

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ЗУЙКОВА ВИКА ОЛЕГОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ АДАПТАЦИИ К
ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕТЕЙ ТРЕХ
ЛЕТ**

Направление подготовки 37.03.01. Психология

Направленность (профиль) образовательной программы
Социальная психология

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.



Руководитель

д-р психол. наук, профессор Селезнёва Н.Т.



Обучающийся

Зуйкова В.О.



Дата защиты

Оценка

Красноярск 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ ДЕТЕЙ ТРЕХ ЛЕТ	5
1.1. Подходы к пониманию феномена «адаптация» в психолого- педагогической литературе	5
1.2. Возрастные особенности физиологического и психического развития детей трех лет. Кризис трех лет.....	10
1.3. Психологические особенности процесса адаптации к детскому саду	19
Выводы по главе 1.....	24
ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ К ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕТЕЙ ТРЕХ ЛЕТ	26
2.1. Паспорт проекта	26
2.2. Содержание проекта.....	28
2.3. Оценка эффективности психологического сопровождения адаптации детей трех лет к дошкольной образовательной организации	50
Выводы по главе 2.....	55
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	57
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	59

ВВЕДЕНИЕ

Ранний возраст – уникальный период, обладающий яркими и выразительными особенностями, которые накладывают определённый отпечаток на организацию педагогического процесса. Чёткая, профессионально слаженная и продуманная работа специалистов детского сада, благоприятный микроклимат в дошкольном учреждении, взаимодействие с родителями – залог оптимального течения адаптации детей раннего возраста к новым условиям дошкольного учреждения.

Адаптация к детскому саду – тяжелое время для каждого ребенка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям, но и выработка новых умений и навыков.

Для ребенка дошкольное учреждение – это еще неизвестное пространство, с новым окружением и отношениями. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением, а то и перенапряжением психических и физических сил организма. Мы должны все вместе приложить усилия к тому, чтобы помочь малышу пройти адаптацию в коллективе.

Благодаря быстрым темпам развития в период раннего детства незамеченные или показавшиеся незначительными отклонения от нормального могут привести к выраженным сдвигам в более зрелом возрасте.

Все вышесказанное обуславливает актуальность темы настоящего исследования.

Проблемами изучения сущности адаптации занимались такие современные исследователи, как О.В.Лунева, В.В.Павлова, А.И.Хайстова, Л.Н. Голуб и др. Вопросам адаптации детей раннего возраста к детскому саду посвящены исследования таких авторов, как А.Г. Бобылева, Т.В. Костяк, К.Л. Печора, Н.В. Разина, А.С. Роньжина, И.Н. Серова, Б. Уайт, О.В. Цаплина, Г.Г. Серебрякова и др.

Цель исследования: выявить условия психологического сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

Объект исследования: психологическая адаптация личности

Предмет исследования: условия психологического сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет

Проектная идея: адаптация к дошкольной образовательной организации детей трех лет обеспечивается организацией психологического сопровождения при условии вовлечения педагогов и родителей в этот процесс и реализации развивающих занятий с детьми.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ проблемы психологического сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

2. Провести эмпирическое исследование адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

3. Разработать проект психологического сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ, обобщение и синтез литературных источников по проблеме исследования.

2. Эмпирические: анкетирование, метод наблюдения.

3. Методы математической количественной и качественной обработки данных.

Структура выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, список использованных источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ ДЕТЕЙ ТРЕХ ЛЕТ

1.1. Подходы к пониманию феномена «адаптация» в психолого-педагогической литературе

Научный термин «адаптация» начал использоваться в физиологии немецким исследователем Г. Аубертом (H. Aubert) в 1865 г.

В начале XIX века проблема адаптации вышла за рамки теории эволюции и общей биологии. Постепенно она стала проникать в социальную психологию, социологию, медицину и другие науки.

В биологии, например, адаптация рассматривается как целостная реакция живых объектов, диалектически сочетающая в себе способности к поддержанию динамического равновесия со средой и к историческому развитию при необратимых изменениях среды [18].

В кибернетике адаптацией называют способность устройств или систем приспособляться к изменяющимся условиям окружающей среды или внутренним изменениям с целью повышения эффективности их функционирования [18].

В медицине адаптация понимается как система внутреннего самоналаживания и взаимного прилаживания организма и вышестоящих биологических, экологических и других систем друг к другу [18].

Таким образом, в естественных науках адаптация стала пониматься как совокупность реакций живой системы, обеспечивающих ее целостность и функциональную устойчивость при изменении окружающей среды [55].

Еще Ч. Дарвин определил, что эволюция всех живых существ происходит посредством эволюции их адаптации к окружающей среде. С данного периода в науке установилось утверждение, что адаптация – это нечто внутреннее и данное заранее живым организмам, однако всегда

появляется и формируется под влиянием трех главных факторов эволюции – наследственности, естественного отбора и изменчивости [9].

В педагогике адаптация – это приспособление к возникающим изменениям (внешним воздействиям, испытываемым ощущениям и пр.) условий существования. То есть под адаптацией подразумевается процесс вхождения личности в новую для нее самой сферу и приспособление к существующим требованиям. Адаптация считается динамичным процессом, который приводит либо к положительным результатам, либо отрицательным (стресс, напряжение). При этом выделяют два главных аспекта эффективной адаптации:

1. Внутренний уют (эмоциональная удовлетворенность);
2. Внешняя соразмерность поведения (умение просто и четко осуществлять условия среды) [56].

Целью, конечным результатом, сущностью любого вида адаптации является гомеостаз – состояние определенного постоянства параметров внутренних базисных функций. На физиологическом уровне гомеостаз обозначает поддержание всех внутренних функций организма в пределах, необходимых для обеспечения основных видов жизнедеятельности организма: уровень оксигенации тканей (функциональные системы внешнего и внутреннего дыхания, функциональные системы сердца и сосудов), уровень обмена веществ (теплорегуляция, эндокринная регуляция метаболизма, системы питания), уровень мышечного тонуса и др. Нарушение этих процессов, т.е. нарушение гомеостаза, приводит к нарушению жизнедеятельности организма, т.е. к болезни. На психологическом уровне гомеостаз обозначает спокойное бодрствование, сильное уравнивание процессы в коре полушарий, готовность к любому виду деятельности. Преобладание возбуждательных или тормозных процессов в ЦНС приводит к развитию неадекватных реакций целостного организма. На педагогическом уровне гомеостаз обозначает взаимоуважительное взаимодействие с

учителем и одноклассниками, школьная успешность, отсутствие агрессивных настроений, адекватный уровень самооценки и самосознания [23].

Таким образом, выделяют несколько видов адаптации:

1. Биофизиологическая (в т.ч. психофизиологическая) акклиматизация, приспособление организма, органов чувств к новым условиям существования;

2. Общепсихологическая, которая имеет несколько стадий:

2.1. Деструктивная реактивность – рассогласование функций и процессов за счет гипер– и гипозффектов физиологических, когнитивных и регуляторных параметров, которые по интенсивности неадекватны ситуации;

2.2. Стабилизация – устойчивая структура взаимосвязанных показателей, обеспечивающая успешность психической деятельности в состоянии напряжения и оптимально энергетические траты организма;

2.3. Функциональная регрессия – чрезмерная реактивность отдельных психофизиологических функций и процессов, снижение продуктивности интеллектуальной деятельности, сужение диапазона приспособительных форм поведения;

2.4. Перестройка структуры личности за счет формирования новых свойств или коррекции ранее сформированных черт.

3. Социальная адаптация, в том числе социально-психологическая.

4. Учебная, профессиональная [18].

Так Л.Н. Голуб определяет, что адаптация в социологическом понимании есть приобщение личности к определенным видам деятельности, которые организованы в данной социальной среде. Другими словами, адаптация представляет собой усвоение личностью социального опыта общества в целом и той среды (микросреды) в которой она находится. В основе такого процесса лежит адаптивная потребность, состоящая из информационной и контактно – экстравертной потребности через поиск и селекцию информации, и установление в социальной системе положительных связей. Задача адаптироваться к другим людям встает перед человеком со дня его рождения. Он адаптируется также к той социальной

среде, которая частично является результатом активности предыдущих поколений и его самого [19].

Определяет О.В. Лунова социальную адаптацию как «процесс и результат включения личности и группы в социальную среду через решение проблем взаимодействия с другими людьми, группами и обществом, ведущих как к развитию личности и группы, так и к изменениям самой среды» [32].

В исследованиях А.И. Хаустовой указывается, что в адаптации человека ведущим аспектом является ее активность, не адаптивный, а преобразующий, деятельностный характер. Принимая во внимание закономерности адаптации и рассматривая ее в широком смысле как производство общественной личности, адаптацию можно охарактеризовать как активное усвоение природной, социальной среды во всем многообразии её сфер [55].

Под социокультурной адаптацией В.В. Павлова понимает приспособление к тем ожиданиям и требованиям, которые существуют в обществе. При этом общество само предлагает определённые адаптивные стратегии – профессионального роста и развития, приспособления к группе, создания семьи и т.п. – усваивая которые индивид идёт по пути принятия готовых норм и схем поведения, по пути конформизма (без какого-либо негативного понимания этого явления). Социокультурная адаптация – это не только приспособление, но и изменение человеком себя, это возникновение новых социальных и культурных наслоений [58].

В исследованиях Д.Б. Богоявленской, Ю.Н. Кулюткина, Н.А. Милославовой адаптация понимается как процесс взаимодействия человека со средой, который разворачивается в виде поисковой активности, способствующей преобразованию человека и среды в соответствии с новыми условиями и целями деятельности [55].

В социальной педагогике адаптация воспринимается как активное приспособление к условиям социальной среды путем принятия целей,

ценностей, норм и стилей поведения, устоявшихся в обществе. По мнению А.В. Мудрика, приспособление означает согласование требований и ожиданий социальной среды по отношению к человеку с его установками и социальным поведением [36].

По мнению Е.Н. Приступы, социальная адаптация – это системообразующий элемент в социально-педагогической деятельности по созданию благоприятных условий для социального воспитания, образования, формирования социально здоровой личности, ее социализации [43].

В процессе комплексного исследования, проделанного учеными в различных странах, было выявлено три фазы процесса адаптации, характеристики которых представлены в таблице 1.

Таблица 1

Фазы процесса адаптации и их характеристика [9]

Фаза	Описание
Острая фаза	Сопутствующая различным изменениям в соматическом состоянии и психическом статусе, что способствует уменьшению веса, нередким болезням, изменению режима сна, уменьшению аппетита, изменению речи, которая возвращается к предыдущим формам развития (продолжается обычно около одного месяца).
Подострая фаза	Отличается нормальным поведением детей, то есть все изменения сокращаются и фиксируются только по отдельным характеристикам на фоне затянувшегося темпа формирования, в частности, психологического, по сравнению с возрастными нормами (продолжается от трёх до пяти месяцев).
Фаза компенсации	Отличается ускорением темпа формирования, вследствие чего, дети преодолевают данную задержку в формировании.

Таким образом, под адаптацией будем понимать процесс приспособления ребенка к конкретным условиям в образовательном учреждении и изменения им себя в соответствии с этими условиями и общепринятыми нормами. Адаптационный процесс детей к условиям ДОО

включает три фазы: острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе; подострая фаза, которая характеризуется адекватным поведением ребенка; фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети, к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

1.2. Возрастные особенности физиологического и психического развития детей трех лет. Кризис трех лет.

Ребёнок 3 лет очень эмоционален, однако его эмоции непостоянны, малыша легко отвлечь и переключить с одного эмоционального состояния на другое. Этому способствуют ритмичное покачивание, подбрасывание, поглаживание и т.п. Маленький ребёнок обучается только тому, что его заинтересовало, и принимает что-то только от того человека, которому он доверяет. В этом отношении очень важно, как проходит адаптация ребёнка к детскому саду и испытывает ли он в группе эмоциональный комфорт [26].

У детей 3 лет недостаточно сформированы механизмы саморегуляции организма. Ощущение физического дискомфорта приводит к резкому снижению эффективности обучения. Дискомфорт может быть вызван тем, что ребёнок не выспался, ему холодно или жарко, он хочет пить или есть, у него что-то болит и т.д. Педагог должен быть уверен, что малыша ничего не беспокоит [2].

Общение у детей носит ситуативноличностный характер. Это означает, что каждому ребёнку необходимо индивидуальное внимание педагога, индивидуальный контакт с ним. Поэтому занятия кратковременны, построены так, чтобы воспитатель мог говорить понемногу, но с каждым ребёнком в отдельности.

Обучение в этом возрасте происходит и на собственном практическом опыте, и на основе подражания приятному взрослому. При этом ребёнок

подражает всему, что делает взрослый, – и хорошему, и плохому; и правильному и не правильному [20].

Сверстник ещё не представляет для малыша особого интереса и рассматривается им как ещё один предмет. Дети играют «рядом, но не вместе». Друг для друга они нередко становятся источниками отрицательных эмоций.

В таблице 2 дадим краткую характеристику развития детей в возрасте трех лет.

Таблица 2

Развитие детей трехлетнего возраста [2; 28; 50; 52]

Критерий	Описание
1	2
Мышление	Наглядно-действенное
Интеллектуальное развитие	Зависит от того, насколько богата окружающая среда, т.е. позволяет ли она разнообразно и содержательно исследовать окружающий мир, манипулируя различными предметами.
Речь	Находится на стадии формирования.
Внимание, память	Непроизвольны
Социальноэмоциональное развитие	Играет самостоятельно, проявляет фантазию. Любит нравиться другим; подражает сверстникам. Играет в простые групповые игры.
Общая моторика, моторика рук	Учится бегать, ходить на носках, сохранять равновесие на одной ноге. Сидит на корточках, спрыгивает с нижней ступеньки. Открывает ящик и опрокидывает его содержимое. Играет с песком и глиной. Открывает крышки, использует ножницы. Красит пальцем. Нанизывает бусы. Зрительномоторная координация: Может крутить пальцем диск телефона, рисует черточки, воспроизводит простые формы. Режет ножницами. Рисует по образцу крест
Восприятие, предметноигровая деятельность	Рассматривает картинки. Разбирает и складывает пирамиду без учета величины колец. Выделяет парную картинку по образцу.

1	2
Психическое развитие	<p>Слушает простые рассказы. Понимает значение некоторых абстрактных слов (большой-маленький, мокрый-сухой и др.).</p> <p>Задаёт вопросы «Что это?». Начинает понимать точку зрения другого лица. Отвечает «нет» на абсурдные вопросы.</p> <p>Развивается начальное представление о количестве (больше-меньше, полный-пустой).</p>
Понимание речи	<p>Происходит быстрое увеличение словарного запаса.</p> <p>Понимает сложноподчиненные предложения типа: «Когда мы придем домой, я буду...». Понимает вопросы типа: «Что у тебя в руках?». Слушает объяснения «как» и «почему».</p> <p>Выполняет двухступенчатую инструкцию типа: «Сначала вымоем руки, затем будем обедать».</p>

Таким образом, в трехлетнем возрасте, дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление [17].

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.

Интенсивно развивается активная речь детей. К 3 годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000–1500 слов. К концу

третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками [53].

В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней – действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» – окружности и отходящих от нее линий [12].

К этому возрасту совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К 3 годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится нагляднодейственная: возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом.

Завершается ранний возраст кризисом 3 лет.

Кризис 3 лет был описан как особый, трудный в воспитательном отношении период перехода от раннего к дошкольному детству и получил даже своеобразные названия: возраст упрямства (К. Бюллер, 1924), возраст строптивости или троцзальтер (И. Ионеску, 1973), негативизм (Б. Уайт, 1982; Т. Alexander, 1969), кризис самостоятельности (Д. Б. Эльконин, 1965), кризис независимости (Б. Л. Ланда, 1975) [16].

Кризис 3 лет связан с окончанием раннего детства и протекает у детей достаточно ярко. Д.Б. Эльконин относит его к «большим кризисам», «кризисам эмансипации», разделяющим эпохи развития (в данном случае, эпоху раннего детства и детства) [57].

Кризис 3 лет обусловлен многими новообразованиями раннего детства, которые, в свою очередь, связаны с новообразованиями предшествующего кризиса 1 года. Так, возникновение в конце первого – начале второго года жизни автономной детской речи (Л.С. Выготский) [14], мотивирующих представлений (Л.И. Божович) [11], появление запретов родителей меняют отношения ребенка и среды (К.Н. Поливанова), подготавливая новую ситуацию развития [42].

У ребенка появляются собственные стремления. Если кризис одного года ребенком преодолен благополучно, то он начинает разделять для себя социальную и предметную среду, что приводит к возникновению субъективации желаний и к становлению новой формы Я – «Я – желающий», основы будущей формы «Я – действующий» [42]. Далее у ребенка формируются базовые эмоции: страх, гнев, радость, привязанность, любовь, страдание, удовольствие, ему особенно важен эмоциональный оклик взрослого [29].

Ребенок на втором году жизни проявляет свои интересы в трех направлениях: в интересе к матери, к окружающему пространству и в овладении новыми двигательными навыками. [54] По Ж. Пиаже стадия репрезентативного интеллекта сменяется дооперациональной стадией развития [41]. Освоение ходьбы, речи и предметных действий обеспечивают

становление ведущей в данный период предметноманипулятивной деятельности ребенка [3]. В этот период идет интенсивное развитие речи, как ее понимания, так и активной речи: ситуативной и, к трем годам, контекстной [47]. К 2 годам дети еще неточно произносят сложные слова, к 3 годам словарь ребенка увеличивается до 1000-1500 слов.

К концу раннего детства ребенок уже активно и самостоятельно передвигается в пространстве с помощью ходьбы, умеет говорить и выражать протест. Он совершает огромный скачок в развитии. Неслучайно границу 3 года называют серединой пути «психического развития человека от момента рождения до зрелого возраста» [37].

Начало кризиса 3 лет взаимосвязано с развитием символической функции сознания, самосознания и самоконтроля, и предвидения ребенком результата своих действий. С появлением этих новых способностей, растет стремление ребенка к самостоятельности. В этом плане интересны современные исследования в русле изучения «модели психического», когнитивного механизма понимания собственных психических состояний (Theory of Mind) [37].

Российские исследователи выделяют несколько уровней становления понимания психического ребенком в дошкольном возрасте [49]. Для детей 3–4 лет подходит уровень агента, когда их собственная модель психического и модель психического взрослого почти слиты. Это позволяет предвидеть последствия взаимодействий, но только в конкретной ситуации и без возможности сопоставления и ментального воздействия на «собеседника» [49].

Эмпирические данные Е.И. Изотовой показывают, что расширение опыта, объема и структурированности знаний влияют на способность выражения эмоций. Повышение осведомленности ребенка об эмоциональных явлениях на основе их внешних репрезентаций повышает адекватность и точность кодирования им собственных состояний [24].

В настоящее время наиболее обобщенный анализ психологического

содержания кризиса 3 лет предложен К.Н. Поливановой. Она рассматривает происходящие в кризисный период изменения исходя из идеи «объективации-субъективации». Как уже упоминалось выше, в стабильный период новообразование только формируется, для его обнаружения и овладения им ребенку нужны соответствующие условия, психологическое пространство кризиса [42]. По мнению К.Н. Поливановой это связано с кризисом 3 лет, с развитием речи, с появлением слов «Я», «хочу/ не хочу», «буду/ не буду» и с потребностью ребенка понять, что они означают. Выраженное в слове желание становится предметом эксперимента, в этот период формируется «Я-действующий». Действие вопреки привычной ситуации, своеобразное «не-действие» («не хочу») – условие субъективации. К.Н. Поливанова описывает процесс расщепления «Я» на «активнопротестующее» и «ласковоинфантильное», что позволяет ребенку разделить ситуации общения со взрослыми и справляться с эмоциональным напряжением. Она считает, что кризис завершается при переводе личного действия в игру, и выделяет две линии развития: линия становления личного действия и линия возникновения игры. Первая линия развивается в противостоянии желаний ребенка и запретов, вторая возникает в совместных игровых действиях со взрослым. К.Н. Поливанова выделяет следующие характеристики кризиса трех лет:

1. В речи появляются слова «Я», «хочу – не хочу» и т.п., но ребенок еще до конца не понимает смысл этих символов;
2. В противопоставлении взрослым происходит обнаружение собственного Я (ребенок сам строит ситуации, в которых протестное поведение длится независимо от поведения взрослого);
3. В этом и обнаруживается собственное Я, т.е. ребенок начинает понимать смысл и значение символов «Я», «хочу-не хочу»;
4. Усвоение смыслов «Я», «хочу – не хочу» происходит при экспериментировании в различных ситуациях и закреплении в субъекте высказывания различных ситуаций действия [42].

Интересный подход к выявлению новообразования кризиса 3 лет осуществлен в исследовании Н.В. Разиной. Она экспериментально подтверждает, что оно связано с тем, что ребенок осознает себя самостоятельным субъектом речи и общения. Благодаря речи, восприятие ребенка становится произвольным, меняется его отношение к окружающему миру.

Однако Н.В. Разина считает, что новообразование кризиса 3 лет способствует личностному развитию только в случае, если оно встраивается в воображение (новообразование дошкольного периода). Переход от ранних форм воображения к игре осуществляется благодаря способности ребенка находиться одновременно и внутри, и вне осуществляемой деятельности. Показатель вхождения ребенка в кризис 3 лет – обобщенное восприятие, с помощью которого ребенок выделяет ключевые действия с предметами. Критерий выхода ребенка из кризиса – интеллектуализация восприятия, т.е. осмысление воспринимаемой реальности на рисунке 1.

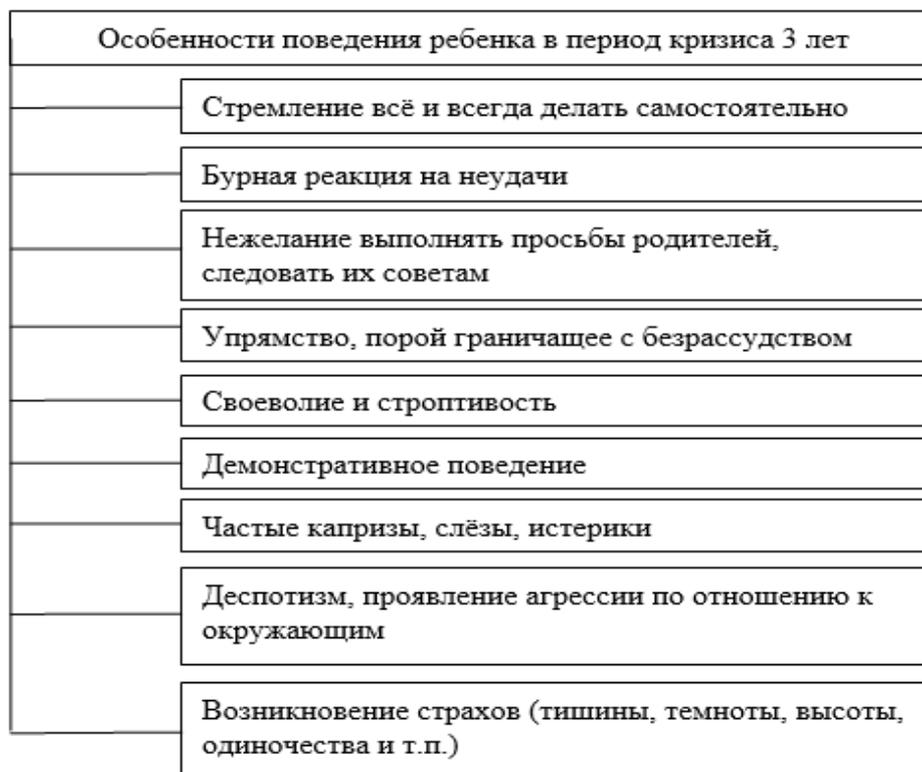


Рисунок 1. Характерные особенности поведения детей в период кризиса трех лет

Способность ребенка переосмысливать ситуацию является важным достижением, но она может приводить к снижению активности, развитию вербализма. На границе раннего и дошкольного периода происходят значимые изменения в общении ребенка и взрослого. Ребенок пытается отделять себя от взрослого, далее противостоять ему и, затем, строить с ним партнерские отношения. Так же изменяются взаимосвязи общения и деятельности: от попеременной их реализации к параллельной [44].

Итак, структурируем и представим в форме рисунка 1, особенности поведения ребенка в период кризиса трех лет.

Таким образом, в возрасте трех лет дети становятся самостоятельнее. Для детей характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако, начинает складываться и произвольность поведения. У детей появляется чувство гордости и стыда. Ребенок осознает себя как отдельного человека, формируется образ Я. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Кризис трех лет – граница между ранним и дошкольным возрастом – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения. Новая позиция «Я – сам», возрастание его самостоятельности и активности, требуют от близких взрослых своевременной перестройки. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребенка возникают собственно кризисные явления, проявляющиеся в отношениях со взрослыми (и никогда – со сверстниками).

1.3. Психологические особенности процесса адаптации к детскому саду

Если психологическая наука преимущественно изучает адаптивные свойства личности, характер адаптивных процессов и механизмы приспособления личности к социальной среде, то педагогику интересуют вопросы управления и педагогической поддержки социальной адаптации подрастающего поколения, поиск средств, форм, методов профилактики и коррекции неблагоприятных вариантов адаптации, роль различных институтов социализации в адаптации детей и молодежи [34].

Сущность адаптации заключается в обеспечении процесса развития личности. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., каждый ребенок привыкает посвоему [34].

Трудности, возникающие у детей в процессе адаптации, могут привести к самой неблагоприятной ее форме – дезадаптации, которая может проявляться в нарушениях дисциплины, игровой и учебной деятельности, взаимоотношений со сверстниками и воспитателями.

В научной литературе представлены разные группы факторов: внешние и внутренние; биологические и социальные; факторы, которые зависят и не зависят от педагогов, ДОО. Следует отметить, что более полно изучены и охарактеризованы в психолого – педагогической литературе факторы, затрудняющие адаптацию дошкольников и приводящие к дезадаптации личности.

При поступлении в дошкольное учреждение у малышей происходит ломка стереотипов: из знакомой домашней обстановки ребенок попадает в непривычную среду детского сада. Соблюдение режима дня, новые требования, постоянный контакт со сверстниками, совершенно другая

обстановка, стиль общения – становятся для малыша источником стрессовых ситуаций. Возрастная незрелость системы адаптационных механизмов детей приводит к психическому напряжению, происходит нарушение в поведении, физиологических процессах, эмоциональном состоянии [15].

Проблема адаптации ребенка раннего возраста остается практически неразработанной. До сих пор специально не изучалось, как происходит включение маленького ребенка в новую действительность, какие психологические трудности он испытывает в процессе адаптации, каким образом можно оценить его эмоциональное состояние в этот период, каковы психологические критерии адаптационных возможностей ребенка раннего возраста и каковы способы установления контакта взрослого. Сегодня количество детей, имеющих отклонения в поведении (агрессивность, тревожность, гиперактивность и т.д.), невротические расстройства, продолжает расти. Таким детям труднее адаптироваться к новым социальным условиям. Следует отметить, что невротические расстройства – преходящие состояния, т.е. их отличает динамизм, они могут быстро возникать при стрессовых ситуациях и достаточно быстро исчезать, даже при небольшой помощи, устраняющей психогенные факторы. Особенно это касается невротических реакций, они являются начальной формой психической дезадаптации, т.е. поведенческой реакцией, неадекватной внешнему стимулу. Например, ребенок, который не хочет ходить в детский сад, потому что боится воспитателя, вернулся домой. Там его окружают любящие родители, он попадает в привычную ситуацию, но попрежнему плачет, боится оставаться один, плохо ест и засыпает, хотя до поступления в детский сад таких изменений в поведении ребенка в домашних условиях не было. Ориентация педагога на более ласковое отношение к этому ребенку способствовало его привыканию к детскому саду и, особенно, к воспитателю. При этом изменения поведения исчезли без медикаментозной коррекции [38].

При отсутствии своевременной помощи таким детям невротические реакции трансформируются в более стойкие расстройства – неврозы. При

этом усиливаются вегетативные расстройства, нарушается регулирующая функция нервной системы, деятельность внутренних органов и могут возникать различные соматические заболевания. Доказано, что более половины хронических заболеваний (до 80%) – это психо и нейросоматические болезни. У ребенка также важно оценивать показатели нервнопсихического развития: в раннем возрасте детей (первые 3 года жизни) это, прежде всего, речевое, моторное развитие, эмоциональное состояние [59].

Следовательно, во все возрастные периоды при оценке психического здоровья необходимо давать характеристику эмоционального состояния ребенка, его социальной адаптации.

Если говорить о причинах частых нарушений психического здоровья детей, то среди их многообразия особо хотелось бы остановиться на двух аспектах.

Первый аспект – рост частоты перинатальных повреждений нервной системы, возникающих еще в утробе матери или во время родов. Частота таких повреждений достигает 80%. В большинстве случаев это легкие повреждения, в основном, проявляющиеся в первые месяцы жизни ребенка возбуждением, нарушением сна, изменением тонуса мышц. К году эти расстройства, как правило, проходят (компенсируются). Но это период так называемого «мнимого благополучия», и уже к трем годам более чем у половины таких детей появляются изменения поведения, нарушение развития речи, двигательная расторможенность, то есть появляются синдромы минимальной дисфункции мозга. У этих детей не только нарушается поведение и развитие высших мозговых функций, но и затруднена адаптация к дошкольным учреждениям и школе, имеются трудности в обучении. Это, в свою очередь, определяет их повышенную склонность к эмоциональным расстройствам и невротизации. У этих детей очень рано определяются вегетативные сдвиги и формируются болезни дисрегуляции, так называемая нейросоматическая патология. Это могут быть

различные заболевания сердечнососудистой системы (например артериальная гипотония и гипертония), пищеварительного тракта (например гастродуоденит), бронхолегочной системы (например бронхиальная астма) и т.д. [59].

Второй аспект частых нарушений психического здоровья – стрессовые ситуации в жизни ребенка. Они могут быть обусловлены как социально-экономическим неблагополучием семьи, так и неправильным воспитанием ребенка. Стрессовые ситуации могут возникать при отрыве ребенка от семьи, когда он поступает в дошкольное учреждение или школу. Причиной их может быть и плохая успеваемость, конфликты со сверстниками и педагогами. Особая роль отводится наказанию ребенка [59].

Неблагоприятному течению адаптации детей часто предшествуют имеющиеся с раннего возраста нарушения психического здоровья. Поэтому очень важно как можно раньше выявлять эмоциональные нарушения и проводить их коррекцию.

С другой стороны, неблагоприятное течение адаптации к детскому саду ведет к замедлению интеллектуального развития, негативным изменениям характера, нарушениям межличностных контактов с детьми и взрослыми, то есть к дальнейшему ухудшению показателей психического здоровья. При продолжительной стрессовой ситуации у этих детей возникают неврозы и психосоматическая патология, а это затрудняет дальнейшую адаптацию ребенка к новым факторам среды. Возникает замкнутый круг. Особая роль в длительном сохранении стрессовой ситуации отводится межличностному конфликту. Неслучайно в последнее время стали актуальными проблемы дидактогенных заболеваний, вызванных непедагогическим поведением воспитателя. Следует отметить, что воспитатели сами часто имеют нарушения здоровья, сходные по структуре с заболеваниями воспитанников, у них нередко выявляется неврастенический синдром. Воспитатель и его воспитанники, находясь в едином психоэмоциональном кольце, оказывают взаимозаражающее действие. Поэтому в системе охраны здоровья детей

очень важно нормализовать психоэмоциональное состояние воспитателя [23].

Поступление ребенка в ясли вызывает, как правило, серьезную тревогу у взрослых. И не напрасно. Известно, что изменение социальной среды сказывается и на психическом, и на физическом здоровье детей. Особого внимания с этой точки зрения требует ранний возраст, в котором многие малыши впервые переходят из достаточно замкнутого семейного мира в мир широких социальных контактов. Если трехлетний малыш, готовящийся к детскому саду, уже владеет речью, навыками самообслуживания, испытывает потребность в детском обществе, то ребенок младенческого и раннего возраста менее приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним. Установлено, что именно в этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями. В этот период происходит интенсивное физическое развитие, созревание всех психических процессов. Находясь на этапе становления, они в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам. Изменение условий среды и необходимость выработки новых форм поведения требуют от ребенка усилий, вызывают появление стадии напряженной адаптации. От того, насколько ребенок в семье подготовлен к переходу в детское учреждение, зависят и течение адаптационного периода, который может продолжаться иногда в течение полугода, и дальнейшее развитие малыша. Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния. Для адаптационного периода характерны эмоциональная напряженность, беспокойство или заторможенность. Ребенок много плачет, стремится к контакту со взрослыми или, наоборот, раздраженно отказывается от него, сторонится сверстников. Таким образом, его социальные связи оказываются нарушенными. Эмоциональное неблагополучие сказывается на сне, аппетите. Разлука и встреча с родными протекают подчас очень бурно, экзальтированно: малыш не отпускает от себя родителей, долго плачет после их ухода, а приход вновь встречает слезами. Меняется его активность и по

отношению к предметному миру: игрушки оставляют его безучастным, интерес к окружающему снижается. Падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом. Общее подавленное состояние в совокупности с тем обстоятельством, что ребенок попадает в окружение сверстников и подвергается риску инфицирования чужой вирусной флорой, нарушает реактивность организма, приводит к частым болезням [45].

Таким образом, проблема адаптации зависит от возраста ребенка, состояния здоровья, уровня развития. Период привыкания детей к ДОО – неизменно сложная проблема. От того, как пройдет привыкание ребенка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависят его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в детском саду и в семье.

Выводы по главе 1

Подведя итоги теоритического анализа можно сделать следующие выводы.

1. Адаптация – это процесс приспособления ребенка к конкретным условиям в образовательном учреждении и изменения им себя в соответствии с этими условиями и общепринятыми нормами.

2. Адаптационный процесс детей к условиям ДОО включает три фазы: острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе; подострая фаза, которая характеризуется адекватным поведением ребенка; фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети, к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

3. В возрасте трех лет дети становятся самостоятельнее. Для детей характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако начинает складываться и произвольность поведения. У

детей появляется чувство гордости и стыда. Ребенок осознает себя как отдельного человека, формируется образ Я. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я.

4. Кризис трех лет – граница между ранним и дошкольным возрастом – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

5. Проблема адаптации зависит от возраста ребенка, состояния здоровья, уровня развития. Период привыкания детей к ДОО – неизменно сложная проблема. От того, как пройдет привыкание ребенка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависят его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в детском саду и в семье.

ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ К ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕТЕЙ ТРЕХ ЛЕТ

2.1. Паспорт проекта

Основные положения паспорта проекта представлены в таблице 3.

Таблица 3

Паспорт проекта «Психологическое сопровождение адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет»

Структура	Содержание
1	2
Область практики	Психологическое содержание
Адресная направленность	Сотрудники дошкольной образовательной организации, воспитанники ДОО и их родители
Характеристика целевой группы	Педагоги дошкольной образовательной организации в возрасте 24–43 лет, с профессиональным стажем 1–10 лет, воспитанники ДОО, посещающие II младшую группу в возрасте трех лет, родители воспитанников в возрасте 22- 38 лет
Место реализации	МДОУ г. Красноярска
Ресурсное обеспечение	<p>Материально-техническое обеспечение.</p> <p>Реализация проекта требует наличия помещения для проведения практических занятий с воспитанниками ДОО, кабинет для проведения консультирования и семинаров с сотрудниками и родителями.</p> <p>Оборудование кабинета: рабочее место психолога образовательного учреждения, рабочие места сотрудников и родителей, комплект учебно-методической документации.</p> <p>Технические средства: ПК, мультимедиа-проектор, демонстрационный экран.</p> <p>Методическое обеспечение.</p> <p>1. Айсина Р.В., Дедкова В.П. Социализация и адаптация детей раннего и дошкольного возраста // Ребенок в детском саду. — 2003. № 5. С. 36–42.</p>

1	2
	<p>2. Баркан А.И. Практическая психология для родителей, или как научиться понимать своего ребенка. М.: АСТ-ПРЕСС, 2007. 229 с.</p> <p>3. Варпаховская О..Л. «Зеленая дверца»: первые шаги в общество // Ребенок в детском саду. 2005. № 1. С. 54-62.</p> <p>4. Заводчикова О.Г. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи: пособие для воспитателей. М.: Просвещение. 2010. 320 с.</p> <p>5. Литвинова М.Ф. Коррекционно-развивающие занятия для детей третьего года жизни. М.: Линка-Пресс, 2005.</p> <p>7. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2 – 4 лет в период адаптации к дошкольному образовательному учреждению. М.: Книголюб, 2003. 240 с.</p>
Ожидаемые результаты	<p>1. Программа психологического сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.</p> <p>2. Повышение адаптированности детей, т.е. совокупности всех полезных изменений организма и психики</p> <p>3. Освоение детьми определенных социальных норм, ролей, в формировании адекватных форм поведения и межличностных отношений, обеспечивающих эмоциональный комфорт и чувство удовлетворения от пребывания в данной среде.</p>
Методы измерения	<p>Программа диагностического исследования включает в себя методики:</p> <p>– анкета готовности поступления ребенка в дошкольное учреждение К.Л. Печора;</p> <p>– методика «Лист адаптации» Г.В. Пантюхиной, К.Л. Печора, Н.В. Соколовской.</p>

2.2. Содержание проекта

Проект «Психологическое сопровождение адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет» представляет собой взаимосвязанную последовательную реализацию двух этапов.

План проектной деятельности включает в себя следующие этапы: подготовительный (предпроектный), основной (проектный), представленные в таблице 2.

Таблица 2

Этапы реализации проекта «Психологическое сопровождение адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет»

Сроки этапа	Содержание этапа
Подготовительный этап: апрель 2019 г. – май 2019 г.	<ol style="list-style-type: none">1. Определение дошкольной образовательной организации и участников для исследования.2. Определение показателей адаптации детей трех лет к дошкольной образовательной организации.4. Разработка программы диагностического исследования.3. Анализ методов и механизмов организации сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.
Основной этап: сентябрь 2019 г. – февраль 2020 г.	<ol style="list-style-type: none">1. Проведение эмпирического исследования адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации.2. Качественный и количественный анализ полученных результатов.3. Разработка и апробирование программы психологического сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

Подготовительный этап полностью посвящен подготовке к проекту. На основе изученной научных психологических литературных источников и полученных результатов эмпирического исследования осуществлялось создание проекта по организации психологического сопровождения адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

На первом этапе работы, было проведено эмпирическое исследование на базе МДОУ г. Красноярска, направленное на определение уровня и показателей адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

В исследовании принимали участие 40 детей II младшей группы в возрасте 2,9–3,6 лет (средний возраст выборки детей 3,1 год). Из них 20 детей из группы «Гномики» составляют экспериментальную группу и 20 детей группы «Малыши» - контрольную группу.

Описание методик психологической диагностики адаптации к к дошкольной образовательной организации детей трех лет:

1. Исследование готовности к поступлению в ДОО применялась анкета «Психолого-педагогические параметры определения готовности поступления ребенка в дошкольное учреждение» (К.Л. Печора)

Автор предлагает вычислить средний балл по перечисленным параметрам, по которому даётся прогноз адаптации:

- 3,0 – 2,6 балла – готов к поступлению в ясли сад;
- 2,5 – 2,1 балла – готов условно;
- 2,0 – 1,6 балла – не готов.

2. Исследование уровня адаптации проводилось по методике «Лист адаптации» Г.В. Пантюхиной, К.Л. Печора, Н.В. Соколовской.

В основу индивидуальной карты каждого ребенка положены следующие критерии его адаптации к условиям учреждения:

Эмоциональное состояние:

- «+3» весел, жизнерадостен, подвижен, активен;
- «+2» улыбается, настроение хорошее, спокоен;
- «+1» иногда задумчив, замкнут, расстраивается при расставании с родителями;
- «-1» легкая плаксивость, хныкание в течение дня;
- «-2» плачет за компанию, плачет приступообразно;
- «-3» сильный плач, подавленное настроение.

Социальные контакты:

- «+3» много друзей, охотно играет с детьми;
- «+2» сдержан, старается быть рядом со взрослым, просится на руки, неохотно играет с детьми;
- «+1» безразличен к играм, отстранен, замкнут;
- «-1» невесел, с детьми не контактирует, даже если вовлечен в игру;
- «-2» проявляет тревогу, бросает начатые игры;
- «-1» недружелюбен, агрессивен, мешает детям играть.

Сон ребенка:

- «+3» сон спокойный, глубокий, засыпает быстро;
- «+2» сон спокойный, засыпает медленно;
- «+1» засыпает медленно, сон спокойный, но недолгий;
- «-1» засыпает с хныканьем, тревожен во сне;
- «-2» засыпает с плачем, долго, беспокоен во сне;
- «-3» отсутствие сна, плач.

Аппетит ребенка:

- «+3» хороший аппетит, съедает все с удовольствием;
- «+2» нормальный аппетит, ест до насыщения;
- «+1» аппетит выборочный, ест до насыщения;
- «-1» отвергает некоторые блюда, капризничает;
- «-2» ест долго, неохотно, приходится контролировать процесс приема пищи;
- «-3» отвращение к еде, кормление мучительно.

Каждый из критериев, внесенных в индивидуальную карту, оценивается от «+3» до «-3». Суммарно по всем четырем критериям один ребенок может получить от +12 до -12, в интервале чего и определяются степени его адаптации.

Подсчитывается сумма баллов в каждой карте, у педагога выясняется длительность посещения ребенком данного учреждения, затем эти два показателя соотносятся с показателями таблицы №4.

Степени адаптации ребенка к условиям дошкольной образовательной
организации

Адаптация	Сроки (А)	Критерии адаптации (В)	Степени адаптации
Очень легкая	А-1: до 1 недели	В-1: +12...+10	А-1 и В-1; А-2 и В-1; А-3 и В-1; А-4 и В-1; А-5 и В-1: благоприятная адаптация
Легкая	А-2: от 2 недель до месяца	В-2: +10...+8	А-1 и В-2; А-2 и В-2; А-3 и В-2; А-4 и В-2; А-5 и В-2: 1-я степень, начальная форма «скрытой» дезадаптации
Средняя	А-3: от месяца до полугода	В-3: +7...0	А-1 и В-3; А-2 и В-3; А-3 и В-3; А-4 и В-3; А-5 и В-3: 2-я степень, прогрессирующая форма «скрытой» дезадаптации
Тяжелая	А-4: от полугода до года	В-4: -1...-7	А-1 и В-4; А-2 и В-4; А-3 и В-4; А-4 и В-4; А-5 и В-4: 3-я степень, начальная форма «открытой» дезадаптации
Дезадаптация	А-5: от года и дольше	В-5: -8...-12	А-1 и В-5; А-2 и В-5; А-3 и В-5; А-4 и В-5; А-5 и В-5: 4-я степень, прогрессирующая форма «открытой» дезадаптации

Рассмотрим результаты исследования уровня и основных показателей адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации.

На первом этапе исследования адаптации детей трех лет была определена их готовность к посещению дошкольного образовательного учреждения. Основные результаты представлены на рисунке 2.

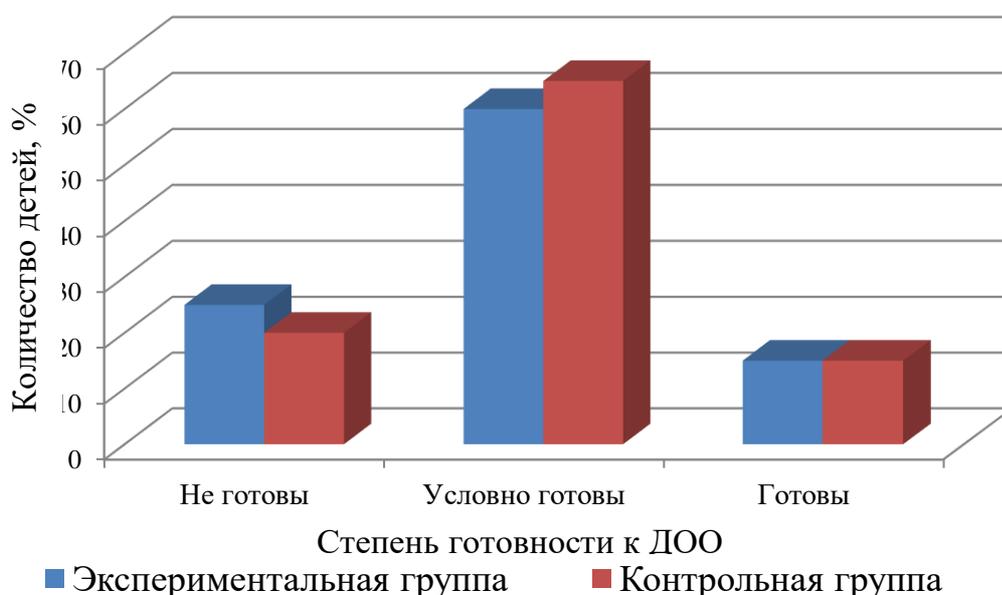


Рисунок 2. Степень готовности детей трех лет к дошкольной образовательной организации

Анализ степени готовности детей трех лет к поступлению в ДОО свидетельствует, что преобладающее большинство детей в двух группах условно готовы – 60% детей экспериментальной группы и 65% детей контрольной группы, не готовы к поступлению и имеют неблагоприятный прогноз адаптации 25% детей экспериментальной группы и 20% детей контрольной группы, наименее представлена группа детей трех лет, готовых к поступлению в детский сад – готовы к поступлению только 15% детей в обеих исследуемых группах.

Далее нами были определены особенности степени адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации на основе изучения адаптационных показателей детей, полученных по методике «Лист адаптации» Г.В. Пантюхиной, К.Л. Печора, Н.В. Соколовской.

Определение общей степени адаптации детей трех лет производилось путем суммирования баллов по следующим показателям: аппетит, сон, социальные контакты ребенка, эмоциональное состояние, длительность периода адаптации.

Обобщенная характеристика степени адаптации детей трех лет представлена на рис. 3:

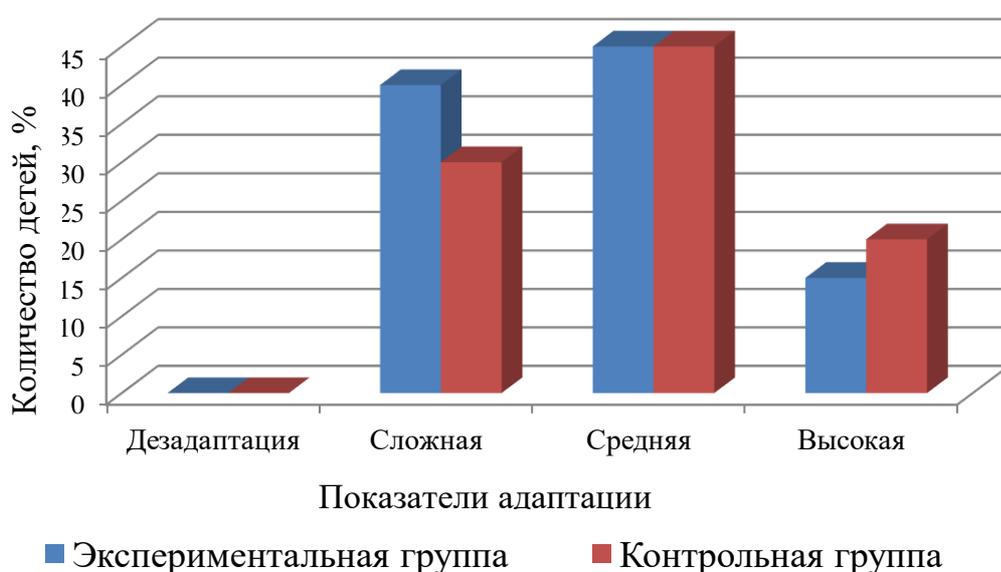


Рисунок 3. Степень адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации

Анализ степени адаптации детей трех лет к условиям ДОО свидетельствует, что на подготовительном этапе проекта большинство детей трех лет имеют сложную и среднюю степени адаптации к условиям ДОО.

Рассмотрим полученные результаты адаптации детей трех лет к дошкольной образовательной организации:

- не выявлены дети с дезадаптацией (невозможность посещения ДОО);
- наличие сложного уровня адаптации выявлено у 40% детей трех лет экспериментальной группы и 35% детей контрольной группы, дети со сложной степенью адаптации характеризуются тревожным, подавленным эмоциональным состоянием, на контакт со сверстниками и взрослыми не идут, отсутствует поведенческая активность;
- почти половина исследуемых детей в обеих исследуемых группах имеют средний уровень адаптации к условиям ДОО – по 45% детей, их эмоциональное состояние часто нестабильно, однако при эмоциональной поддержке взрослого дети проявляют познавательную и поведенческую активность;
- высоко адаптировались только 15% детей трех лет экспериментальной группы и 20% детей контрольной группы, детям

потребовалось 3-4 недели для успешного привыкания к условиям ДОО, у них преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние, дети активно контактируют со взрослыми и детьми, быстро приспособились к новой обстановке и незнакомым взрослым.

Проведем анализ адаптации детей трех лет к условиям ДОО по основным показателям адаптации: аппетит, сон, социальные контакты ребенка, эмоциональное состояние.

Рассмотрим средние значения по адаптационным показателям детей к дошкольному учреждению. На рисунке 4 представлены средние значения показателей степени адаптации детей трех лет на подготовительном этапе проекта.

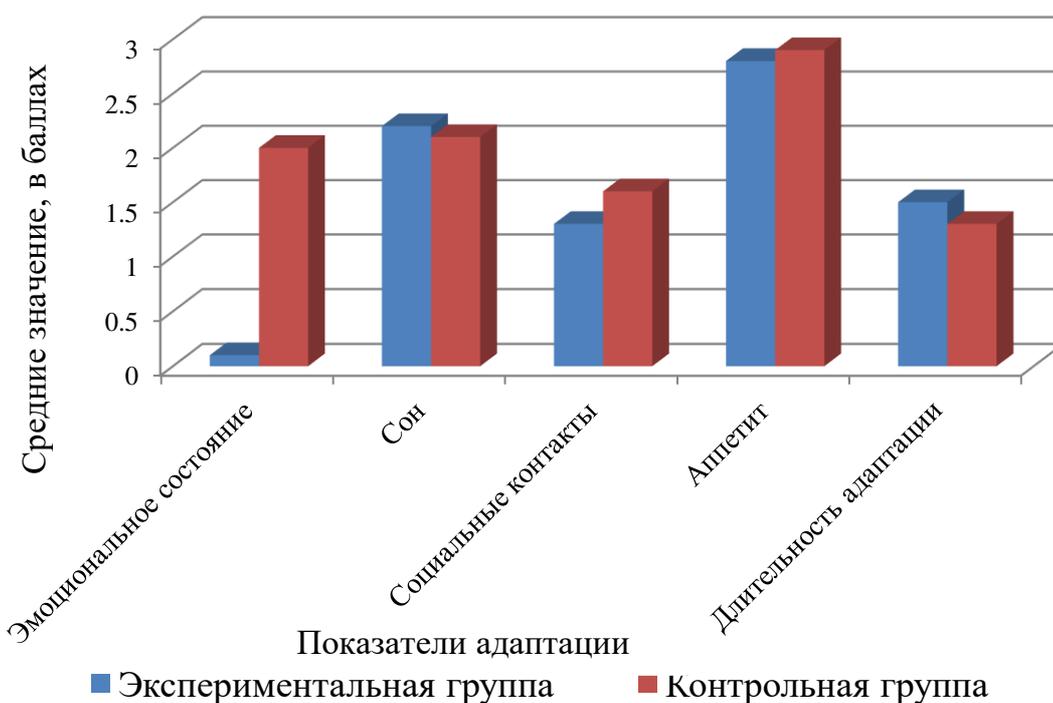


Рисунок 4. Показатели адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации

Анализ средних значений по показателям адаптации детей к условиям дошкольного учреждения свидетельствует, что у детей наблюдаются следующие низкие адаптационные показатели «эмоциональное состояние» (среднее значение 0,1 баллов в экспериментальной группе и 0,2 баллов – в контрольной группе), «социальные контакты» (среднее значение показателя

1,3 балла в экспериментальной группе и 1,6 баллов – в контрольной группе). Наиболее высоким является показатель «аппетит» (среднее значение 2,8 баллов в экспериментальной группе и 2,9 баллов – в контрольной группе).

Таким образом, на основании качественных данных показателей адаптации можно констатировать следующее:

- преобладает отрицательное эмоциональное состояние, разлука с родителями сопровождается криком и плачем, в течение дня подавленное настроение;

- преобладают нарушения социальных связей – дошкольники проявляют безразличие к играм, отстраненность и замкнутость; слабые контакты с детьми, недружелюбны, агрессивны и мешают детям играть;

- преобладают частичные нарушения сна и аппетита: некоторые засыпают с трудом, тревожны во сне, отвергают некоторые блюда, едят долго и неохотно, приходится контролировать процесс приема пищи.

Таким образом, по результатам исследования стала очевидной необходимость разработки и реализации программы психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации.

Основной этап включал в себя разработку и апробирование программы психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации

Представим разработанную нами программу сопровождения.

Цель психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации является создание условий, способствующих благоприятной адаптации детей трех лет к дошкольной образовательной организации, формированию устойчивых положительных привычек поведения, обогащению социального опыта в процессе общения и взаимодействия детей со сверстниками и взрослыми в разных видах деятельности и обеспечения эмоционального благополучия детей в процессе адаптации

Психологическое сопровождение управления адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации представлено тремя направлениями, представленными в таблице 5.

Таблица 5

Направления психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации

Направление	Содержание
Направление 1. Работа с детьми трех лет.	Помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения через организация развивающих занятий.
Направление 2. Работа с родителями.	Психологическая помощь родителям, направленная, в частности, на информирование об особенностях развития детей младшего дошкольного возраста, преодоление кризиса 3 лет, обеспечение условий успешной адаптации и т.п., через организацию адаптационного родительского клуба «Вместе» - круглый стол
	– семинар-практикум – индивидуальное и групповое психологическое консультирование - технологии психологического просвещения.
Направление 3. Работа с педагогами дошкольной образовательной организации.	Психологическая помощь по вопросам адаптации и развитию детей трех лет. – Семинар-практикум – индивидуальное и групповое психологическое консультирование.

Задачи психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации:

– стабилизация эмоционального состояния ребенка, формирование чувства уверенности ребенка в новой обстановке;

- расширение социальных контактов ребенка и формирование положительных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми;
- обеспечение психологической поддержки педагогов;
- помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в период адаптации к ДОО, с другими родителями и детьми, с сотрудниками ДОО.

Принципы психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации.

1. Принцип гуманизма как основополагающий.

Предполагает отношение к ребенку как к безусловной ценности. Принимая во внимание, что приход ребенка в дошкольное учреждение – ситуация стрессовая, необходимым является проявление максимума терпения, чуткости и доброжелательности со стороны взрослых. Требования должны быть сильными и развивающими.

2. Принцип природосообразности и индивидуализации.

Предполагает учет возрастных и индивидуальных особенностей детей при организации процесса адаптации: учет индивидуального опыта поведения и общения, потребностей, привычек и т.д. Взрослые выстраивают линию взаимодействия с ребенком, двигаясь, прежде всего, от ребенка.

3. Принцип развития.

Предполагает, что смысл адаптационного процесса состоит не в том, чтобы приспособить ребенка к включению в процесс решения дидактических задач, а в том, чтобы в ходе игрового взаимодействия ребенка со взрослым помочь ему в выработке нового способа жизнедеятельности, перестроить его активность в соответствии с условиями воспитания и коллективного обучения, тем самым оказав развивающее влияние на его психику. Таким образом, приспособительной концепции адаптации противостоит конструирующая концепция.

4. Принцип индивидуального подхода в создании специальных условий для деятельности и общения с ребенком.

Предполагает, что взрослые овладевают методами и приемами психолого-педагогического воздействия в зависимости от характера поведения ребенка.

5. Принцип взаимодействия семьи и дошкольного учреждения.

Акцентирует внимание на повышении роли семейного воспитания в развитии и воспитании ребенка, установлении партнерских отношений «семья – дошкольная образовательная организация».

Ниже представлено краткое содержание программы психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям дошкольной образовательной организации.

Направление 1. Работа с детьми трех лет.

Реализация данного условия осуществляется на групповых развивающих занятиях.

Оказание помощи детям предполагает широкое использование индивидуальных форм взаимодействия с целью установления доверительного контакта, торможения негативных эмоциональных состояний и снятия излишнего эмоционального возбуждения.

Цель – обеспечение благополучного хода адаптационного процесса, благоприятного психологического климата в адаптационных группах.

Программа направлена на решение задач.

- преодоление стрессовых состояний у детей в период адаптации к ДОО;
- создание положительного эмоционального климата в детском коллективе;
- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- развитие общей и мелкой моторики, координации движений;
- развитие психических процессов;
- развитие произвольности поведения, умения подчиняться правилам;
- развитие навыков общения, взаимодействия со взрослыми и сверстниками;

- развитие игровых навыков, переход от игры «рядом» к игре «вместе».
- приобщение ребенка к общепринятым нормам и правилам поведения в группе сверстников.

Оборудование: фонотека, настольные игры, предметные игрушки, пластилин, краски, карандаши, фломастеры, ковер, массажный шарик, легкие прозрачные шарфы, бумага для рисования, специальный раздаточный материал (для отдельных занятий), цветные шнуры, мелкие игрушки, горох.

Структура и форма занятий. Занятия проводятся 2–3 раза в неделю. Длительность занятия 20 минут.

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

Методы: игротерапия, элементы психогимнастики, элементы арт-терапии (рисование), элементы сказкотерапии.

Основное содержание занятий представлено в таблице 6.

Представленные занятия можно реализовывать через групповую и подгрупповую форму работы с детьми, элементы занятия возможно использовать в индивидуальной работе и включать в режимные моменты.

Содержание занятий с детьми трех лет в адаптационный период к
условиям ДОО

Тема	Цель и задачи	Методы и техники развития и коррекции	Дата проведения
1	2	3	4
«Божья коровка»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание положительного эмоционального настроения в группе. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умения действовать соответственно правилам игры; - развивать координацию движений, общую и мелкую моторику; - развивать внимание, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Беседа «Божья коровка у нас в гостях». 3. Игра-упражнение «Поймаем Божью коровку». 4. Упражнение «Божья коровка улетит на небо». 5. Упражнение «Превращение в Божьих коровок». 6. Прощание. 	9.09.2019
«Листопад»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание атмосферы эмоциональной безопасности. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - снять эмоциональное и мышечное напряжение; - снять импульсивность, повышенную активную двигательность; - развивать умение двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп; реакций; - развивать речь, воображение, творческие способности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Беседа о времени года «Осень». 3. Игра «Прогулка в осенний лес». 4. Игра «Дождик и солнышко». 5. Изотерапия: «Листопад». 6. Прощание. 	12.09.2019

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
«Прогулка в осенний лес»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать эмпатию; - развивать слуховое внимание, произвольность, способность быстро реагировать на инструкцию; - снизить излишнюю двигательную активность; - развивать пространственные представления; - развивать общую моторику; - развивать память, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Прогулка в осенний лес». 3. Упражнение «Найдём ёжика». 4. Чтение стихотворения Б. Заходера «Что ты ёж такой колючий?» 5. Игра «Спрячемся от лисы, волка и медведя». 6. Упражнение «Помоги ёжику». 7. Прощание. 	<p>17.09.20 19</p>
«Мячик»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать эмпатию; - развивать слуховое внимание, произвольность, способность быстро реагировать на инструкцию; - снизить излишнюю двигательную активность; - развивать восприятие цвета, соотнесение предметов по цвету; - развивать пространственные представления; - развивать общую моторику; - развивать память 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Упражнение «Большой мяч». 3. Чтение стихотворения С. Маршака «Мой весёлый звонкий мяч». 4. Игра «Превращение в мячики». 5. Игра «Найдём мячик». 6. Прощание. 	<p>20.09.20 19</p>

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
«Весёлый петрушка»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание положительного эмоционального настроения в группе. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха; - закрепить знания детей о принадлежности к полу (девочка-мальчик); - закрепить пространственные представления («верх»-«низ»); - развивать общую и мелкую моторику; - развивать восприятие, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Разыгрывание сценки «К нам едет Петрушка в гости». 3. Игра «Едем в страну развлечений». 4. Упражнение «Где же наши детки?» 5. Игра «Карусель» с чтением потешки «Карусели». 6. Упражнение «Весёлая игра». 7. Прощание-инсценировка «Паровозик уезжает». 	<p>23.0</p> <p>9.20</p> <p>19</p>
«Мячики»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы, развитие эмпатии. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать коммуникативные навыки у детей; - снять эмоциональное напряжение; - развивать умение согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха; - развивать общую и мелкую моторику; - развивать зрительное восприятие, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Упражнение «Сравним мячики». 3. Упражнение «Покажем большой и маленький мячики». 4. Игра «Мячики». 5. Упражнение «Мячики отдыхают». 6. Упражнение «Похлопаем по мячику» с чтением потешки. 7. Пальчиковая гимнастика «Нарисуем мячики». 8. Изотерапия: «Большой и маленький мячики». 9. Прощание. 	<p>27.0</p> <p>9.20</p> <p>019</p>

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
«Зайка»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание положительного эмоционального настроения в группе. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие умения подражать движениям взрослого; - развивать умения подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; - снизить излишнюю двигательную активность, импульсивность; - развивать координацию движений, общую и мелкую моторику; - развивать тактильное восприятие, внимание, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Беседа о времени года «Зима». 3. Упражнение «Мы слепили снежный ком». 4. Игра «Зайчик оживи». 5. Упражнение «Зайка». 6. Упражнение «Поможем зайчику». 7. Прощание. 	2.10.2019
«Мыльные пузыри»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание положительного эмоционального настроения в группе. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - снятие эмоционального напряжения и агрессии; - развить умение устанавливать контакты друг с другом, сплочение коллектива; - снизить излишнюю двигательную активность, импульсивность; - развивать чувство ритма, общую и мелкую моторику; - развивать внимание, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Отгадаем загадку «Мыльный пузырь». 3. Игра «Мыльные пузыри». 4. Игра «Надувайся пузырь». 5. Игра «Пузыри в баночке». 6. Упражнение «Хрупкий пузырь». 7. Прощание. 	7.10.2019

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
«Мишка»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы, развитие эмпатии. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развить умение устанавливать контакты друг с другом, сплочение коллектива; - снизить излишнюю двигательную активность, импульсивность; - развивать чувство ритма, общую и мелкую моторику; - развивать внимание, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Знакомство с мишкой Топтыгиным. 3. Игра «Разбудим мишку». 4. Игра «У медведя во бору». 5. Упражнение «Мишка косолапый». 6. Изотерапия: «Банка с мёдом» 7. Прощание. 	<p>10.10.2019; 5.11.2019</p>
«Непослушные мышата»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трёх лет. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать положительную самооценку; - развивать умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм; - развивать слуховое внимание, быстроту реакции; - развивать общую и мелкую моторику; - развивать чувство юмора, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Непослушные мышата». 3. Беседа «Как непослушные мышата всё делают наоборот». 4. Упражнение «Скачут мышки-шалунишки». 5. Игра «Мышки и часы». 6. Пальчиковая гимнастика «Это папа – мышь, это мама – мышь...». 7. Прощание. 	<p>15.10.2019; 8.11.2019</p>

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
«Мамин день»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оптимизация детско-родительских отношений. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать доброе отношение к маме; - развивать двигательные навыки; - развивать восприятие; - развивать внимание; - развивать речь. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Мама». 3. Упражнение «Умой личико». 4. Упражнение «Мой мишка». 5. Игра «Колокольчик». 6. Упражнение «Куколка». 7. Прощание. 	<p>18.10.2019; 12.11.2019</p>
«Музыканты»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание положительной эмоциональной обстановки, сплочение группы. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отработать умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом музыки и текста; - развивать образность слухового восприятия; - развивать слуховую и зрительную память; - развивать общую и мелкую моторику; - развивать внимание, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Угадай». 3. Упражнение «Волшебное слово». 4. Игра «Антошка». 5. Пальчиковая гимнастика «Игра на инструментах». 6. Прощание. 	<p>21.10.2019; 15.11.2019</p>

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
«Колобок»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сплочение группы, развитие эмпатии. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать у детей навыки сотрудничества; - снять страхи перед сказочными героями; - развивать общую и мелкую моторику, координацию движений; - развивать восприятие (вкусовое, тактильное, зрительное, обонятельное); - развивать пространственные представления; - развивать внимание, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Инсценировка сказки «Приключения Колобка». 3. Игра «Колобки прячутся от волка». 4. Упражнение «Катятся Колобки по дорожке». 5. Упражнение «Колобки переплывают реку». 6. Прощание. 	<p>24.10.2019; 18.11.2019</p>
«Котят а»	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование положительной самооценки, развитие эмпатии. <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать у детей стремление сопереживать, помогать, поддерживать друг друга; - снять мышечное напряжение; - развивать умение выражать эмоции (страх, грусть и радость); - развивать слуховое восприятие, умения воспроизводить услышанные звуки; - развивать моторику, координацию движений, ориентацию в собственном теле; - развивать внимание, речь и воображение. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Отгадай загадку «Кто с вами разговаривает?». 3. Игра «Котят а». 4. Игра «Переплыви ручей». 5. Прощание. 	<p>28.10.2019; 22.11.2019</p>

Направление 2. Работа с родителями.

Организация психологического сопровождения в рамках данного направления осуществлялась через организацию адаптационного родительского клуба «Вместе».

Цель клуба: создание условий, облегчающих адаптационный период при поступлении ребенка в дошкольное учреждение путем взаимодействия детского сада и семьи через работу родительского адаптационного клуба.

Задачи:

- помочь детям трех лет преодолеть стрессовые состояния в период адаптации к ДОО;
- сформировать психологические знания родителей по проблеме адаптации детей к условиям ДОО;
- использовать новые организационные формы привлечения родителей к сотрудничеству с ДОО.

Заседания клуба проводятся два раза в месяц, формы работы с родителями в клубе коллективные и индивидуальные. На таких заседаниях каждый родитель мог высказаться о тревожащей его проблеме.

Содержание деятельности:

- заседание – круглый стол на тему «Давайте познакомимся», «Успехи и проблемы адаптации детей к ДОО» позволили родителям через презентации, выставки фотографий получить информацию и обсудить её, поделиться опытом по обсуждаемой проблеме.
- заседание – устный журнал «Этот особенный возраст трех лет», использовался для того, чтобы дать родителям теоретические знания по проблеме. В ходе заседания просмотрены видео-материалы, проведены лекции – диалоги, экспресс - опросы.
- заседание - деловая игра «Адаптируемся вместе» помогла родителям с помощью решения проблемных ситуаций, игровых упражнений, освоить основные приемы подготовки ребенка в посещение детского сада.

– заседание - дискуссия « Разговор по душам», на котором состоялся диалог со специалистами по проблеме адаптации ребенка , обсуждались между родителями проблемы и затруднения родителей по адаптации детей к детскому саду.

– психологические групповые консультации: «Поступаем в детский сад», «Каким должен быть режим при поступлении в детский сад».

– индивидуальные психологические конслутации по запросу родителя.

– выпуск памятки «Ваш ребенок идет в детский сад».

– оформление уголка родителей в группах и стенда психолога по темам: «Особенности развития детей 3-года жизни», «Живу по расписанию», «Я играю целый день, мне играть совсем не лень».

Направление 3. Работа с педагогами дошкольной образовательной организации.

Реализация адаптации детей трех лет к ДОО по направлению работы с педагогами включает в себя:

1. Групповое и индивидуальное консультирование педагогов по вопросам адаптации и развитию детей трех лет жизни.

«Первые дни ребенка в детском саду»,

«Игры с детьми в адаптационный период»,

«Особенности адаптации детей к ДОО»,

«Взаимодействие педагогов и родителей в период адаптации детей к условиям ДОО».

2. Консультативная помощь в организации предметно-развивающей среды и психологических уголков в группах ДОО.

3. Семинар – практикум: «Использование игровых методов в адаптационный период».

4. Семинар-тренинг «Вопросы адаптации ребенка в ДОО».

Ниже представлен план-конспект семинар-тренинга «Вопросы адаптации ребенка в ДОО».

Семинар-тренинг психолога для педагогов ДОО: «Вопросы адаптации ребенка в ДОО»

Цель: знакомство педагогического состава и помощников воспитателей с психологическими аспектами адаптации детей к условиям детского сада, повышение психологической компетентности по проблемам воспитания и взаимодействия с детьми, которые ходят о период адаптации.

Оборудование: экспресс-анкеты, ручки, кисточки, краски, стакан с водой, соль, перец, горсть земли, бумага, магнитофонные записи.

Содержание семинар-практикум психолога с работниками ДОО:

- вступление;
 - приветствие «Комплимент»;
 - обсуждение правил работы;
 - мини-лекция «Что такое адаптация ребенка в ДОО»;
 - мозговой штурм на тему «Качества педагога в период адаптации ребенка к детскому саду»;
 - дискуссия на тему: «Критический возраст для адаптации»;
 - мозговой штурм на тему «От чего зависит облегчение адаптационного периода?»;
 - музыкальная притча «Одинокая звездочка»;
 - упражнение: «Кто виноват?»;
- Составление портрета новоприбывшего ребенка;
- мастер-класс «Сказкотерапия. Подготовка ко сну»;
 - взаимоотношения ребенка со сверстниками: разработка рекомендаций воспитателям;
 - упражнение «Что нового узнал я для себя» – подведение итогов занятия;
 - упражнение «Ваше настроение и пожелания» Цель: создание позитивного настроения;

– упражнение «Аплодисменты по кругу». Цель: Развитие умения участников делать комплименты, сплочение коллектива, дружеское завершение тренингового занятия.

Таким образом, программа работы по психологическому сопровождению периода адаптации детей трех лет к ДОО предполагает всестороннюю деятельность педагога-психолога в рамках каждого из направлений работы (диагностика, консультирование, просвещение) со всеми участниками образовательного процесса (дети, родители, педагоги).

2.3. Оценка эффективности психологического сопровождения адаптации детей трех лет к дошкольной образовательной организации

После реализации психологического сопровождения необходимо было оценить его эффективность. Поэтому, с целью проверки эффективности реализованного психологического сопровождения нами была проведена повторная диагностика с использованием той же психодиагностической методики, что и на подготовительном этапе проекта диагностика с использованием методики «Лист адаптации» Г.В. Пантюхиной, К.Л. Печора, Н.В. Соколовской.

Динамика степени адаптации детей трех лет экспериментальной группы после реализации проекта представлена на рисунке 5.

Анализ динамики степени адаптации детей младшего дошкольного возраста экспериментальной группы к условиям ДОО после реализации проекта позволяет сделать следующие выводы:

Как и на констатирующем этапе эксперимента отсутствуют дети с дезадаптацией.

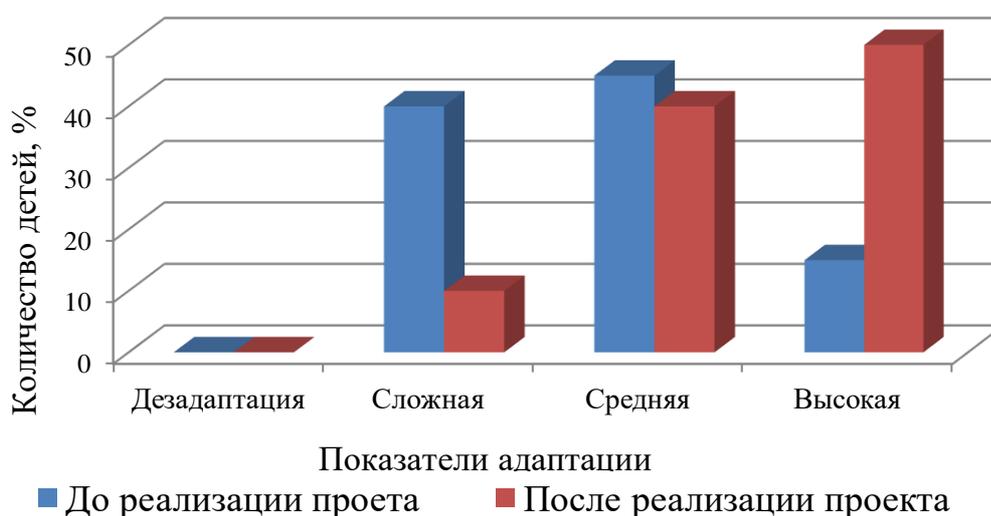


Рисунок 5. Динамика степени адаптации детей трех лет

экспериментальной группы к условиям ДОО после реализации проекта

Показатель сложной степени адаптации детей трех лет экспериментальной группы снизился с 40% до 10% (динамика составляет 30%). После реализации проекта только 10% детей трех лет характеризуются тревожным, подавленным эмоциональным состоянием, на контакт со сверстниками и взрослыми не идут, отсутствует поведенческая активность.

Как и на подготовительном этапе проекта, почти половина исследуемых детей трех лет (40% детей) имеют среднюю степень адаптации к условиям ДОО (показатель среднего уровня снизился на 5%). Эмоциональное состояние детей трех лет данной группы часто нестабильно, однако при эмоциональной поддержке взрослого дети проявляют познавательную и поведенческую активность.

Наиболее информативным является показатель высокой степени адаптации. После реализации проекта психологического сопровождения адаптации детей трех лет к ДОО в экспериментальной группе показатель высокой степени адаптации к ДОО увеличился на 40% и на контрольном этапе эксперименте высоко адаптированными являются 50% детей трех лет экспериментальной группы. У детей преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Они активно контактируют со

взрослыми и детьми, быстро приспособились к новой обстановке и незнакомым взрослым.

В контрольной группе показатель адаптации значительно не изменился, что подтверждается данными рисунка 6.

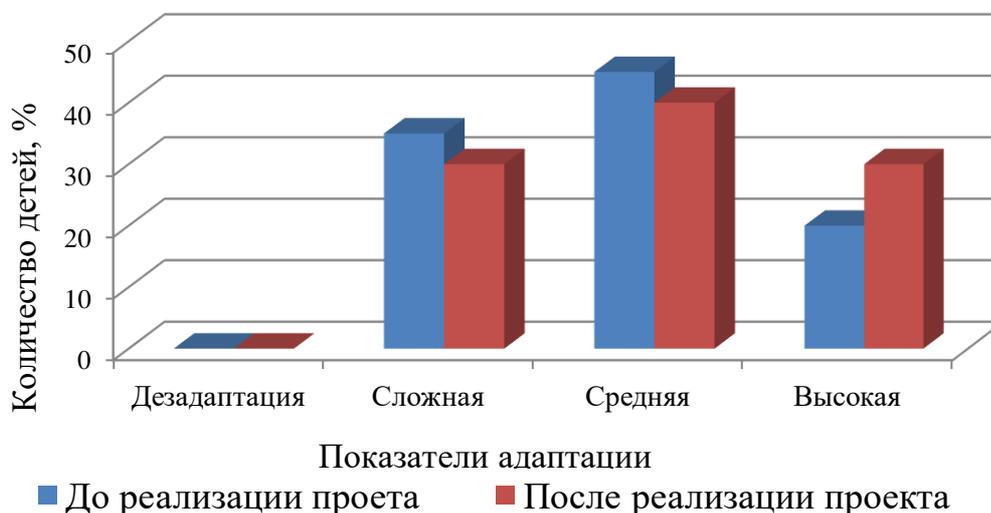


Рисунок 6. Динамика степени адаптации детей трех лет контрольной группы к условиям ДОО после реализации проекта

Показатель сложной степени адаптации детей трех лет экспериментальной группы снизился на 5% и после реализации проекта 30% детей остаются тревожными, имеют подавленное эмоциональное состояние, на контакт со сверстниками и взрослыми не идут, отсутствует поведенческая активность.

Как и до реализации проекта (на подготовительном его этапе), почти половина исследуемых детей трех лет (40% детей) имеют среднюю степень адаптации к условиям ДОО (показатель среднего уровня снизился на 5%). Эмоциональное состояние детей трех лет данной группы часто нестабильно, однако при эмоциональной поддержке взрослого дети проявляют познавательную и поведенческую активность.

После реализации проекта в контрольной группе показатель высокой степени адаптации к ДОО увеличился только на 10%, следовательно высоко адаптированными являются 30% детей трех лет контрольной группы. У детей преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние.

Они активно контактируют со взрослыми и детьми, быстро приспособились к новой обстановке и незнакомым взрослым.

Проведем анализ динамики адаптации детей трех лет к условиям ДОО по основным показателям адаптации: аппетит, сон, социальные контакты ребенка, эмоциональное состояние после реализации мероприятий психологического сопровождения адаптации детей трех лет к ДОО.

На рисунке 7 представлена динамика средних значений по показателям адаптации детей экспериментальной группы после проекта.

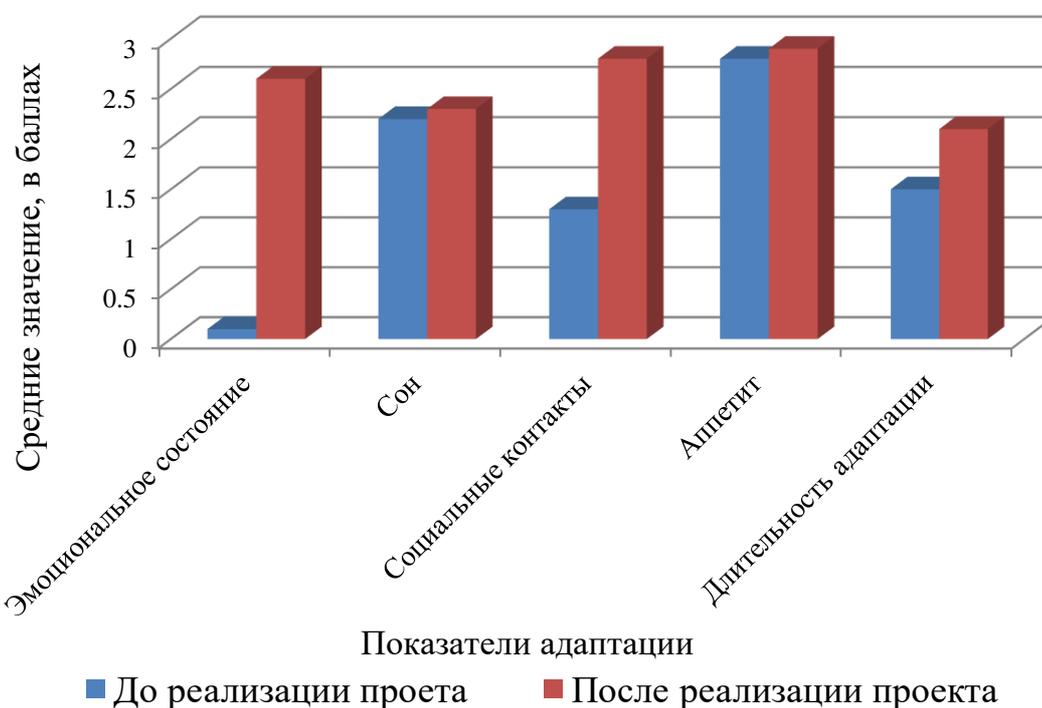


Рисунок 7. Динамика показателей степени адаптации детей трех лет экспериментальной группы к условиям ДОО после реализации проекта

Анализ среднегрупповых значений по показателям адаптации детей к условиям дошкольной организации в экспериментальной группе свидетельствует, что у детей наблюдаются следующая положительная динамика после реализации проекта по организации психолого-педагогического сопровождения адаптации детей трех лет к ДОО по следующим показателям.

Наиболее информативной является показатель адаптации «эмоциональное состояние» (среднее значение 0,1 баллов на подготовительном этапе проекта и 2,6 после реализации проекта).

Значительная положительная динамика наблюдается по показателю «социальные контакты» (среднее значение показателя 1,3 балла на подготовительном этапе проекта и 2,8 после его реализации).

Незначительная положительная динамика выявлена по показателям «аппетит» (динамика 0,1 балла), «сон» (динамика 0,1 балла) и «длительность адаптации» (динамика 0,6 балла).

Таким образом, на основании качественных данных показателей адаптации после реализации проекта психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям ДОО в экспериментальной группе можно констатировать следующее:

Негативное эмоциональное состояние сменилось преобладанием положительного эмоционального состояния, в течение дня дети веселы, жизнерадостны, подвижны, активны, преобладает хорошее настроение, спокойны.

Если для реализации проекта преобладали нарушения социальных связей, то после реализации проекта дети трех лет имеют много друзей, охотно играют со сверстниками в группе, некоторые дети сдержаны, старается быть рядом со взрослым, просится на руки.

Таким образом, реализация проекта «Психологическое сопровождение адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет» способствовала успешной адаптации детей трех лет к условиям ДОО.

Выводы по главе 2

На подготовительном этапе проекта были получены следующие показатели психологического климата и факторы его формирования в молодежной организации.

Анализ степени готовности детей трех лет к поступлению в ДОО свидетельствует, что преобладающее большинство детей в двух группах условно готовы

Полученные данные степени адаптации детей трех лет к условиям ДОО свидетельствуют, что на подготовительном этапе проекта большинство детей трех лет имеют сложную и среднюю степени адаптации к условиям ДОО.

На основании качественных данных показателей адаптации можно констатировать следующее:

- Преобладает отрицательное эмоциональное состояние, разлука с родителями сопровождается криком и плачем, в течение дня подавленное настроение.

- Преобладают нарушения социальных связей – дошкольники проявляют безразличие к играм, отстраненность и замкнутость.

- Преобладают частичные нарушения сна и аппетита.

Основной этап направлен на реализацию условий психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям ДОО, которое включает в себя три направления.

Направление 1.

Работа с детьми трех лет – помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения через организацию групповых развивающих занятий.

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

элементы психогимнастики, элементы арт-терапии (рисование), элементы сказкотерапии.

Направление 2.

Работа с родителями – психологическая помощь родителям, направленная, в частности, на информирование об особенностях развития детей младшего дошкольного возраста, преодоление кризиса 3 лет, обеспечение условий успешной адаптации и т.п. через организацию организации адаптационного родительского клуба «Вместе», через реализацию форм работы: круглый стол, дискуссия, деловая игра, семинар-практикум, индивидуальное и групповое психологическое консультирование, технологии психологического просвещения.

Направление 3.

Работа с педагогами дошкольной образовательной организации детей трех лет к ДОО по направлению работы с педагогами включает в себя: групповое и индивидуальное консультирование педагогов по вопросам адаптации и развитию детей 3-го года жизни, семинар-практикум и семинар с элементами тренинга.

После реализации психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям ДОО улучшились показатели адаптации к ДОО у детей трех лет.

Показатель сложной степени адаптации младших дошкольников экспериментальной группы снизился на 30%, показатель высокого уровня адаптации к ДОО увеличился на 40%.

Негативное эмоциональное состояние сменилось преобладанием положительным эмоциональным состоянием, в течение дня дошкольники веселы, жизнерадостны, подвижны, активны, преобладает хорошее настроение, спокойны.

Произошло установление и развитие социальных связей, то после реализации психолого-педагогических рекомендаций младшие дошкольники

имеют много друзей, охотно играют с детьми, некоторые дети сдержаны, старается быть рядом со взрослым, просится на руки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам проведенного исследования, можно сделать ряд выводов, согласно поставленной цели и задачам исследования.

Адаптация – это процесс приспособления ребенка к конкретным условиям в образовательном учреждении и изменения им себя в соответствии с этими условиями и общепринятыми нормами.

Адаптационный процесс детей к условиям ДОО включает три фазы: острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе; подострая фаза, которая характеризуется адекватным поведением ребенка; фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети, к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

В возрасте трех лет дети становятся самостоятельнее. Для детей характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако, начинает складываться и произвольность поведения. У детей появляется чувство гордости и стыда. Ребенок осознает себя как отдельного человека, формируется образ Я. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я.

Проблема адаптации зависит от возраста ребенка, состояния здоровья, уровня развития. Период привыкания детей к ДОО – неизменно сложная проблема. От того, как пройдет привыкание ребенка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависят его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в детском саду и в семье.

В практической части исследования разработанная нами программа «Детский сад для всех», включающая в себя программы социально-

коммуникативного, познавательного, речевого, художественноэстетического и физического развития, была направлена на психологопедагогическое сопровождение процесса адаптации к детскому саду детей трех лет.

Кроме того, было проведено опытноэкспериментальное исследование по оценке эффективности внедрения разработанного проекта в практику работы ДОО.

Обобщая результаты реализации программы психологического сопровождения процесса адаптации к детскому саду детей трех лет, можем сказать об эффективности реализованной программы, о чем свидетельствует следующая динамика:

После реализации психологического сопровождения адаптации детей трех лет к условиям ДОО улучшились показатели адаптации к ДОО у детей трех лет:

Показатель сложной степени адаптации младших дошкольников экспериментальной группы снизился на 30%, показатель высокого уровня адаптации к ДОО увеличился на 40%.

Негативное эмоциональное состояние сменилось преобладанием положительным эмоциональным состоянием, в течение дня дошкольники веселы, жизнерадостны, подвижны, активны, преобладает хорошее настроение, спокойны.

Произошло установление и развитие социальных связей, то после реализации психолого-педагогических рекомендаций младшие дошкольники имеют много друзей, охотно играют с детьми, некоторые дети сдержаны, старается быть рядом со взрослым, просится на руки.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. М.: Перспектива, 2014.
2. Абрамова Г.С. Возрастная психология. Учебник и практикум. В 2 томах (комплект из 2 книг) / Г. С. Абрамова. М.: Юрайт, 2015. 818 с.
3. Аверин В.А. Психология детей и подростков: Учѐб. пособие. / В.А. Аверина. 2-е изд., перераб. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. 379 с.
4. Адаптация ребенка к детскому саду. Ширмы с информацией для родителей и педагогов. ФГОС ДО. М.: Учитель, 2018. 486 с.
5. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление, диагностика, рекомендации. Москва: Мир, 2016. 804 с.
6. Аникеева Н.П. Воспитание игрой / Н.П. Аникеева. М.: Просвещение, 2015. 126 с.
7. Арнаутова Е.П. Планируем работу ДОУ с семьей // Управление ДОУ 2002. №3. С. 31–35.
8. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. Воронеж: Учитель, 2006. 236 с.
9. Бобылева А.Г. Проблема адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ / А. Г. Бобылева // Crede Experto: транспорт, общество, образование, язык. 2017. № 1 (12). С. 17–21.
10. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. СПб: Питер, 2009. 400 с.
11. Божович Л.И. Психологические закономерности формирования личности в онтогенезе / Божович Л. И. // Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды. / Под ред. Д. И. Фельдштейна. М.: Издательство «Институт практической психологии», 1997. С. 180–192.
12. Вульф В.З. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.И. Пидкасистый, В.З. Вульф, В.Д. Иванов . М.: Юрайт, ИД Юрайт, 2012. 724 с.

13. Выготский Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии. 1966. №6. С. 5–15.
14. Выготский Л. С. Проблемы развития психики / Л. С. Выготский. М.: Педагогика, 1982. 368 с.
15. Галигузова Л.Н. Дошкольная педагогика: Учебник и практикум для академического бакалавриата / Л.Н. Галигузова, С.Ю. Мещерякова-Замогильная. Люберцы: Юрайт, 2016. 284 с.
16. Глебов В. Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации / В. Глебов // Дошкольное воспитание. 2013. № 11. С. 116–120.
17. Глухов В.П. Коррекционная педагогика с основами специальной психологии (курс лекций): Учебное пособие / В.П. Глухов. М.: Секачев В., 2012. 256 с.
18. Голуб Л.Н. Адаптация как социальный процесс / Л.Н. Голуб // Вестник Брянской государственной сельскохозяйственной академии. 2018. № 3. С. 64–68.
19. Голуб Л.Н. Педагогические условия и факторы эффективной адаптации студентов в условиях вуза / Л.Н. Голуб // Электронный журнал. Вестник образовательного консорциума «Среднерусский университет». Серия: Гуманитарные науки. 2016. № 8. С. 14–16.
20. Гусейнова А.С. Психология и педагогика воспитания: Как достичь гармонии в отношениях родителей и ребенка / А.С. Гусейнова. М.: Ленанд, 2014. 320 с.
21. Детский сад окно в мир добра и радости. Методическое пособие для родителей по успешной адаптации детей к условиям детского сада / Коллектив авторов. М.: БУК, 2017. 982 с.
22. Доман Г. Гармоничное развитие ребенка: Пер. с англ / Г. Доман. М.: КноРус, 2015. 156 с.
23. Дрягалова Е. А. Психологопедагогическое сопровождение процесса адаптации первоклассников к школе: дисс. / Е. А. Дрягалова.

Нижний Новгород, 2010. 201 с.

24. Изотова Е.И. Проблема переживания в концепциях Выготского и Теплова: современный контекст / Е.И. Изотова, Т.Д. Марцинковская // Культурноисторическая психология. 2016. Т. 12, № 4. С. 4–13.

25. Ильина И. С. Адаптация ребенка к детскому саду. Общение, речь, эмоциональное развитие / И.С. Ильина. М.: Академия развития, 2008. 144 с.

26. Киреева Э.А. Психология и педагогика (для бакалавров) / Э.А. Киреева. М.: КноРус, 2012. 496 с.

27. Ковынева, О.Г. Психологические особенности детей дошкольного возраста / О.Г. Ковынева, В.Н. Введенский // Universum: психология и образование. 2017. № 11 (41). С. 13–16.

28. Костяк Т. В. Психологическая адаптация ребенка в детском саду / Т. В. Костяк. М.: Академия, 2014. 176 с.

29. Косякова О.О. Возрастные кризисы / О.О. Косякова. Ростов н/Д : Феникс, 2007. 224 с.

30. Кравцов Г.Г. Психология игры (культурноисторический подход) / Г.Г. Кравцов, Е.Е. Кравцова. М.: Флинта, 2017. 331 с.

31. Лапина И.В. Адаптация детей при поступлении в детский сад. Программа, психологопедагогическое сопровождение, комплексные занятия / И.В. Лапина. М.: Учитель, 2015. 733 с.

32. Лунева О.В. Адаптация социальная / О.В. Лунева // Знание. Понимание. Умение. 2018. № 3. С. 240–246.

33. Лыкова И.А. Адаптация к детскому саду детей раннего возраста. Учебно-методическое пособие для реализации комплексной образовательной программы «Теремок». ФГОС ДО / И.А. Лыкова. М.: Цветной мир, 2018. 136 с.

34. Мандель Б.Р Педагогика: Учебное пособие / Б.Р Мандель. М.: Флинта, 2014. 288 с.

35. Микляева Н.В. Дошкольная педагогика: Учебник для академического бакалавриата / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева, Н.А.

Виноградова. Люберцы: Юрайт, 2016. 411 с.

36. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / А.В. Мудрик. М.: ИЦ Академия, 2013. 240 с.

37. Мухина В.С. Типы материнского отношения к ребенку и психологические проблемы материнства / В.С. Мухина // Психология родительства и семейного воспитания: Материалы II международной конференции. Курган: Изд-во КГУ, 2004. С. 156–168.

38. Пастюк О.В. Психология и педагогика: Учебное пособие / О.В. Пастюк. М.: НИЦ ИНФРА–М, 2013. 160 с.

39. Печора К. Л. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях / К. Л. Печора, Г. В. Пантюхина. М.: Владос, 2002. 156 с.

40. Печора, К.Л. Развиваем детей раннего возраста / К.Л. Печора. М.: Инфра–М 2017. 145 с.

41. Пиаже Ж. Психология ребенка. / Ж. Пиаже, Б. Инельдер. М.: Издательство: «Питер», 2003. 160 с.

42. Поливанова К.Н. Современное родительство как предмет исследования / К.Н. Поливанова // Психологическая наука и образование. 2015. Т.7, №3. С. 1–11.

43. Приступа, Е.Н. Социальная работа: теория и практика : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / под ред. Е.Н. Приступы. М. : Издательство Юрайт, 2015. 306 с.

44. Разина Н.В. Психологическое содержание кризиса трех лет : дис. ... канд. психол. наук / Н.В. Разина. М.: Наука, 2002. 180 с.

45. Роньжина А. С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению / А. С. Роньжина. М.: Книголюб, 2015. 72 с.

46. Русаков А. Адаптация ребенка к детскому саду. Советы педагогам и родителям / А. Русаков. М.: Образовательные проекты, 2016. 136 с.

47. Рыбалко Е.Ф. Возрастная и дифференциальная психология: Учеб. Пособие / Е.Ф. Рыбалко. Л.: Издательство Ленинградского ун-та; 1990. 256 с.
48. Савушкин С.Н. Адаптация к детскому саду. Методическое пособие. Информация для детей и родителей / С.Н. Савушкин. М.: Сфера, 2016. 862 с.
49. Сергиенко Е.А. Модель психического в онтогенезе человека / Е.А. Сергиенко, Е.И. Лебедева, О.А. Прусакова. М.: ИП РАН, 2009. 415 с.
50. Серова И.Н. Проблемы адаптации к детскому саду у детей раннего возраста: анализ и рекомендации / И.Н. Серова // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. 2016. № 4. С. 115–119.
51. Соколовская Н.В. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / Н.В. Соколовская. М.: Учитель, 2017. 537 с.
52. Тимофеева Л.Л. Проблема адаптации к ДООУ детей раннего возраста / Л.Л. Тимофеева, О.В. Бережнова // Дошкольная педагогика. 2013. № 7. С. 6–10.
53. Турченко В.И. Дошкольная педагогика: Учебное пособие / В.И. Турченко. М.: Флинта, 2016. 256 с.
54. Уайт Б. Первые три года жизни / Б. Уайт. М.: Педагогика, 1982. 248 с.
55. Хаустова, А.И. Социальнопсихологическая адаптация / А.И. Хаустова // Молодой ученый. 2016. №26. С. 614–617.
56. Цаплина О.В. Программа психологопедагогического сопровождения адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации в условиях группы кратковременного пребывания / О.В. Цаплина // Гаудеамус. 2018. № 2 (36). С. 53–61.
57. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. Проблемы возрастной и педагогической психологии / Д.Б. Эльконин. М.: Педагогика,

2009. 554 с.

58. Павлова В.В. Социокультурная адаптация как объект теоретического рассмотрения <https://infourok.ru/statya-sociokulturnaya-adaptaciya-kak-obekt-teoreticheskogo-rassmotreniya-3717626.html>

59. Серебрякова Г.Г. Методическая разработка на тему «Адаптационный лист ребенка в детском саду» [Электронный ресурс] URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/05/20/list-adaptatsii-rebenka-k-dou>.

60. Шпилевая, И.Р. Методическая разработка по теме «Протокол наблюдения за поведением ребенка» [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2018/11/05/protokol-nablyudeniya-za-povedeniem-rebenka>.

Лист нормоконтроля

Выпускная квалификационная работа выполнена мной, Зуйковой Викой Олеговной, самостоятельно, оригинальность текста соответствует требованиям, предъявляемым к такого рода работам, и подтверждается справкой об оригинальности текста, сформированной системой проверки «Антиплагиат», объем работы составил 64 страницы.

Тема ВКР: Психологическое сопровождение адаптации к дошкольной образовательной организации детей трех лет.

Обучающийся

Зуйков 25.06.2020
(подпись, дата)

Зуйкова В.О.
(расшифровка подписи)

Нормоконтроль пройден.

Нормоконтролер

Л 25.06.2020 *Легалкина Г.Н.*
(подпись, дата) (расшифровка подписи)