет детям куклу Петрушку, внимательно изучая её вместе с ними. Петрушка издает звуки погремушкой, затем передает каждому ребенку свою погремушку. Ребята синхронно с Петрушкой трясут погремушками, испытывая радость.

«Выдувание мыльных пузырей»

Игровой процесс. Педагог во время прогулки создает мыльные пузыри, экспериментируя с техникой их создания при помощи плавных движений трубочкой вместо традиционного дыхания через нее. Осуществляет подсчет количества пузырей, которые могут оставаться на инструменте одновременно. Стремится поймать выпущенные пузыри до того, как они коснутся земли. Инцидент с наступлением на пузырь служит поводом для дискуссии с детьми о его исчезновении. В конце проводит мастер-класс для детей по технике создания мыльных пузырей.

Активация мышечных групп в области рта является важным фактором для развития речевых навыков.

«Хоровод»

Ходовая игра. Воспитатель за руки ведёт ребёнка, обходя территорию, при этом напевает: Вокруг розовых кустарников, до такой степени мы покружились,

Меж цветами и зеленью, на земле раскинувшейся, водим веселый круговорот. Бац

При изречении конечных слов оба «сваливаются» на землю.

Игровое задание: Среди розовых цветников,

В оазисе зеленых трав и ярких цветов, Мы водим веселый хоровод. По завершении нашего круга, Сразу же скачем вместе, восклицая: "Гей!"

Взрелый человек и малыш радостно прыгают в унисон.

«Покружимся»

Субстанция. Две плюшевые игрушки в форме медведей.

Процесс игры. Педагог берет плюшевого медведя, обнимает его и начинает вращаться. Затем передает еще одного медведя ребенку, предлагая повторить движения, обнимая игрушку.

Затем взрослый читает стихотворение и выполняет действия, соответствующие его содержанию. Ребенок копирует эти движения.

Я верчусь, верчусь, верчусь, Затем же приостановлюсь.

Ястребиным взором мир огляжу, Совиным взглядом мрак пронзю,

Я вращаюсь, вращаюсь, вращаюсь, И на землю упаду!

«ПРЯЧЕМ МИШКУ»

Процесс игры начинается с того, что воспитатель скрывает заранее знакомую ребёнку игрушку значительных размеров, например, плюшевого медведя, оставляя его частично видимым. Задают вопрос: «Где мишка?», и совместно с ребёнком приступают к его поиску. По нахождении игрушки ребёнком, взрослый устраивает её в новом месте так, чтобы её обнаружение стало ещё более непростой задачей. Продолжая игру, теперь уже воспитатель маскируется сам, издавая звуки «ку-ку!», облегчающие его поиски ребёнком. Обнаружив воспитателя, ребёнок стимулируется бежать и скрываться, а затем роли меняются - ребёнок прячется, давая возможность взрослому его поискать.

«Солнышко и дождик»

Игровой процесс. Малыши опускаются в присед на корточки за стульями, которые выставлены на определенном отдалении от границы игрового поля или стенки помещения, направляя взгляд в

«Смотрим в окно» (глядим сквозь прорезь в задней части стула). Педагог объявляет: «Солнце высоко! Пора на прогулку». Малыши разбегаются по игровой зоне. Команде следуют:

«Идет дождь! Пора домой!» - они спешат на свои места и садятся за столами. Игра вновь начинается.

Поезд»

Процесс игры. Педагог предлагает детям участвовать в ролевой игре "железной дороги", где он сам выступает в роли локомотива, а дети - в роли вагонов. Участники игры выстраиваются в ряд, каждый держится за плечи или одежду предыдущего участника. Командой "В путь!" от взрослого, начинается движение всей "составляющей", сопровождающееся характерными звуками "Чу-чу-чу". Педагог направляет "поезд" то в одну сторону, то в другую, меняет скорость движения от быстрой к медленной, последовательно останавливаясь и заявляя:

«Остановка».

«Мы достигли поляны. Предлагаю осмотреться и изучить местную флору. Поощрим органы обоняния ароматами растений…»

После короткой остановки, поезд возобновляет свое движение.

Это развлечение эффективно помогает освоить ключевые аспекты локомоции: пробежки и переходы шагом.

«Хоровод с куклой»

(проводится с 2-3 участниками) Используется кукла среднего размера.

Порядок проведения игры. Педагог представляет детям только что приобретенную игрушку, которая приветливо обращается к малышам, нежно касаясь их верхушек голов ласковым жестом. Затем, взрослый координатор игры приглашает детей посменно вступить в физический контакт с игрушкой, взяв её за ручку. Игрушка в свою очередь предлагает коллективное танцевальное развлечение. Педагог организует детей в круг, сам берет игрушку за руку, другую руку игрушки передает одному из участников, и вся группа начинает выполнять движения в разные стороны, сопровождая действия лёгкой и знакомой всем детской песенкой, выбрав, к примеру, легкомысленные ноты произведения Марии Красевой «Веселая дудочка».

Опция: мероприятие организуется с использованием плюшевого медведя.

«Догонялки»

(осуществляется с 2-3 детьми)

Игровой процесс. Персонаж, популярный среди детей из активной забавы «Хоровод с куклой», выражает желание устроить игру в преследование. Педагог стимулирует ребят избегать встречи с куклой, использовать укрытие за ширмой, в то время как кукла производит поиски, в конечном итоге находит детей, проявляет радость от встречи, обнимая их.

«Вот мои ребятки».

Опция: действие разворачивается вокруг медведя.

«Солнечные зайчики»

Материал. Маленькое зеркальце.

В процессе игры, педагог использует зеркало, чтобы создать световые отблески, именуемые солнечными зайчиками, сопровождая это действие словами: "Солнечные зайчики".

Проектируются на вертикальной поверхности. Привлеките их движением пальца, Чтобы они направились к вам!

На команду "Лови зайчика!" участники стараются поймать его. Эту забаву разрешается провести 2-3 крат.

«Игра с собачкой»

Материал. Игрушечная собачка.

Динамика игрового процесса. Педагог удерживает игрушечную собаку, изображая ее лай, и интересуется: Кто это?

Этот щенок пришел к нам в гости. Я помещаю собаку на пол. Пожалуйста, дай лапу Пете!

Затем подходит к малышу с питомцем, чьё имя уже было упомянуто, предложив взаимодействие: погладить за лапку, подкормить. Принесена тарелка с невидимым кормом, и собачка

«употребляет бульон», «выдает звуки гавканья», изрекает юному особе «благодарю!»

В процессе повторения игрового занятия педагог обращается, называя имя другого участника.

«Делаем коллаж»

Материалы. Цветные бумажные обрезки, открытки с поздравлениями, веревки, фрагменты пенополистирола, нити пряжи и прочее.

Процесс игры. Педагог разворачивает перед детьми на столе пространственную основу - большой лист бумаги или картон. Используя кисть, наносит клей на одну сторону элемента декора, например пенопласта или открытки, и предлагает детям прикрепить его к подготовленному листу. Детям предоставляется свобода в выборе материалов для коллажа. Наблюдение за действиями взрослого позволяет ребенку освоить технику нанесения клея. Готовое произведение искусства может быть выставлено в доступном для просмотра месте, став предметом общего восхищения.

Игровая активность способствует стимуляции креативных способностей.

«Ловись рыбка»

Материалы включают коробку из картона, металлические крепления (известные как «рыбки»), магнит, древко и нить (для создания удочки).

Процедура игры. В короб из картона кладут несколько крышек из металла, отличающиеся по цвету для добавления разнообразия. Краю веревки или ленты прикрепляют деревянную палочку, а противоположный конец оснащают магнитным блоком. Педагог демонстрирует ребенку технику ловли металлических "рыбок" из коробки, используя притяжение магнита. При наличии разноцветных пробок можно усложнить задание, попросив выловить пробки конкретного оттенка. По завершении процесса ловли, взрослый пересчитывает "улов", подчеркивая результаты малыша, после чего игру возобновляют.

Игровая активность способствует улучшению координации движений.

Для детей, демонстрирующих признаки застенчивости и склонных к чувству неуверенности в групповой обстановке, особенно важен тщательный и учитывающий их потребности подход. Улучшить их психологическое состояние и вызвать положительные эмоции можно с помощью игр на развитие мелкой моторики, так называемых «пальчиковых» игр. Эти занятия, помимо их развлекательного эффекта, способствуют улучшению моторики, точности и координации движений.

«Кто в кулачке»

Процесс игры начинается с того, что воспитатель демонстрирует открытые ладони, активно двигая пальцами. Далее он осуществляет замыкание пальцев в кулак так, что большие пальцы оказываются спрятанными внутри. Это действие воспитатель показывает детям неоднократно, после чего предлагает им самостоятельно выполнить упражнение. В некоторых случаях может потребоваться ассистирование с целью корректного размещения большого пальца внутри кулака.

Декламирует стихотворение, одновременно со своим малышом выполняя соответствующие жесты. Кто пробрался в мой кулак?

Может ли это быть скрытый сверчок? (Сомкнуть пальцы в кулак). Давай, покажи себя!

Это указательный палец? Ой-ой-ой! (Протянуть вперед указательный палец.)

«Игра с кистями рук»

Процесс игры. (Сопровождая действия указаниями, педагог мотивирует малыша к имитации движений.) Взрослый понижает руки, виляя пальцами, что символизирует «лейки дождя». Он формирует из пальцев обеих рук кольца, принося их к глазам, создавая эффект использования бинокля. Затем взрослый, имитируя действия кисти, описывает круги на щеках ребенка, проводит линию по его носу сверху вниз и маркирует точку на подбородке.

Используя технику ритмической перкуссии, воспитатель ударяет кулаком по кулаку, затем ладонями друг о друга. Эти действия, чередуясь, формируют уникальную последовательность ритмов, например: два удара кулаком, один хлопок, или один удар кулаком за которым следуют два хлопка.

Эти игры не только подтвердят поддержку неуверенных и подарят радость грустящим, но также успокоят чрезмерно активных, перенаправят фокус внимания и способствуют расслаблению злых, агрессивных детей.

«Покатаемся на лошадке»

Оборудование. Конь-качалка (в случае его отсутствия, ребенка можно усадить на колени).

Процесс игры. Педагог усаживает малыша на качающегося коня и произносит:

«Маша катается верхом, шепчет: «нно-нно». Ребенок слабым голосом эхом: «Нно-нно». Опекун предлагает: «Для скорости лошади весело велите: «Нно-нно, быстрей, конь!» (Усиливает качание.) Чадо в унисон с наставником, потом само произносит. Взрослый стремится к тому, чтобы малыш растягивал «н», а фразу говорил громко и отчетливо.

Этот вид деятельности способствует стимуляции вербальной активности.

«Подуйте на что-то или для какой-то цели»

Проведение игры. Педагог использует тонкую соломинку, направляя поток воздуха в небольшой шарик, чтобы тот летал по пространству комнаты. Осуществляет продувание по всем пальцам руки, после чего переходит к детализированному действию - воздействует на каждый палец поочередно. Убирает с ладони ребенка легкий листок с помощью потока воздуха. Продувает растения, будь то нежный цветок или лист травы.

Малыш имитирует поступки родителя.

«Выдохни на шар, задуй воздушную винтовку, испусти воздух в рожок»

Субстанция: Гелиевый шар, пропеллер, вафельный конус.

Процесс игры начинается с того, что на уровне глаз ребенка размещают воздушный шар и пищалку, задача которых - достичь максимального подъема в воздухе, после чего предлагается малышу воспроизвести увиденное. Далее, взрослый создает поток воздуха, направленный на вращающуюся игрушку, запуская ее в движение, а также производит звук, используя пищалку, чему ребенок старается подражать. Данная игровая активность направлена на стимуляцию и улучшение функционирования органов артикуляции

Воспитатель должен стать для ребенка образцом доброты и надежной опорой, подобно матери, а также являться захватывающим собеседником в игровой деятельности. Эмоциональное взаимодействие развивается через взаимные действия, пронизанные вниманием и теплом к каждому ребенку.

Начальные игровые активности следует организовывать так, чтобы каждый участник ощущал равное внимание и включенность. Ведущим и инициатором таких занятий всегда является взрослый. При подборе игр учитываются способности и предпочтения детей, а также условия и обстановка, в которой они проводятся.

В возрасте 2-3 лет взрослые становятся ключевыми персонажами и объектами пристального наблюдения для детей, поэтому действия взрослых вызывают их повышенный интерес. Когда дети не настроены на активные игры, эффективным вариантом становится чтение сказок или участие в тихих игровых активностях. В значительной мере способствуют адаптации игры, направленные на развитие навыков для выполнения ежедневных задач, формирующие ответственное поведение

Эта фаза занимает семь дней и проходит утром, длятся она 10 минут. Основной её целью является культивирование чувственности и минимизация стресса.

Третья фаза осуществляется на протяжении недели в утренние часы, занимая 10 минут каждый день. Она фокусируется на стимулировании когнитивных процессов в развитии детей предшкольного возраста.

Блок 2: Взаимодействие с родителями. Этот компонент задуман для обеспечения родителей всей необходимой информацией касательно процесса адаптации их детей к условиям детского сада. Занятия проводятся дважды в неделю по полчаса в течение одного месяца. Данный блок синхронизируется с Блоком 1, целью которого является облегчение процесса адаптации для детей через более легкие и доступные методики.

Блок 3. Профилактическая программа ориентирована на интеграцию педагогического персонала ДОУ. Регулярные заседания проходят еженедельно на протяжении месяца. Этот сегмент включает в себя методику круглого стола для обсуждения «Психологических и педагогических аспектов адаптации малышей к условиям детского сада», организацию мастер-классов по стратегиям перенаправления внимания детей, создание методических листов и разработку презентаций для размещения на информационных доска

## **3.2. Анализ результатов контрольного эксперимента**

На контрольном этапе эксперимента нами была проведена повторная диагностика по вопросу адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада.

На контрольном этапе эксперимента были использованы те же методики, что и на констатирующем этапе.

Показатели общего эмоционального фона поведения детей раннего возраста на этапе адаптации после проведения формирующего этапа эксперимента отражены на рисунке 10.

**Рисунок 10. Сравнительные результаты адаптированности по шкале общего эмоционального фона поведения на констатирующем и контрольном**

**этапах эксперимента в %**

Сравнительные результаты адаптированности по шкале познавательной и игровой деятельности детей раннего возраста на констатирующем и контрольном этапах эксперимента отражены на рисунке 11.

**Рисунок 11. Сравнительные результаты уровеня адаптированности по шкале познавательной и игровой деятельности на констатирующем и контрольном**

**этапах эксперимента в %**

Сравнительные результаты уровня адаптированности по шкале взаимодействия с взрослыми детей раннего возраста на констатирующем и контрольном этапах эксперимента отражены на рисунке 12.

**Рисунок 12. Сравнительные результаты уровня адаптированности по шкале взаимоотношения со взрослыми на констатирующем и контрольном**

**этапах эксперимента в**

Сравнительные результаты уровня адаптированности по шкале взаимоотношений с детьми раннего возраста на констатирующем и контрольном этапах эксперимента отражены на рисунке 13.

**Рисунок 13. Сравнительные результаты уровня адаптированности по шкале взаимоотношения с детьми на констатирующем и контрольном**

**этапах эксперимента**

Сравнительные результаты уровня адаптированности по шкале реакции на изменение привычной обстановки детей раннего возраста на констатирующем и контрольном этапах этапе эксперимента отражены на рисунке 13.

**Рисунок 13. Сравнительные результаты уровня адаптированности по шкале реакции на изменение привычной обстановки на констатирующем и контрольном**

**этапах эксперимента в %**

Сравнительные результаты уровня адаптированности детей раннего дошкольного возраста к дошкольному учреждению на констатирующем и контрольном этапах эксперимента отражены на рисунке 14.

**Рисунок 14. Сравнительные результаты уровня общего уровня адаптированности к ДОУ у детей раннего возраста на констатирующем и контрольном этапах эксперимента**

Из зафиксированных наблюдений вытекают определенные заключения: значительная часть, а именно 60%, участвовавших в исследовании проявили значительные адаптационные способности. Преимущественно, у них наблюдается эмоциональная стабильность и спокойствие. Эти дети проявляют активность в общении не только с взрослыми но и со сверстниками, а также с объектами вокруг них, показывая при этом ускоренную способность адаптироваться к новым обстоятельствам, включая незнакомую социальную среду и физическое пространство.

Из группы эксперимента, примерно 40% детей продемонстрировали среднее уровень приспособляемости. Эти дети испытывали эмоциональную нестабильность, при этом новые стрессоры часто вызывали у них вспышки негативных эмоций. Однако, когда их эмоциональное состояние подкрепляется взрослыми, такие дети демонстрируют увеличение когнитивной и поведенческой активности, что облегчает их адаптацию к изменениям в их окружении.

Изучение результатов оценки степени адаптации детей к условиям дошкольного обучения позволяет заключить, что внедренная программа оказалась эффективной и способствует повышению уровня адаптации детей раннего возраста.

Сравнительные результаты исследования по методике «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» методика А.Остроуховой на констатирующем и контрольном этапах эксперимента отражены на рисунке 15

**Рисунок 15. Сравнительные результаты исследования по методике «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» А.Остроуховой на констатирующем и контрольном этапах эксперимента в %**

На контрольном этапе эксперимента детей с признаками дезадаптации не выявлено. На 30% возросло количество детей со средним уровнем адаптации.

Сравнительные результаты исследования по методике Сравнительные результаты исследования по методике «Лист адаптации» Ватутина Н.Д. отражены на рисунке 16:

**Рисунок 16. . Сравнительные результаты исследования по методике Лист адаптации» Ватутина Н.Д. на констатирующем и контрольном этапах эксперимента в %**

На контрольном этапе эксперимента на 50% снизилось количество детей спризнаками тяжелой адаптации

В результате повторного анкетирования родителей с использованием анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» (автор: Н.В. Соколовская), были получены результаты, которые представлены в таблице 3.

**Таблица 3**

**Сравнительный анализ уровня готовности детей раннего возраста к пребыванию в условиях ДОУ на констатирующем и контрольном этапах эксперимента**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Уровень готовности** | **Количество баллов** | **Результат (%)** | |
| **констатирующий**  **этап** | **контрольный этап** |
| низкий уровень  (не готов) | от 16 до 23  баллов | 25 % | 0% |
| средний уровень  (готов) | от 24 до 39  баллов | 45 % | 60% |
| высокий уровень  (готов) | от 40 до 55  баллов | 30 % | 40% |

После выполнения контрольного исследования обнаружено, что показатель детей, испытывающих трудности с адаптацией, снизился до нуля. В то же время уровень детей, демонстрирующих умеренную адаптацию, остался неизменным, а процент детей, обладающих высокой адаптивностью, увеличился на 80%.

После реализации контрольного этапа эксперимента обнаружилась определённая тенденция адаптации среди детей к условиям дошкольного образовательного учреждения, основываясь на данных анкетирования, проведённого среди родителей: доля детей, испытывающих трудности в адаптации, сократилась до нуля; процент детей, чья степень адаптации оценивается как средняя, возрос на 29%; а процент детей, успешно адаптировавшихся к новым условиям, увеличился на 50%.

После выполнения контрольного этапа исследования наблюдалось значительное увеличение числа детей, демонстрирующих высокую степень адаптации к условиям дошкольного учреждения, в сравнении с исходным этапом.

# **Выводы по главе 3**

На формирующем этапе была реализована программа по формированию благоприятных психологических условий адаптации детей раннего возраста, которая включала в себя 3 блока.

Блок 1. На начальном этапе, протекающем на протяжении 20 утренних сессий в детском дошкольном учреждении, активности длительностью в 10 минут фокусируются на предложении детям игр с эмоциональным содержанием.

Блок 2: Взаимодействие с родителями. Этот компонент задуман для обеспечения родителей всей необходимой информацией касательно процесса адаптации их детей к условиям детского сада.

Блок 3. Профилактическая программа ориентирована на интеграцию педагогического персонала ДОУ.

Таким образом, в процессе реализации программы, целью которой было осуществление комплексной работы по обеспечению успешной адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада были реализованы следующие задачи: проведена работа по психологическому просвещению родителей по организации работы с детьми с целью обеспечения адаптации к ДОУ; разработаны рекомендации для воспитателей по работе с детьми в период адаптации детей к ДОУ; проведена работа с детьми раннего возраста, по снижению эмоционального напряжения детей в период адаптации к ДОУ

На контрольном этапе было проведено повторное диагностическое исследование. После выполнения контрольного этапа исследования наблюдалось значительное увеличение числа детей, демонстрирующих высокую степень адаптации к условиям дошкольного учреждения, в сравнении с констатирующим этапом эксперимента.

# 

# **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Ключевым противоречием в развитии детей младшего возраста является несоответствие между доступными технологиями и педагогическими методами, предназначенными для дошкольников, и их реальными потребностями и возможностями. Это требует разработки и внедрения адаптированных психолого-педагогических программ, направленных на облегчение процесса адаптации детей к условиям дошкольного учреждения и на эффективное вовлечение их в социализирующую среду и коллективную жизнь дошкольного учреждения.

Применяя исследовательские методы, разработанные А.С. Роньжиной (в сотрудничестве с М.В. Корепановой и Е.В. Харламповой) «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» и анкету для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?», созданную Н.В. Соколовской, определили основные критерии адаптации детей в возрасте от двух до трёх лет к условиям дошкольных учреждений. В ходе анализа выявленных адаптационных критериев был подобран соответствующий диагностический инструментарий, после чего успешно проведен констатирующий этап исследовательского эксперимента.

В процессе исследования на начальном этапе было проведено изучение степени адаптации детей возрастной категории 2-3 года к условиям детского сада. Основываясь на данных диагностики, обнаружено, что слабая адаптация к жизни в дошкольном учреждении наблюдалась у 35% малышей, умеренная адаптация - у 40% детей данной возрастной группы, тогда как полностью адаптировавшиеся к режиму и правилам детского сада составили 25% из общего числа изучаемых детей раннего дошкольного возраста.

На основании анкетирования, проведенного среди родителей, возможно заключить, что четверть детей на начальном этапе дошкольного образования пока еще не адаптирована к требованиям и ритму жизни в дошкольных образовательных учреждениях. В то время как подавляющее большинство, 45%, демонстрирует уровень подготовки, которого вполне достаточно для успешной интеграции в данный социальный и образовательный контекст, оставшаяся треть малышей, по мнению их родителей, выделяется высокой степенью готовности к детскому саду.

Применение разработанных методик психологической поддержки для улучшения адаптивных процессов у детей 2-3 лет при вхождении в систему дошкольного образования проходило в рамках формирующего этапа экспериментального исследования. Экспериментальный этап включал комплекс мероприятий: проведение коррекционных и развивающих занятий с детьми, разработку и реализацию программ взаимодействия с родителями, а также профилактику и поддержку воспитателей с целью оптимизации их вклада в адаптацию детей к условиям дошкольного учреждения.

После выполнения контрольного исследования наблюдалось значительное увеличение числа детей, демонстрирующих высокую степень приспособляемости к условиям дошкольного образовательного учреждения по сравнению с начальным этапом измерений.

Разработанная нами система работы по психологическому сопровождению периода адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению являются эффективным. Задачи исследования реализованы, гипотеза доказана, цель достигнута

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / сост. Н. В. Соколовская. - Волгоград: Учитель, 2008. - 188 с.
2. Ажиев А. В. К вопросу о психолого-педагогическом аспекте проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО / А. В. Ажиев, З. И. Гадаборшева // МНКО. 2018. №3 (70). С. 375-376. - Текст: непосредственный.
3. Андреева Г. М. Социальная психология: учебник / Г. М. Андреева. М., 2018. - 360 с.
4. Белкина В. Н. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ / В. Н. Белкина, Л. В. Белкина. - Воронеж: Учитель, 2006.- 236 с.
5. Бодров В. А. Психологические механизмы адаптации человека / В. А. Бодров // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007.- 624 с.
6. Выготский Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский.- М.: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2005. - 512 с.
7. Глебов В. Адаптация детей младшего возраста к условиям дошкольной образовательной организации / В. Глебов // Дошкольное воспитание. 2013. № 11. С. 116–120.
8. Гуторова М. Ф. Адаптация детей к дошкольному образовательному учреждению / М. Ф. Гуторова // СДО. 2008. №5.
9. Диагностика в детском саду. /Под редакцией Ничипорюк Е. А. Посевиной Г. Д. Ростов - на - Дону, Феникс, 2004.- 275 с.
10. Диагностика особенностей адаптации детей раннего возраста к условиям ясельной группы массового детского сада / И. Н. Серова // Дефектология. 2013. № 2. С. 43–50.
11. Дремлюга С. В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ / С. В. Дремлюга // Вестник науки и образования. 2021. №13-1 (116). 34 с.
12. Евдотьева Н. С. Создание условий в ДОУ для адаптации детей раннего дошкольного возраста / Н. С. Евдотьева, А. Ф. Новикова, Т. П. Ботвич. // Молодой ученый. 2020. № 45 (335). С. 239-241
13. Евтушенко И. Н. Развитие и воспитание детей раннего возраста: учебное пособие для студентов педагогических вузов и колледжей / И. Н. Евтушенко. - Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2019. - 282 с. -.
14. Ежкова Н. С. Адаптация детей к условиям дошкольной образовательной организации: научный анализ проблемы / Н. С. Ежкова, Ю. К. Киреева // Мир педагогики и психологии №3(8) Март, 2017
15. Кантор И. В. Адаптация детей к условиям дошкольной организации в концепции ФГОС ДО / И. В. Кантор // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание иобучение детей младшего возраста». 2017. №6.
16. Лебедева Л. А. Проблема адаптации детей к дошкольному образовательному учреждению как психолого-педагогическая проблема / Л. А. Лебедева, М. А. Корнилов // Материалы VI Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум»
17. / О. В. Литвинова // Развитие современного образования: теория, методика и практика: материалы VI Междунар. науч. – практ. конф. (Чебоксары, 13 нояб. 2015 г.) / ред кол.: О. Н. Широков [и др.]. Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. № 4 (6). С. 498–499..
18. Мамедова Л. В. Особенности психического развития детей раннего возраста / Л. В. Мамедова // Современное педагогическое образование. 2018. №6.
19. Медведев В. И. Адаптация человека / В. И. Медведев – СПб.: Институт мозга человека РАН, 2003.- 236 с..
20. Морозова Е. И. Группа кратковременного пребывания: мой первый опыт сотрудничества с родителями / Е. И. Морозова // Дошкольное воспитание. 2002. № 11. С.10-14.
21. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка / Ж. Пиаже – М.: Изд-во АСТ,2022. - 416 с..
22. Позднякова О. В. Социальная адаптация как стадия социал изации личности / О. В. Позднякова // Социально-экономические явления и процессы. 2011. №5-6.
23. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд./ Под редакцией И. В. Дубровиной. СПб.: Питер, 2004. - 592 с.
24. Прокопьева М. М. Изучение адаптации детей раннего возраста В ЧДОО ЦПИУД «Изумрудный город» в г. Якутске / М. М. Прокопьева, А. В. Никифорова // АНИ: педагогика и психология. 2020. №4 (33). С. 357- 359.
25. Пыжьянова Л. Как помочь ребенку в период адаптации / Л. Пыжьянова // Дошкольное воспитание 2003. № 2. С.14–16.
26. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. Москва: Изд-во АСТ, 2020. - 960 с.
27. Семенова О. А. Проблемы адаптации детей к условиям дошкольной образовательной организации // Молодой ученый. 2016. № 13.3 (117.3). С. 89-91.
28. Серова И. Н. Проблемы адаптации к детскому саду у детей раннего возраста: анализ и рекомендации / И. Н. Серова // Вестник ПСТГУ. Серия 4: Педагогика. Психология. 2016. №2 (41).
29. Смирнова Е. О. Материалы курса «Дети раннего возраста в детском саду»: лекции 1–4. М. : Педагогический университет «Первое сентября» 2010. -104 с..
30. Татулян Т. Н. Психолого-педагогические условия адаптации детей раннего возраста к ДОО / Т. Н. Татулян // Материалы XII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум»
31. Теплюк С. Н. Актуальные проблемы развития и воспитания детей от рождения до трех лет./С.Н. Теплюк.- М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.- 302 с.
32. Тонкова-Ямпольская Р. В. Воспитателю о ребенке дошкольного возраста. / Р. В. Тонкова-Ямпольская Тонкова-Ямпольская М. - : Просвещение, 1987.- 364 с. .
33. Тюрина Н. В. Понятие адаптации в современной психологии / Н. В. Тюрина // Вестник АГТУ. 2007. №5.
34. Цаплина О. В. Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации в условиях группы кратковременного пребывания // Гаудеамус. 2018. №2 (36). С. 54-60.
35. Цыбикжапова Д. С. Адаптация детей к ДОО // Молодой ученый. 2017. № 18 (152). С. 346–348.
36. Wentzel K. R., Barry С. М., Caldwell К. A. Friendship in Middle School: Influences on Motivation and School Adjustment. // Journal of Educational Psychology. 2014. Vol. 96, № 2. P. 195–203.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**Игры для детей раннего возраста в рамках реализации программы психологического сопровождения периода адаптации детей раннего возраста**

«РАЗВЛЕЧЕНИЕ С ЛУПОЙ»

Материал: лупа (желательно из пластика).

Игровая деятельность на свежем воздухе. Во время прогулки, педагог предлагает ребенку небольшой эксперимент с использованием лупы, сначала демонстрируя процесс наблюдения за обычной травинкой под увеличением. Далее взрослый предлагает малышу изучить собственные пальцы и ногти через увеличительное стекло, что обычно вызывает удивление и интерес у ребенка. Продолжая прогулку по территории, есть возможность детально исследовать растения или текстуру коры дерева, а также внимательно осмотреть почву на предмет обитающих в ней насекомых и других микроэлементов природы.

Эта игра улучшает внимательность к деталям.

«ОБХОД ВДОЛЬ КОНТУРОВ РАЗНООБРАЗНЫХ ФОРМ»

Материя. Обширная устойчивая полоса (банд).

Правила игры. Используя цветную ленту, на полу формируются различные геометрические фигуры: круги, квадраты, треугольники и другие. Педагог демонстрирует малышу, как следовать по контуру фигур начиная с круга. Взрослый ведет ребенка за руки, двигаясь вместе по заданной траектории, одновременно напевая мелодию: «Мы идем по кругу, тра-ля-ля, дважды». Таким образом осваиваются все представленные фигуры. Далее, педагог с ребенком экспериментируют с различными способами передвижения по этим контурам: движение задним ходом, боковым шагом, ходьба на носочках, прыжки через фигуры и т.п.

Игровая деятельность способствует формированию представлений о предметном мире.

«ВМЕСТЕ С МИШКОЙ»

Сырье. Плюшевый мишка.

Процесс игры. Педагог разговаривает как с равноправным участником и с игрушечным медведем, и с ребенком. Например, задает вопросы: «Катя, ты любишь пить чай из чашки?», «Миша, а тебе нравится пить из чашки?» Имитирует процедуру кормления медведя чаем. После чего выполняет другие действия с игрушкой.

Эти действия способствуют развитию навыков ролевой игры у детей.

«ЧЕРТИМ РАЗНЫЕ ФИГУРЫ»

Тема. Инструменты для художественного творчества (арт-блок, пастельные карандаши).

Процесс обучения. Педагог выбирает для занятий удобное место, где он помещается вместе с ребёнком, это может быть как рабочий стол, так и пространство на полу. Начинает с освоения основных форм, для чего рисует круг на листе бумаги. После этого предлагает детскому участнику взять карандаш, и, взяв ребёнка за руку, аккуратно направляет его движения, чтобы воспроизвести круг на бумаге. При завершении работы педагог мотивирует ребёнка, отмечая успешность созданного изображения. Далее, методом пошаговой помощи, ведёт ребёнка к изучению и воспроизведению различных геометрических фигур и выполнению зигзагообразных линий, поощряя его к стремлению к самостоятельности в управлении карандашом.

При старте каждой новой игровой сессии, педагог выбирает карандаш с новым цветовым оттенком, что способствует обучению детей распознаванию различных цветов.

Игры такого типа стимулируют рост креативных способностей.

«ИГРА С КУКЛОЙ»

Материал. Кукла.

Игровой процесс. Предложите ребенку выбрать любимую куклу или плюшевое животное и попросите его указать расположение головы, ушей, ног, живота и прочих частей тела на игрушке. Затем предложите ребенку выполнить действия по уходу за куклой, такие как расчёсывание, очищение лица, кормление и т.п.

«СОБЕРЕМ ИГРУШКУ»

Побудите вашего ребёнка участвовать в процессе уборки игр, с которыми он ранее играл. Окажите поддержку, взяв сидение возле малыша, передайте ему игрушку для того, чтобы вместе разместить её в контейнер для хранения. После чего предложите ему другой предмет для того, чтобы ребёнок самостоятельно проявил инициативу в уборке, делегируя ему ответственность. Во время этого занятия, сопровождайте действия мелодичной импровизацией на тему: «В игрушек наш домик, в игрушек наш домик! Весело шагаем мы, их аккуратно уберём».

В возрасте 2-3 лет дети еще не чувствуют сильной потребности в социальном взаимодействии с однолетками. Их может заинтересовать параллельная игра, когда они, например, прыгают, держась за руки, однако это не указывает на глубокий эмоциональный отклик к эмоциональному состоянию или настроению другого. Роль взрослых здесь критична в формировании навыков социализации, начиная с адаптации к социальным ситуациям.

«ПЕРЕДАЙ КОЛОКОЛЬЧИК»

Материал. Колокольчик.

Игровой процесс. Дети размещаются на стульях, формируя арку.

В середине круга находится воспитатель, держащий в руках колокольчик. Он начинает звонить и объявляет: «Сейчас я назову кого-то, и этот человек возьмет колокольчик». Выбирает Таню и просит ее подойти за колокольчиком. Затем Таня занимает место воспитателя, звонит в колокольчик и выбирает следующего участника, обращаясь к нему по имени или указывая на него жестом.

«ЗАЙКА»

Игровой процесс. Участники - дети, образуя замкнутый круг через захват рук, двигаются, сопровождаемые воспитателем. Один из участников, исполняющий роль «зайца», находится в центре, сидя на стуле, символизируя сон. В этот момент педагог исполняет мелодию.

Зайчонок, зайчонок, в чем дело? Ты выглядишь неважно. Играть ты сегодня не стремишься,

С нами радостно танцевать. Зайчонок, зайчонок, потанцуй.

И другого отыщи.

Когда данные слова произнесены, детская аудитория прекращает свои действия и начинают аплодировать. Персонаж "Заяц" поднимается и, обращаясь к одному из участников по имени, выбирает его, в то время как сам занимает место в формировавшемся круге.

Игра повторяется.

«ПОЗОВИ»

Материал. Мяч.

Процесс игры. Участники размещаются на своих местах. Педагог демонстрирует и рассказывает о новом игровом атрибуте — мяче, затем приглашает одного из детей для взаимодействия с мячом. Следующим шагом ведущий выделяет пару, предложив передавать мяч друг другу. После краткого обмена мячом ребёнок выбирает и приглашает следующего участника игры. После завершения взаимодействия, участник возвращается на своё место, оставляя инциативу следующему вызванному.

Уменьшение стресса при адаптации можно достигнуть через регулярные занятия физкультурой и игровую активность, проводимые неоднократно в течение дня. Важно также обеспечить пространство для самостоятельных активностей, предоставляя детям различные средства для физического развития, включая толокары, игрушечные автомобили, мячи.

«МЯЧ В КРУГУ»

Ход игры. Дети (8-10 человек)

Занимают позицию на полу, формируя круг, и передают мяч, скользя его между собой. Педагог демонстрирует технику двуручного толкания мяча для точного его направления.

«ВСЕ ДАЛЬШЕ И ВЫШЕ»

Материал. Яркий мяч.

Игровой процесс. Малыш занимает сидячее положение. Педагог, находясь на определённом отдалении, направляет к нему мяч, одновременно мотивируя словами: «Кидаем дальше и выше». Ребенок успешно перехватывает мяч.

Та же процедура проводится с другим участником.

«БЕГОМ К ДЕРЕВУ»

Динамика игры. На разных участках территории – возле двух деревьев и одной скамьи – закреплены цветные ленты. Педагог обращается к ребёнку с предложением: «Я хочу побежать к дереву». После чего ведёт его к другому объекту, также отмеченному лентой, при этом каждый раз объясняя свои намерения перед действием.

Далее, взрослый стимулирует ребенка к самостоятельному перемещению к различным объектам, таким как дерево или дверь. Важно активно поощрять детей, когда они успешно достигают этих целей.

«ОГУРЕЧИК-ОГУРЕЧИК…»

Процесс игры разворачивается следующим образом: на одной стороне игрового пространства располагается педагог, выполняющий роль ловца, тогда как противоположный край занимают участники – дети. Их задача – направляться к ловцу, осуществляя прыжки на обеих ногах. В этот момент педагог произносит:

Огуречик, огуречик,

Избегай той оконечности, Где грызун обитает,

Тебе хвостик отгрызет.

На заключительных фразах малыши спешат уйти, в то время как педагог преследует их.

«МЫ ТОПАЕМ НОГАМИ»

Динамика игры. Участники располагаются в круглую формацию, обеспечивая достаточное пространство между собой для свободных движений без риска контакта с соседями. Педагог, синхронизируясь с детьми, произносит стихотворный текст медленно и чётко, позволяя каждому из них выполнить действия, описанные в стихах.

Мы стучим стопами, Взмахиваем ладонями, Качаем головами,

Мы поднимаем конечности, Мы опускаем их вниз, Мы их протягиваем.

(Дети соединяются в круг, держась за руки.) Мы водим хоровод.

Спустя небольшой промежуток времени, педагог командует: «Стоп». Дети приостанавливают движение. Процесс игры возобновляется.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**Результаты исследования по методике «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С.Роньжиной (М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ П/П** | **БАЛЛЫ** | **УРОВЕНЬ** |
| **Испытуемый №1** | 2.7 | Высокий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 2** | 2.0 | Средний уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 3** | 2.2 | Средний уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 4** | 2.5 | Средний уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 5** | 1.8 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 6** | 1.6 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 7** | 1.2 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 8** | 1.3 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 9** | 2.3 | Средний уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 10** | 1.0 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 11** | 1.3 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 12** | 1.5 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый №13** | 2.3 | Средний уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 14** | 2.6 | Высокий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 15** | 2.6 | Высокий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 16** | 3.0 | Высокий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 17** | 1.3 | Низкий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 18** | 2.3 | Средний уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 19** | 2.9 | Высокий уровень адаптированности |
| **Испытуемый № 20** | 2.3 | Средний уровень адаптированности |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

**Результаты исследования по методике «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» методика А.Остроуховой**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ П/П** | **БАЛЛЫ** | **УРОВЕНЬ** |
| **Испытуемый №1** | +10 | Легкий уровень адаптации |
| **Испытуемый № 2** | + 5 | Средний уровень адаптации |
| **Испытуемый № 3** | + 4 | Средний уровень адаптации |
| **Испытуемый № 4** | +6 | Средний уровень адаптации |
| **Испытуемый № 5** | - 2 | Усложненный уровень адаптации |
| **Испытуемый № 6** | -3 | Усложненный уровень адаптации |
| **Испытуемый № 7** | -1 | Усложненный уровень адаптации |
| **Испытуемый № 8** | - 3 | Усложненный уровень адаптации |
| **Испытуемый № 9** | +2 | Легкий уровень адаптации |
| **Испытуемый № 10** | -9 | Уровень дезадаптации |
| **Испытуемый № 11** | -3 | Усложненный уровень адаптации |
| **Испытуемый № 12** | +2 | Средний уровень адаптации |
| **Испытуемый №13** | +2 | Средний уровень адаптации |
| **Испытуемый № 14** | +9 | Легкий уровень адаптации |
| **Испытуемый № 15** | +10 | Легкий уровень адаптации |
| **Испытуемый № 16** | +10 | Легкий уровень адаптации |
| **Испытуемый № 17** | -3 | Усложненный уровень адаптации |
| **Испытуемый № 18** | +7 | Средний уровень адаптации |
| **Испытуемый № 19** | +9 | Легкий уровень адаптации |
| **Испытуемый № 20** | +4 | Средний уровень адаптации |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 4**

**Результаты исследования по методике Лист адаптации»**

**Ватутина Н.Д.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ П/П** | **БАЛЛЫ** | **УРОВЕНЬ** |
| **Испытуемый №1** | 42 | Легкая адаптация |
| **Испытуемый № 2** | 28 | Адаптация средней тяжести |
| **Испытуемый № 3** | 22 | Адаптация средней тяжести |
| **Испытуемый № 4** | 26 | Адаптация средней тяжести |
| **Испытуемый № 5** | 15 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый № 6** | 16 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый № 7** | 16 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый № 8** | 13 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый № 9** | 32 | Адаптация средней тяжести |
| **Испытуемый № 10** | 4 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый № 11** | 15 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый № 12** | 17 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый №13** | 32 | Адаптация средней тяжести |
| **Испытуемый № 14** | 41 | Легкая адаптация |
| **Испытуемый № 15** | 37 | Легкая адаптация |
| **Испытуемый № 16** | 51 | Легкая адаптация |
| **Испытуемый № 17** | 17 | Тяжелая адаптация |
| **Испытуемый № 18** | 30 | Адаптация средней тяжести |
| **Испытуемый № 19** | 38 | Легкая адаптация |
| **Испытуемый № 20** | 29 | Адаптация средней тяжести |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 5**

**Результаты анкетирования родителей**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Критерии**  **оценки результата** | **Результат** | **Комментарии** |
| Настроение | Низкий уровень – 40%  Средний – 55 %  Высокий уровень – 5% | Обычно дети испытывают подавленность и эмоциональную нестабильность, у небольшого процента  малышей жизнерадостность и стабильное эмоциональное состояние |
| Сон | Низкий уровень – 35 %  Средний – 45%  Высокий уровень – 20 % | Дети, страдающие недостатком готовности ко сну, испытывают беспокойный засыпательный процесс, длительное время не могут погрузиться в сон и нуждаются в дополнительных методах усыпления, таких как покачивания или колыбельные песни, а в течение дня их сон ограничивается лишь одним часом.  Дети, обладающие средней степенью приспособленности ко сну, могут испытывать затруднения с засыпанием и порой засыпают самостоятельно без дополнительных методов укачивания, проводя в состоянии дневного сна примерно 2-3 часа.  Дети, находящиеся в состоянии высокой готовности ко сну, обычно спят безмятежно на протяжении трех часов, засыпают быстро и не нуждаются в использовании вспомогательных средств для засыпания. |
| Аппетит | Низкий уровень – 45 %  Средний – 40 %  Высокий уровень – 15 % | Большинство детей проявляют избирательность в пище и страдают отсутствием аппетита, при этом у многих аппетит нерегулярный и сниженный, лишь малая часть детей употребляет пищу разнообразно и с хорошим аппетитом. |
| Гигиенические навыки | Низкий уровень – 25%  Средний – 45 %  Высокий уровень – 30 % | Большинство детей уже освоили использование горшка и начинают проявлять навыки самостоятельного его использования, однако возможны случаи неточностей. В то же время, определённая часть детей испытывает трудности с контролем физиологических процессов, не имеют развитых гигиенических умений. В отличие от них, другие дети демонстрируют высокий уровень гигиенических навыков, корректно используют горшок и своевременно об этом сообщают. |
| Игровая и познавательная активность | Низкий уровень – 20%  Средний – 40%  Высокий уровень – 40% | Некоторые дети демонстрируют низкий уровень заинтересованности в игрушках и активностях, предпочитая играть поодаль и не вовлекаясь самостоятельно в игровой процесс, где взрослый часто выступает инициатором игровых действий.  Многие дети проявляют внимание к игрушкам, порой они привлекаются к делам взрослых, иногда занимаются играми самостоятельно поблизости, однако часто предпочитают играть в компании других детей или взрослых.  Многие дети предпочитают играть в одиночестве, проявляя энтузиазм к игрушкам и предметам, а также выражают заинтересованность в действиях взрослых. |
| Общение со  взрослыми и сверстниками | Низкий уровень – 25%)  Средний – 40%  Высокий уровень – 35% | Многие дети испытывают трудности в установлении взаимодействия как с взрослыми, так и со своими ровесниками, сталкиваясь с препятствиями для эффективного общения в сверстнической группе и с другими детьми.  Большинство детей проявляют избирательность в общении с взрослыми и сверстниками, руководствуясь конкретными обстоятельствами.  Многие дети способны быстро налаживать связь с взрослыми, ощущая уверенность при взаимодействии с незнакомыми взрослыми лицами. Они проявляют активность  играют с другими детьми. |
| Аффектная привязанность  к взрослому | Низкий уровень – 45%  Средний – 40%  Высокий уровень – 15% | В большинстве случаев дети демонстрируют выраженную эмоциональную привязанность к своим родителям, испытывают значительные трудности при их отсутствии, и у каждого ребенка может быть особенно близкий взрослый член семьи.  Некоторые малыши, несмотря на глубокую привязанность, быстро адаптируются к отсутствию, легко переживая раздельность.  Малая доля детей, несмотря на привязанность к родителям, легко обходятся без них, способны быть вдали от родителей. |

1. Тюрина Н. В. Понятие адаптации в современной психологии / Н. В. Тюрина // Вестник АГТУ. 2007. №5. [↑](#footnote-ref-1)
2. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка / С. И. Ожегов. - М.: АСТ, 2018. - 736 c.  
     
    [↑](#footnote-ref-2)
3. Фомин Н.А. Физиология человека. Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. ин-тов.- М.:Просвещение, 1982. - 320с [↑](#footnote-ref-3)
4. Фомин Н.А. Физиология человека. Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. ин-тов.- М.:Просвещение, 1982. - 320с [↑](#footnote-ref-4)
5. Бодров В. А. Психологические механизмы адаптации человека / В. А. Бодров // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007.- 624 с. [↑](#footnote-ref-5)
6. Хохлова Л.П Исследование адаптирующей способности коллективов. – В кн.: Психологические основы формирования личности в условиях общественного воспитания. Тезисы докладов Всесоюзной конференции (11-12 апреля1979г.) [↑](#footnote-ref-6)
7. Хохлова Л.П Исследование адаптирующей способности коллективов. – В кн.: Психологические основы формирования личности в условиях общественного воспитания. Тезисы докладов Всесоюзной конференции (11-12 апреля1979г.) [↑](#footnote-ref-7)
8. Смирнова Е. О. Материалы курса «Дети раннего возраста в детском саду»: лекции 1–4. М. : Педагогический университет «Первое сентября» 2010. 104 с. [↑](#footnote-ref-8)
9. Смирнова Е. О. Материалы курса «Дети раннего возраста в детском саду»: лекции 1–4. М. : Педагогический университет «Первое сентября» 2010. 104 с. [↑](#footnote-ref-9)
10. Цаплина О. В. Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации в условиях группы кратковременного пребывания // Гаудеамус. 2018. №2 (36). С. 54-60 [↑](#footnote-ref-10)
11. Мамедова Л. В. Особенности психического развития детей раннего возраста / Л. В. Мамедова // Современное педагогическое образование. 2018. №6. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennostipsihicheskogo-razvitiya-detey-rannego-vozrasta(дата обращения: 05.01.2024). [↑](#footnote-ref-11)
12. Ежкова Н. С. Адаптация детей к условиям дошкольной образовательной организации: научный анализ проблемы / Н. С. Ежкова, Ю. К. Киреева // Мир педагогики и психологии №3(8) Март, 2017.. [↑](#footnote-ref-12)
13. Ежкова Н. С. Адаптация детей к условиям дошкольной образовательной организации: научный анализ проблемы / Н. С. Ежкова, Ю. К. Киреева // Мир педагогики и психологии №3(8) Март, 2017.. [↑](#footnote-ref-13)
14. Позднякова О. В. Социальная адаптация как стадия социализации личности / О. В. Позднякова // Социально-экономические явления и 63 процессы. 2011. №5-6.. [↑](#footnote-ref-14)
15. Диагностика в детском саду. /Под редакцией Ничипорюк Е. А. Посевиной Г. Д. Ростов - на - Дону, Феникс, 2004. 275 с. [↑](#footnote-ref-15)
16. Серова И. Н. Проблемы адаптации к детскому саду у детей раннего возраста: анализ и рекомендации / И. Н. Серова // Вестник ПСТГУ. Серия 4: Педагогика. Психология. 2016. №2 (41).. [↑](#footnote-ref-16)
17. Белкина В. Н. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ / В. Н. Белкина, Л. В. Белкина. Воронеж: Учитель, 2006. 236 с. [↑](#footnote-ref-17)
18. Пыжьянова Л. Как помочь ребенку в период адаптации / Л. Пыжьянова // Дошкольное воспитание 2003. № 2. С.14–16. [↑](#footnote-ref-18)
19. Лебедева Л. А. Проблема адаптации детей к дошкольному образовательному учреждению как психолого-педагогическая проблема / Л. А. Лебедева, М. А. Корнилов // Материалы VI Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум») [↑](#footnote-ref-19)
20. Смирнова Е. О. Материалы курса «Дети раннего возраста в детском саду»: лекции 1–4. М. : Педагогический университет «Первое сентября» 2010. 104 с. [↑](#footnote-ref-20)