

# Latvijas Universitāte

Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte

Nepilna laika studijas

Bakalaura profesionālā studiju programma "Pirmsskolas izglītības skolotājs"

## Pirmsskolas pedagoga darbs bērnu adaptācijas veicināšanai pirmsskolā

### Bakalaurs

#### Darba autors

**Veronika Janena**

Vārds, uzvārds

Paraksts

#### Darba vadītājs

**Docente**

Akadēmiskais amats

**Dr. paed.**

Zinātniskais/  
akadēmiskais  
grāds

**Antra**

**Randoha**

Vārds, uzvārds

Paraksts

RĪGA 2018

## SATURS

Ievads.....	5
1.Psihloģiski-pedagoģiskie bērnu adaptācijas nosacījumi pirmsskolā.....	7
1.1.Adaptācijas jēdziena raksturojums psiholoģijā un pedagoģijā.....	7
1.2.Bērnu adaptācijas iezīmes pirmsskolai.....	11
1.3. Sekmīgas bērna adaptācijas pirmsskolas pedagoģiskie nosacījumi.....	20
1.4. Otra jaunākā vecumposma bērnu attīstības likumsakarību raksturojums.....	26
1.5.Sadarbība ar ģimene adaptācijas procesā pirmsskolā.....	30
2. Otra jaunākā vecumposma bērnu veiksmīgas adaptācijas veicināšana.....	35
2.1. Pedagoģijas pētījumu metodoloģija.....	35
2.2. Bērnu raksturojums.....	39
2.3. Vecāku aptauju rezultātu analīze.....	42
2.4. Praktiskais darbs ar bērniem adaptācijas laikā .....	47
2.5. Pētījumu rezultātu analīze.....	54
Ieteikumi.....	57
Secinājumi.....	62
Literatūras saraksts.....	63
Pielikumi.....	65

## Anotācija

**Darba nosaukums:**” Pirmsskolas pedagoga darbs bērnu adaptācijas veicināšanai pirmsskolā.”

**Darba saturs:** 76 lpp., 5 diagrammas, 5 tabulas, 38 literatūras avots.

**Pētījuma mērķis :** zinātniski uzzināt un praktiski izpētīt bērna veiksmīgas adaptācijas veicināšanas iespējas pirmsskolas izglītības iestādē.

Tika izvirzīta hipotēze: ja pedagogs pārzina un respektē bērna personības iezīmes, ja mērķtiecīgi plāno savu darbu un sadarbību ar vecākiem, tad adaptācija pirmsskolas vecuma bērnam norit sekmīgi.

Diplomdarba teorētiskajā daļā ir apskatītas bērnu personības attīstības likumsakarības, kas balstītas uz L. Vigotska, L. Pavlova, I. Pontāgas, D. Škuškovnikas, Tonkovas-Jampoļskas atziņām, lai sekmīgi noritētu bērnu adaptācija pirmsskolas iestādē.

Darba praktiskajā daļā, veicot pedagoģisko novērojumu, vecāku aptauju, praktiski ir izpētīta sekmīga adaptācija bērniem pirmsskolas izglītības iestādē. Pētījuma rezultātā secināts, ka bērniem adaptācija veidojas sekmīgi, ja pedagogs pārzina un respektē bērna personības iezīmes.

Pētījuma hipotēze apstiprinājusies.

## ABSTRACT

**The title of the thesis:** "Pre-school teacher's work for promoting adaptation of children to pre-school."

**The content of the thesis:** 76 pages, 5 diagrams, 5 tables, 38 source of literature.

**The aim of the research:** to carry out scientific study and practical research of children's successful adaptation opportunities to pre-school.

The hypothesis stated: if a teacher knows and respects personality traits of a child, if he purposefully planning his work and cooperation with parents, then adapting for the pre-school age child passes successfully.

The theoretical part of this thesis examines the regularities of children's personality development, basing on the opinions of L. Vigotskis, L. Pavlovs, I. Pontaga, D Skushkovnika, Tonkova-Jampolska about the successful adaptation of children to a pre-school.

In the practical part of the thesis by performing pedagogical observation, interviewing parents, it was practically examined successful adaptation of children to pre-school. As a result of the research it is concluded that adaptation of children is successful if a teacher knows and respects personality traits of a child.

The research hypothesis was confirmed.

## Ievads

Problēmas aktualitāte ir tajā, ka pirmsskolas izglītības iestāde – tas ir pirmais ārpus ģimenes institūts, pirmā audzināšanas iestāde, ar kuru stājas kontaktā bērni. Bērna ierašanos pirmsskolas izglītības iestādē un viņa atrašanos grupā, sākuma periodā raksturo būtiskas viņa apkārtējās vides, dzīves un darbības veida izmaiņas, kas spējīgas izraisīt emocionālu stresu. Agrā vecumā bērna ienākšanai pirmsskolas izglītības iestādē var sekot adaptācijas problēmas jaunajiem nosacījumiem, jo adaptācijas ir ierobežotas. Tā saucamā “adaptācijas sindroma” parādīšanās bērnam ir viņa psiholoģiskās negatīvības iziet no viņa ģimenes sekas. Tas ir saistīts ar agrā vecuma īpatnībām. Bērni atšķiras ar emocionālā stāvokļa nestabilitāti. Šķiršanās ar tuviem cilvēkiem un ierastā dzīvesveida izmaiņas raisa bērnos negatīvas emocijas un bailes. Ilgstoša atrašanās stresa stāvoklī var izraisīt neirozes attīstību, psihofiziskās attīstības palēnināšanos. No tā, cik ļoti bērns ir sagatavots pārejai uz pirmsskolu ģimenē, ir atkarīga arī adaptācijas perioda norise un tā turpmākā attīstība. Lai bērnu adaptācijas periods risinātos vieglāk, ģimenei ir nepieciešama profesionāla palīdzība. Pirmsskolai ir jānāk ģimenei palīgā, tam ir jākļūst “atvērtam” attiecībā uz visiem attīstības un audzināšanas jautājumiem.

Pedagoģiskajā literatūrā autoru A. Žukova, N. Dobreicera, N. Vatunins atziņas ir veltītas bērnu agrīnā vecumā adaptācijas jautājumiem pirmsskolas izglītības iestādēs. N. Aksarina un A. Mičkisa teorijā adaptācija ir definēta galvenokārt kā medicīnas pedagoģiska problēma, kur risinājums prasa radīt apstākļus, kas apmierinātu bērnu komunikācijas, ciešu sadarbību starp ģimenes locekļiem un sabiedrības izglītošanu. Nepieciešama pienācīga adaptācijas organizācija un izglītības procesu.

Liela uzmanība adaptācijas problēmas apstākļiem ir aplūkota mūsdienu Rietumu un Austrumu Eiropas zinātnieku darbos kā K. Grošs, M. Zejdels, A. Atanasova, V. Manova-Tomova, J. Habinakova. Tie pierādīja, ka bērnu uzņemšana pirmsskolas iestādēs ir saistīta ar nelabvēlīgām emocionālām un psiholoģiskām personības izmaiņām. Nepieciešami labojumi, kas prasa mērķtiecīgu izglītības sistēmas izmaiņas ietekmi.

Lai novērtētu bērnu psiholoģisko stāvokli, uzsākot bērnudārza gaitas un izvērtētu pedagogu ieguldījumu bērnu attīstības procesā, ir nepieciešams pielietot tādas metodoloģiskās metodes kā datu vākšana, analīze, apstrāde, salīdzināšana. Uz teorētiski analizētās informācijas bāzes nepieciešams izstrādāt didaktisko spēļu un iestrādņu paraugus, kurus praksē realizējot pirmsskolas izglītības iestādes pedagogiem, iespējams veicināt bērnu adaptācijas procesu. Šis process ietver arī vecāku iesaisti un līdzdarbošanos, veicot konkrētus, iepriekš izstrādātu uzdevumu nosacījumus.

Tādēļ šī darba mērķis ir izstrādāt mērķtiecīgu programmu, kā pedagogam veicināt bērnu adaptācijas procesu pirmsskolā. Šī programma sevī ietver gan mijiedarbību ar bērniem, gan sadarbību ar vecākiem.

**Pētījuma objekts:** pedagoģiskais process pirmsskolā.

**Pētījuma priekšmets:** 3-4 bērna adaptācijas veicināšana pirmsskolā.

**Pētījuma mērķis:** zinātniski izziņāt un praktiski izpētīt bērna adaptācijas veicināšanā pirmsskolas izglītības iestādē.

**Pētījuma hipotēze:** ja pedagogs pārzina un respektē bērna personības īpatnības, ja mērķtiecīgi plāno savu darbu un sadarbību ar vecākiem, tad adaptācija pirmsskolas vecuma bērnam norit sekmīgi.

**Pētījuma uzdevumi:**

- Apkopot psihologu un pedagogu atziņas par adaptācijas nosacījumiem pirmsskolā.
- Izstrādāt programmu bērna adaptācijas veicināšanai un realizēt to praksē.
- Organizēt pētījumu, veikt pētījuma analīzi par programmas efektivitāti.
- Izstrādāt rekomendācijas, ieteikumus vecākiem un pedagogiem.

**Pētījuma metodes:**

- Pedagoģiskās literatūras analīze.
- Pārrunas ar vecākiem.
- Pedagoģiskais novērojums.
- Vecāku anketas.

**Pētījuma bāze:** Pētījumā piedalās 10 bērni un 18 vecākus.

**Pētījuma struktūra** – ievads, divas daļas, secinājumi un literatūras saraksts.

# 1. Psiholoģiski-pedagoģiskie bērnu adaptācijas nosacījumi pirmsskolas izglītības iestādē

## 1.1. Adaptācijas jēdziena raksturojums psiholoģijā un pedagoģijā

Ar adaptāciju (no latīņu val. *adaptatio* – pielāgošanās) ir pieņemts saprast organisma spēju pielāgoties dažādiem ārējās vides nosacījumiem. Sociālā adaptācija ir cilvēka pielāgošanās jaunās sociālās vides nosacījumiem; viens no personības socializācijas sociāli-psiholoģiskiem mehānismiem (Кощеева, 2006, 6-8). Adaptācija ir neizbēgama situācijās, kad rodas pretrunā starp mūsu iespējām un vides prasībām. Iedala trīs stilus, ar kuru palīdzību cilvēks var adaptēties videi:

- radošais stils, kad cilvēks cenšas aktīvi mainīt vides nosacījumus, piemērojot tos sev, un tādējādi pielāgojas pats;
- konformistiskais stils, kad cilvēks vienkārši pierod, pasīvi pieņemot visas vides prasības un apstākļus;
- izvairīgais stils, kad cilvēks mēģina ignorēt vides prasības, nevēlas vai nespēj pielāgoties tām.

Visoptimālākais ir radošais stils, vismazāk optimālais-izvairīgais (Козлова, Куликова, 2000, 187).

Ja psiholoģijas zinātne, lielākoties, pēta personības adaptīvās īpašības, adaptīvo procesu raksturu un personības pielāgošanās mehānismus sociālajai videi, tad pedagoģiju interesē pieaugušās paaudzes sociālās adaptācijas pedagoģiskā atbalsta un vadības jautājumi, līdzekļu, formu, profilakses metožu meklējumi, nelabvēlīgo adaptāciju variantu korekcijas metožu meklējumi, dažādu socializācijas institūtu loma bērnu adaptācijā.

Aplūkojot teorētiskās problēmas, kas attiecas uz psiholoģiju un personības attīstības pedagoģiju, adaptācija tiek aplūkota kā indivīda personības tapšanas fāze, kas stājas relatīvi stabilā sociālā kopībā (E.V Iļjenkovs, A. V. Petrovskis, D.I Feldšteins). Personības attīstība šeit atspoguļota kā tās ieejas procesus jaunās sociālā vidē, adaptācija un, galu galā, integrācija tajā (Айсина, Хачатурова, 2003, 46-51).

Izceļot personības attīstības posmus, A.V. Petrovskis pirmo fāzi uzskata par adaptācijas fāzi, kas paredz to normu apguvi, kas darbojas kopienā, izmantojot atbilstošas formas un darbības līdzekļus. Subjekts, ienākot jaunā sociālā kopienā, vēl nespēj paust sevi kā personību pirms viņš apgūst darbojošās normas. Ja indivīdam neizdodas pārvarēt adaptācijas grūtības, viņam rodas īpašības, kas izraisa nopietnas personības deformācijas. Adaptācija ir individualizācijas un personības socializācijas priekšnoteikums (Балл, 1989, 92-100).

Ienākot pasaulē, bērns stājas īpašās attiecībās ar apkārtējo vidi, turklāt vide spēlē ne tikai dzīves nosacījumu ārējās iekārtas lomu, kas vienkārši pastāv un ietekmē bērnu, bet kalpo par viņa attīstības galveno avotu, izpildot savdabīga palaišanas mehānisma lomu, kas pastiprina vai bremzē iekšējos procesus. Vēl jo svarīgāk, bērna attīstībā kā saka L.S. Vigotskis, tas, kas ir jāiegūst noslēgumā, jau atrodas vidē no paša sākuma (Выготский, 1984, 129).

Cilvēku attiecību pasaule paveras bērna priekšā no reālas pozīcijas, kas ir atkarīga no objektīvas vietas, kuru viņš ieņem dotajās attiecībās. Turklāt, ir svarīga arī bērna iekšējā personīgā pozīcija, t.i., tas, kā viņš pats attiecas pret savu stāvokli, kādu nozīmi spēlē apkārtējā īstenība, un kā viņš pārdzīvo tās prasības pret sevi personiski. Bērns nevis pasīvi adaptējas noteiktā sociālā vidē, pielāgojas apkārtējās pasaules priekšmetiem un parādībām, ko radījušas iepriekšējās cilvēku paaudzes, bet aktīvi apgūst viņu sasniegumus daudz līmeņu darbības procesā, kas vienmēr ir klāt bērna un pieaugušā attiecībās.

Tādējādi, izceļ divas sociāli-psiholoģiskās komponentes: individuālās-patstāvīgās uzvedības un sociāli-sabiedriskās cilvēka attīstības formas. Sociāli-sabiedriskā cilvēka attīstība ir nesaraujami saistīta ar nepieciešamību atdarināt sevi atbilstoši sabiedrības nosacījumiem un attīstības līmenim, to nosaka viņa sekmīga socializācija (Волошина, 2004, 12-17).

Sevis kā personības atskārsme ir neiespējama bez cilvēka darbības, ārpus viņa saskarsmēm, kas notiek pašā darbības procesā darbības lomas bērna personības īpašību attīstības procesā un, tādējādi, adaptācijas process visvairāk aplūkotas L.S. Vigotska, A.N. Ļeontjeva, S.L. Rubinšteina, D.I. Feldšteina un citu autoru darbos, kuros personība kā īpašība, kas pauž cilvēka sociālo būtību, formējas speciāli pieaugušo organizējamā bērna darbībā (Доронова, 2005, 144).

Šīs kopīgās izpildes procesā notiek bērna mijiedarbība ar sabiedrību. Darbības gaitā, kas ietver sevī subjekta polu un objekta polu, notiek "priekšmetiskošanas" procesi (subjekts iemieso savas ieceres, savas psiholoģiskās īpašības priekšmetā) un "atpriekšmetiskošana" (subjekts piesavinās darbības objekta īpašības), uzskata D.I. Feldšteins. Tieši darbība nodrošina psihiskās īstenības atspoguļojuma adekvātumu (Буве, 1994, 226).

Caur darbību subjekts stājas praktiskos kontaktos ar apkārtējiem priekšmetiem, kas bagātina un maina viņu. Tādējādi, pildot gan rezultāta, gan sabiedrisko attiecību subjekta lomu, personība formējas caur personīgajām aktīvajām sabiedriskajām darbībām, apzināti un mērķtiecīgi pārveidojot arī apkārtējo vidi un pašu sevi darbības procesā.

Tieši mērķtiecīgi organizētas darbības procesā notiek visu iekšēju personības struktūru tapšana, pašattīstās galvenie psihiskie procesi. Šī tapšana notiek ārējo darbību formu interiorizācijas mehānisma aktualizējas dēļ iekšējā, ideālajā domāšanas plānā un apziņā. Ar

interiorizāciju tiek saprasts kognitīvas process, bērna apziņas sociālo struktūru formēšanās kopumā (Выготский, 1999, 10).

Interiorizācija paredz, ka psihe piesavinās ārējās darbības struktūras, paralēli attīstot pašas personības aktivitātes, kustības un pašattīstības. Šis process pieprasa attīstīta adaptācijas potenciāla esamību bērna personībā, kas ļauj viņam ne tikai veiksmīgi pielāgoties sociāla prasībām, bet arī aktīvi to pārveidot.

Tik plaša adaptācijas procesa izpratne, kas saista to ar personisko subjektivitāti, raksturo Ž. Piažē psiholoģijas skolu. Saskaņā ar tās koncepciju, adaptācija ir jāaplūko kā pretēji vērstu procesu vienotība: akomodācijas un asimilācijas. Pirmais no tiem nodrošina organisma vai subjekta darbību funkcionēšanas modifikāciju atbilstoši vides īpašībām. Otrais maina vienus vai otrs šīs vides komponentus, pārstrādājot tos saskaņā ar organisma struktūru vai ietverot subjekta uzvedības shēmās. Adaptācijas aplūkošana šo pret virzienu vienotībā ir svarīgs šī jēdziena pielietojuma nosacījums, tā ir kategorija, kas spēlē aktīvu lomu jebkuras aktīvas funkcionēšanas izskaidrojumā (Божович, 2002, 128).

Sociāli-psiholoģiskā adaptācija ir personības un sociālās vides mijiedarbība, kas sekmē optimālu personības mērķu un grupas vērtību attiecību. Sociāli-psiholoģiskās adaptācijas gaitā tiek realizētas personību vajadzības, intereses un centieni, atklājas un attīstās personības individualitāte, personība ienāk jaunā sociālā vidē, kļūst par pilntiesīgu kolektīva locekli, pašapliecinās.

Adaptācijas process ir laika funkcija, kurā dažādos posmos var tikt iekļauti fizioloģiskie, psiholoģiskie vai sociālie mehānismi. Dažādu organisma sistēmu spēja, kas nodrošina homeostāzi, ir efektīvi piemērot savu darbību apkārtējās vides mainīgajiem nosacījumiem, ko, pirmkārt, nosaka centrālo regulatoru mehānismu darbs. Jebkurš normāls dzīvības process ir adaptīva rakstura, t.i., visas fizioloģiskās reakcijas var tikt adaptētas konkrētiem vides nosacījumiem, vai arī netikt adaptētas, tas ir, atrasties adaptācijas procesā. No tā izriet, ka dažādu fizioloģisko sistēmu dalības pakāpe dažādos adaptācijas līmeņos var būt atšķirīga.

Tādējādi, ar adaptāciju tiek izprasts cilvēka ieejas process jaunā vidē un iekārtā, pielāgošanās tās nosacījumiem. Adaptācija ir aktīvs process, kas ved vai nu pie pozitīviem (adaptējamība, tas ir, visu organisma un psihs lietderīgo izmaiņu kopums) rezultātiem, vai negatīviem (stress). Turklāt, tiek izcelti divi sekmīgas adaptācijas pamatkritēriji:

- iekšējais komforts (emocionāla apmierinātība);
- uzvedības iekšējais adekvātums (spēja viegli un precīzi izpildīt vides prasības).

Kompleksveida zinātnieku pētījuma gaitā, kas tika veikts dažādās valstīs, tika izceltas trīs adaptācijas fāzes:

- akūtā fāzē, kurai seko daudzveidīgas somatiskā stāvokļa un psihiskā statusa svārstības, kas izraisa svara pazemināšanos, biežas respiratorās saslimšanas, miega traucējumus, apetītes trūkumu, runas attīstības regresu (ilgst vidēji vienu mēnesi);
- pēcakūto fāzi raksturo adekvāta bērna uzvedību, tas ir, visas nobīdes samazinās un tiek reģistrētas tikai pēc atsevišķiem parametriem uz palēlināta attīstības tempa fona, īpaši psihiskā, salīdzinot ar vidējām vecuma normām (ilgst 3-5 mēnešus);
- kompensācijas fāzi raksturo attīstības tempa paātrināšanās, rezultātā bērni mācību gada beigās pārvar augstāk norādīto attīstības tempu aizkavējumu.

❖ Izšķir trīs akūtās adaptācijas perioda fāzes iziešanas smaguma pakāpes:

- vieglā adaptācija – nobīdes normalizējas 10-15 dienu laikā, bērns pieņemas svarā, adekvāti uzvedas kolektīvā, slimo ne biežāk kā parasti;
- vidēja smaguma adaptācija – nobīdes normalizējas mēneša laikā, turklāt bērns uz īsu laiku zaudē svaru, var iestāties saslimšana, kas ilgst 5-7 dienas, ir psihiskā stresa pazīmes;
- smaga adaptācija – ilgst no 2 līdz 6 mēnešiem, bērns bieži slimo, zaudē jau esošos ieradumus, var iestāties gan fizisks, gan psihisks organisma izsīkums (Выготский, 1984, 120).

Zinātniskās literatūras analīzes rezultātā ir nonākts pie pirmsskolas sociālās adaptācijas izpratnes kā aktīva apguves procesa, caur kuru viņi apgūst sociālo vidi, apgūstot uzvedības formas, kas vērstas uz attiecību harmonizāciju ar apkārtējiem un personīgo attīstību dotajā vidē.

Sociālajai adaptācijai agrā vecumā seko sociālās attīstības situācijas maiņa, bērns ienākšana pirmsskolā. Pozitīva adaptācijas pieredze palīdz pirmsskolniekam adaptēties ārpus sākumskolas robežām, atvērtā un strauji mainīgā sociumā, un rada labvēlīgus priekšnoteikumus turpmākai personības attīstībai.

Grūtības, kas rodas bērniem adaptācijas procesā, var izraisīt tās visnelabvēlīgākās formas – dezadaptāciju, kas var izpausties disciplīnas, rotaļu un mācības darbības, savstarpējo attiecību ar vienaudžiem un audzinātājiem pārkāpumos. Sekmīgai agrā vecuma bērna adaptācijai ir jāzina un jāņem vērā katra bērna vecums un individuālās īpatnības.

*Tādējādi adaptācija – tā ir organisma pielāgošanās jaunajai videi, savukārt, bērnam pirmsskolai, nešaubīgi vēl ir kas jauns, tā ir nezināma telpa, ar jaunu vidi un jaunām attiecībām. Adaptācijas būtība noslēdzas personības attīstības nodrošināšanā. Adaptācija aptver plašu individuālu reakciju spektru, kuru raksturs ir atkarīgs no bērna psiholoģiskajām un personības īpatnībām, no esošajiem ģimenes apstākļiem, no uzturēšanās nosacījumiem pirmsskolas iestādē.*

## 1.2 Bērna adaptācijas iezīme pirmsskolas iestādē

Bērna adaptācijai ir jābalstās viņa psihisko, vecuma un individuālo iezīmes zināšanās. Pedagoģijā un vecuma psiholoģijā bērna agrās attīstības process no dzimšanas līdz 3 gadiem tiek iedalīts divos galvenajos periodos : mazotne (no dzimšanas līdz 12 mēnešiem) un pirmsskolas bērnība (no 12 līdz 36 mēnešiem).

Agrā vecumā notiek intensīva psihiskā attīstība, kuras galvenās komponentes ir:

- priekšmetiskā darbība un lietišķa saskarsme ar pieaugušo;
- aktīva runa;
- netīša uzvedība;
- saskarsmes vajadzības ar vienaudžiem formēšana;
- simboliskās rotaļas sākums;
- sevis izziņa un patstāvība (Выготский, 1984, 56).

1-3 gadu vecums ir būtisks pārmaiņu periods maza bērna dzīvē.

Otrā dzīves gada beigās uzlabojas bērnu kustību koordinācija, viņi apgūst arvien sarežģītākus darbību kompleksus. Šajā vecumā bērns prot mazgāties, uzkāpt uz krēsla, lai paņemtu rotaļlietu, viņam patīk kāpelēt, lēkt, pārvarēt šķēršļus. Viņš labi jūt kustību ritmu. Mazuļi saskarsme ar pieaugušajiem agrā vecumā – ir obligāts priekšmetiskas darbības attīstības nosacījums, šī vecuma bērnu vadošās darbības (Аксарина, 1991, 228).

Otrajā dzīves gadā bērns aktīvi apgūst darbības ar tādiem rīkiem, kā tase, karote, lāpstīņa un citiem. Šīs apguves sākumposmā viņš izmanto rīkus kā savas rokas turpinājumu, un tāpēc šī darbība tiek saukta par rokas darbību (piemēram, mazulis izmanto lāpstīņu, lai dabūtu bumbiņu, kas paripojusi zem skapja). Nākošajā posmā bērns mācās salīdzināt rīku ar to priekšmetu, uz kuru ir vērsta darbība (ar lāpstīņu savāc smiltis, sniegu, zemi, ar spaini – ūdeni).

Tādējādi, viņš pielāgojas rīka īpašībām. Rīku apguve sekmē to, ka mazulis pielāgojas rīku īpašībām. Priekšmetu apguve liek viņam apgūt arī lietu sabiedriskā lietojuma veidus un atstāj izšķirīgo ietekmi uz domāšanas formu attīstību.

Tādas “bērna atbrīvošanas rezultātā”, samazinoties viņa atkarībai no pieaugušā, vētraini attīstās izziņas aktivitāte, priekšmetiskās darbības. Otrajā dzīves gadā var vērot priekšmetisko darbību attīstību, trešajā dzīves gadā priekšmetiskā darbība kļūst par vadošo. Trīs gadu vecumā tiek noteikta bērna vadošā roka un sāk formēties abu roku darbību saskaņotība.

Runas attīstība šajā periodā noris īpaši intensīvi. Runas apguve ir viens no bērna otrā – trešā dzīves gada galvenajiem sasniegumiem. Ja 1 gada vecumā bērns gandrīz pavisam nerunā, viņa vārdu krājumā ietilpst tikai 10-20 mazsaprojami vārdi, tad ap 3 gadiem viņa vārdnīcā jau ir vairāk kā 400 vārdi. Agrajā vecumā runa iegūst arvien lielāku nozīmi visā bērna psihiskajā

attīstībā. Tā kļūst par svarīgu sabiedriskās pieredzes nodošanas līdzekli bērnam. Dabiski, ka pieaugušie, vadot bērna uztveri, aktīvi izmanto priekšmetu īpašību nosaukumus (Лямина, 1984, 80-85).

Agrā vecumā viena bērna interese izpausmi pret citu diktē jaunu iespaidu vajadzība, interese par dzīvu objektu. Agrā vecumā vienaudzis pilda mijiedarbības partnera lomu. Saskarsmes vajadzības ar vienaudžiem noris vairākos posmos:

- uzmanība un interese par vienaudzi (otrais dzīves gads);
- centieni piesaistīt sev vienaudža uzmanību un demonstrēt savus panākumus (otrā dzīves gada beigās);
- jūtīguma izpausmes pret vienaudzi un viņa iedarbību (trešais dzīves gads).

Agrā vecumā sāk formēties tikumīgo sajūtu aizmetņi. Tas notiek gadījumā, ja pieaugušie radina mazuli rēķināties ar citiem cilvēkiem. “Netrokšņo, tētis ir noguris, viņš gul!”, “Padod vectētiņam apavus” un tā tālāk. Otrajā dzīves gadā bērnam rodas pozitīvas sajūtas pret biedriem, ar kuriem viņš rotaļājas. Simpātijas izteiksmes formas kļūst daudzveidīgākas. Tas ir gan smails, gan mīļš vārds, gan līdzjūtība, gan uzmanības paušanas attīstīšanās pret citiem cilvēkiem, un, visbeidzot, centieni dalīties priekā ar citu cilvēku. Ja pirmajā gadā simpātijas sajūtas ir vēl netīšas, neapzinātas un nestabilas, tad otrajā gadā tās kļūst apzinātākas.

Saskarsmes procesā ar pieaugušajiem otrajā dzīves gadā bērnam formējas emocionālā reakcija uz uzslavu (Шакрылов, 2002, 25-28). Emocionālās reakcijas rašanās uz uzslavu rada iekšējus nosacījumus pašnovērtējuma, sevis mīlestības attīstībai, stabilas pozitīvi-emocionālas attieksmes formēšanos pret sevi un savām īpašībām.

Bērna adaptāciju pirmsskolā ietekmē arī viņa individuālās iezīme, kas saistītas ar viņa nervu darbības tipu, kas ir iedzimts. I.P. Pavlovs savā mācībā par augstāko nervu darbību atklāja nervu procesa galvenās īpašības:

- uzbudinājuma spēku un nenosvērtību;
- šo procesu nosvērtību un nenosvērtību;
- to kustīgumu.

Adaptācijas procesu spēcīgi ietekmē individuālās iezīme, kas ir jāzina. 2-3 gadu vecumā bērnam jau ir sava personīgā individuālā uzvedības, saskarsmes ar apkārtējiem, savu vajadzību un vēlmju, ieradumu, prasmju un iemaņu pieredze. Tas viss ir jāņem vērā audzināšanas procesā, un īpaši tādā sarežģītā periodā, kāds ir bērna pierašanas periods dzīvei pirmsskolā (Выготский, 1999, 120).

Pedagogs K.D. Ušinskis pauž viedokli, ka, lai audzinātu bērnu, vecākiem ir jāpārzina visas jomās. Lai atklātu jaunpienācēja bērna individuālās īpatnības, audzinātājam ir jārunā ar

vecākiem, jāapmeklē bērnu mājās, jāvēro jauniņais dažādos dienas laikos un dažādās situācijās. Tāda bērna izpēte palīdzēs pirmsskolas skolotājam pareizi novērtēt viņa individuālās īpatnības un vērst viņa uzvedību vajadzīgajā virzienā.

Kādi tad ir bērnu individuālo atšķirību cēloņi? Atbildot uz šo jautājumu, pirmkārt, būtu jānosauc atšķirības bērna dzīves un audzināšanas nosacījumos. Jo tieši dzīves nosacījumi un audzināšana nosaka bērna attīstību un ir viņa dzinējspēks.

Nevajadzētu aizmirst, ka uz maza bērna uzvedību un attīstību atstāj nospiedumu arī viņa veselības stāvoklis. Novājināts, slimīgs bērns var būt kaprīzs, satraukts vai, tieši otrādi, var ātri nogurt. Viņš var atpalikt fiziskās attīstības ziņā, viņam var būt zemāki auguma, svara un kustību attīstības rādītāji. Tas viss acīmredzami un izteikti izpaužas pirmajās pirmsskolas apmeklēšanas dienās.

Kā likums, novājināti bērni grūtāk adaptējas jauniem nosacījumiem. Uz bērnu uzvedību atstāj nospiedumu arī nervu sistēmas, tās tipu īpatnības: spēks, kustīgums, līdzsvarotība, nervu procesu līdzsvarotība vai nelīdzsvarotība, to uzbudinājums un bremzētība. Bērni, kuriem uzbudinājuma un bremzēšanas procesi ir līdzsvaroti, atšķiras ar mierīgu uzvedību, modru garastāvokli, sabiedriskumu.

Bērni, kas atšķiras ar vieglu uzbudināmību, vētrāini pauž savu attieksmi pret apkārtējiem, ātri pāriet no viena stāvokļa pie cita. Viņiem patīk spēlēt kustību rotaļas, bet viņi ātri maina rotaļlietas, viegli novēršas, patstāvīgi kustas pa grupu, aplūkojot gan vienus, gan otru priekšmetus. Ilgstošas rotaļas viņi neizvērs.

Pretstatā viegli uzbudināmajiem ir arī tādi bērni, kas atšķiras ar mierīgu, zināmi gausu, pat inertu uzvedību. Viņi ļoti aktīvi pauž savas jūtas un ātrēji šķiet, ka viņi veiksmīgi adaptējas.

Tomēr viņiem raksturīgā bremzētība šajā periodā var pastiprināties. Gausi bērni bieži atpaliek no saviem vienaudžiem kustību attīstību jomā, apkārtējās vides, prasmju un iemaņu apguvē. Viņi dod priekšroku rotaļāties tālāk no bērniem, baidās viņiem tuvināties (Ватулина, 1983, 28-37).

Pedagogam ir jāpalīdz šiem bērniem iejusties jaunā iekārtā. Turklāt, nevajag dusmoties viņu gausuma sakarā. Ir neatlaidīgi un mierīgi jānāca viņiem darbības ar priekšmetiem un rotaļlietām, pacietīgi jānostiprina iegūtās iemaņas un jāsaformē jaunas. Pirmajās dienās neiesaka iesaistīt gausos bērnus saskarsmē ar vienaudžiem, jo viņiem nepieciešams ilgstošs laiks jaunā apguvei, apkārtējā iepazīšanai. Nepacietīga pirmsskolas skolotāja pieeja bērnam var izraisīt sarežģījumus un grūtības viņa uzvedībā, adaptācijas problēmas.

Īpaša uzmanība ir nepieciešama bērniem ar vājo nervu sistēmas tipu. Viņi ļoti sāpīgi pārcieš jebkādas pārmaiņas dzīves un audzināšanas nosacījumos. Viņu emocionālais stāvoklis tiek traucēts vismazāko nepatīkšanu dēļ, kaut arī vētrāini viņi savas jūtas nepauž. Viss jaunais

viņus biedē un prasa lielu darbu. Viņi nav pārliecināti par kustībām un darbībām ar priekšmetiem, dara to lēnāk, nekā citi tā paša vecuma bērni. Tādi bērni ir jāradina pie bērnu iestādes pakāpeniski, šajā procesā ir jāiesaista viņiem tuvie cilvēki. Turklāt iesaka patstāvīgi atbalstīt un uzmundrināt bērnu, palīdzēt viņiem apgūt jauno.

Ja pedagogs ignorē bērna nervu sistēmas tipoloģiskās īpatnības adaptācijas periodā pirmsskolā, var rasties viņa uzvedības problēmas. Tā, piemēram, stingrs prasīgums pret nedrošiem bērniem, kas maz komunicē, izraisa tikai asaras, nevēlēšanos atrasties pirmsskolā, asa intonācija izsauc viegli uzbudināmos bērnus pārlietu uzbudinājumu un nepaklausību.

Neapšaubāmi, ne vienmēr nervu sistēmas tips izpaužas skaidri. Viens un tas pats bērns dažādās situācijās var izpausties dažādi, īpaši adaptācijas periodā. Pat mierīgs un sabiedrisks bērns šķiroties ar tuviniekiem sāk raudāt un prasīties mājās, nav viegli pierast pie jaunām prasībām, šķirties no dažiem esošajiem ieradumiem.

Bērna uzvedība izveidojušos ieradumus ietekmē arī iegūst individuālu raksturu. Ja viņš neprot ēst patstāvīgi, tad pirmsskolā atsakās no ēdiena, gaida, lai viņu pabaro. Ja nezina, kā nomazgāt rokas jaunā iekārtā, - raud; pieradis, ka viņam šalli aizsien no priekšpuses, bet pirmsskolā to sasien aizmugurē, - raud un tā tālāk. Tāpēc ir tik svarīgi zināt bērna ieradumus, rēķināties ar tiem.

Īpaša nozīme adaptācijas periodā ir bērna individuālajām iezīmēm saskarsmes jomā. Ir bērni, kas pārliecināti un ar cieņu ienāk sev jaunajā pirmsskolas vidē: viņi vērsas pie skolotāju, pie aukles, lai uzzinātu kaut ko, pievērstu pieaugušā uzmanību savam apģērbam, "panākumiem" rotaļā un tamīdzīgi, mierīgi atdod rotaļlietu vai paņem cita bērna izstiepto lelli. Citi izvairās no svešiem pieaugušajiem, kautrējas, nolaiž acis. Bet ir arī tādi bērni, kurus saskarsme ar audzinātāju baida. Tāds bērns tiecas būt viens, novēršas ar seju pret sienu, lai tikai neredzētu nepazīstamus cilvēkus, ar kuriem viņš neprot stāties kontaktā.

Nereti bērni sāk apmeklēt pirmsskolu, kad viņš sasniedz 1,5 gadu vecumu. Bet psiholoģiskā skatījumā tieši šis vecums ir vismazāk labvēlīgs tik radikālām pārmaiņām. Šī vecuma bērns ir ārkārtīgi piesaistīts mātei, sāpīgi reaģē uz viņas neesamību. Nonākot citu pieaugušo rokās, viņš izjūt nemieru pat vislabvēlīgākās attieksmes pret sevi situācijā (kas novērojums ne vienmēr). Sākotnēji bērna uzbudinājums pēc zināma laika pārvēršas emocionālo un izziņas procesu bremzētībā, tam seko vispārējās psihiskās attīstības tempa palēnināšanās.

Tā kā cilvēka aktivitāte un cilvēka emocionalitāte daudzējādā ziņā ir atkarīga no audzināšanas nosacījumiem agrā bērnībā, tādi bērni, kā sekas, demonstrē nepietiekami iniciatīvu un aktivitāti. Emocionālā ziņā tas padziļinās ar paaugstinātu trauksmainību, bailēm, uzmācīgām darbībām un citiem neirotiskiem simptomiem. Tādējādi, daļēji atrisinot savas sadzīves problēmas, vecāki riskē saskarties ar citām problēmām-kas ir psiholoģiskas.

Bērna saskarsmes pieredze ar apkārtējiem, kas saņemta pirms pirmsskolas, nosaka viņa adaptācijas raksturu pirmsskolas nosacījumiem. Tāpēc tieši bērna vajadzības satura zināšana saskarsmē ir tā atslēga, ar kuras palīdzību var noteikt pedagoģiskās iedarbības ar katru uz bērnu adaptācijas periodā (Ватутина, 1983, 14-18).

Līdz 2-3 gadiem bērns neizjūt saskarsmes vajadzību ar vienaudžiem, to aizstāj māte un tuvie cilvēki. Tāpēc normāli un vēl jo vairāk emocionāli bērni, kas ir jūtīgi, iespaidojumi un piesaistīti kādam, grūti adaptējas pirmsskolā, jo efektīvi reaģē uz šķiršanos ar māti un līdzvērtīga aizstājēja neesamību (Елагина, 1988, 47-48). Trīs gadu vecumā ievietošana pirmsskolā ir nebūt ne tik viennozīmīgi negatīvs notikums bērna dzīvē. Tas skaidrojams ar pirmsskolas vecuma bērnu psihiskās attīstības īpatnībām. Agrā vecumā saskarsmes vajadzība ar vienaudžiem vēl nav attīstījusies vai arī ir vāji izteikta. Rotaļu darbības bērns īsteno individuāli un pat tad, kad daži bērni rotaļājas vienlaikus, tā ir drīzāk "rotaļāšanās blakus", nevis "rotaļāšanās kopā".

T.A. Kuļikova (Куликова, 2000, 96) savos darbos raksta, ar kādām grūtībām ir saistīta bērna pielāgošanās jauniem nosacījumiem, ka tā pieprasa agrāk izveidotu saikņu saraušanu un ātru saikņu veidošanu. Sākumā pirmsskolā bērnam viss šķiet neierasts, viņu satrauc, bet dažreiz pat baida iekārta: liela istaba, nepazīstami bērni apkārt, sveši pieaugušie-pedagoģi, medicīnas māsa, mūzikas skolotāja. Spēcīgu psihotraumējošu ietekmi uz mazu bērnu var atstāt trokšņa līmenis grupā: liela pieaugušo kolektīva sarunas, kāju dipoņa, skaņas, ko izdod rotaļietas, durvju blikšķināšana.

Uz šīm dzīves pārmaiņām bērni atbild, kā teica I.P Pavlovs, ar piesardzības vai protesta reakciju: kļūst bikli, noslēgti, apvītuši, raudulīgi, kaprīzi, stūrgalvīgi, uztraukti. Bieži viņi nevēlas pamest māju, izdomā šķietamas saslīmšanas. Agrā vecumā liela bērnu daļa slikti adaptējas tādām pārmaiņām savā dzīvē. Pirmajās uzturēšanās dienās neierastā vidē daudzi bērni demonstrē uzbudinājumu un nemieru, bet pēc tam kļūst apvītuši un bremzēti. Tas notiek asas emocionālās reakcijas dēļ uz šķiršanos no mātes, saskarsmi ar nepazīstamiem cilvēkiem, visas dzīves darbības kārtības maiņu. Nereti vērojami saslīmstības zibšņi bērniem. Daļēji tas skaidrojams ar inficēšanos no vienaudžiem. Bet galvenais iemesls ir emocionālais šoks, kas krasi pazemina organisma aizsardzības spēkus (Павлова, 1999, 94-96).

Ja ģimenes apstākļi diktē bērna atrašanās nepieciešamību siltē, vest viņu turp vajadzētu ne agrāk kā 2 gadu vecumā. Divgadīgiem bērniem pieķeršanās mammai vairs nav tik saasināta, bet baļu no nepazīstamiem pieaugušajiem vairs nav vai arī tās ir, izteikti vājāk, nekā iepriekš. Tāpēc adaptācija pirmsskolas nosacījumiem noris bez nopietniem sarežģījumiem. Bet tas neattiecas uz fiziski vai nervu līmenī novājinātiem bērniem; viņu ievietošana siltē vispār, diez vai ir lietderīga. 2-3 gadu vecumā bērni izjūt bailes no nepazīstamiem cilvēkiem un jaunām

saskarsmes situācijām, kas arī pilnā mērā izpaužas silītē. Šīs bailes – ir viens no bērna apgrūtinātās adaptācijas iemesliem. Nereti bailes no jauniem cilvēkiem un situācijām silītē izraisa to, ka bērns kļūst arvien uzbudinātāks, ievainojamāks, viegli aizvainojums, raudulīgs, viņš biežāk slimo, jo stress novājina organisma aizsardzības spēkus.

3-5 gadu vecumā zēni ir daudz vārīgāki adaptācijas ziņā, nekā meitenes, jo šajā periodā viņi ir vairāk pieķērušies mātei un daudz sāpīgāk reaģē uz šķiršanos ar viņu.

Emocionāli neattīstītiem bērniem adaptācija, tieši otrādi, noris viegli – viņiem nav noformētas pieķeršanās sajūtas mātei. Psihologi norāda uz sekojošu paradoksu: jo agrāk bērns tiek vests uz pirmsskolas iestādi (piemēram, līdz 1 gadam), jo vairāk uz kolektīvu vērsti viņš būs turpmāk. Primāro emocionālo kontaktu tāds bērns nodibinās nevis ar māti, bet ar vienaudžiem, kas ne visai labi iespaidos viņa emocionālā līmeņa attīstību – nākotnē tāds bērns var neizjust dziļas mīlestības, pieķeršanās un līdzjutības sajūtas.

Tādējādi, jo attīstītāka ir emocionālā saikne ar māti, jo grūtāk norisināsies adaptācija. Diemžēl, adaptācijas problēmas var pārvarēt ne visi bērni, kas var sekmēt neirozes attīstīšanos.

Ja adaptācija silītei vai pirmsskolai nav notikusi 1 gada un ilgākā laikā, tas signalizē vecākiem, ka ar bērnu nav viss kārtībā un ir jāvēršas pie speciālista. Pēc psihologu novērojumiem vidējais adaptācija termiņš normā sastāda: silītē – 7-10 dienas, pirmsskolas 3 gadu vecumā – 2-3 nedēļas, vecākajā pirmsskolas vecumā – 1 mēnesis. Protams, katrs bērns atšķirīgi reaģē uz jauno situāciju, tomēr, ir arī vispārējas iezīmes.

Sliktāk par visiem pirmsskolas iestādēs jūtas bērni ar flegmatisku temperamentu. Viņi neapgūst sekot pirmsskolas dzīves tempam: nevar ātri ģērbties, savākties kopā uz pastaigu, paēst. Bet, ja audzinātājs nesaprot tāda bērna problēmas, viņš sāk viņu vēl vairāk mudināt, turklāt emocionālais stress iedarbojas tādējādi, ka bērns kļūst vēl vairāk bremsēts, arvien apvītušāks un neieinteresēts.

Vecākiem, kas pamanījuši, ka viņu bērnam ir adaptācijas problēmas, var ieteikt, pirmkārt, parunāt ar pedagogu. Bērnam ir nepieciešama patstāvīga uzmanība un atbalsts no viņa puses, jo citi bērni sliecas viņu ķircināt un aizvainot vājāko un atkarīgāko. Turklāt, protams, pārliels prasīgums un pirmsskolas skolotājs principialitāte kļūs par nopietnu bremses pedāli.

Adaptāciju sarežģījošs faktors ir arī konflikti ģimenē, vacāku nesabiedriskums. Bērni netīši apgūst vecāku uzvedības negatīvos elementus, kas sarežģī viņu attiecības ar vienaudžiem. Viņi uzvedas nedroši un nepārliecināt, daudz satraucas, šaubās, tāpēc nevar viņus pieņemt.

Ja cieš no nervu traucējumiem, tad vest viņu uz pirmsskolu vajag ne agrāk, kā 3 gados – meitenes un 3,5 gadu vecumā – zēnus

Ja bērns – ir vienīgais bērns ģimenē, bieži slimo, izjūt bailes, tad viņa vešana uz pirmsskolu ir jābūt pakāpeniskai. Sākuma viņš ir jāatved uz grupu, jāiepazīstina ar skolotāju

un bērniem, kopā apskatīt rotaļlietas, jārada interese par jauno vidi un jāatgriežas mājās. Pēc tam par dienā var vest bērnu uz pirmsskolas iestādi un izņemt no tās pirms dienas. Atkarībā no bērna uzvedības, uzturēšanās laiks ir pakāpeniski jāpalielina. Mājās ir vairāk jārotaļojas ar viņu, efektīvas ir emocionālas kustību rotaļas, jo pirmsskolā bērns jūtas ierobežots, sasprindzināts, bet neizlādējot šo sasprindzinājumu, tas var kļūt par neirozes cēloni (Белкина, Васильева, Елкина, 2001, 46-58).

Atsevišķu bērnu uzvedībā, smagu pārdzīvojumu ietekmē, var izpausties iezīmes, kas raksturīgākas daudz jaunāka vecuma bērniem: runa kļūst primitīvāka, uz laiku noārdās dažas iemaņas (piemēram, personīgās higiēnas iemaņas). Vērojami neiroģēni traucējumi: atraugāšanās, vemšana, pagaidu temperatūras paaugstināšanās, izsitumu parādīšanās. Vieniem bērniem pasliktinās miegs, citiem pazeminās apetīte (Выготский, 1999, 85-89).

A.I Barkans apraksta psihoemocionālā līmeņa rādītājus, kas pietiekami informatīvi raksturo bērna uzvedības un emocionālās attīstības īpatnības, kad viņš adaptējas jaunam organizētam kolektīvam.

**Negatīvas emocijas** kā likums, šī komponente ir sastopama katram bērnam, kas pirmoreiz adoptējas jauniem nosacījumiem. Izpausmes ir dažādas: no gandrīz netveramām līdz pat depresijai. Bērns ir nospiests un neieinteresēts uz visu: neēd, neatbild uz jautājumiem, neguļ. Pēc tam viņa uzvedība krasi mainās: viņš mēģina, ar visiem konfliktē. Atkal noslēdzas. Šī reakcija atkārtojas vairākas reizes dienā. Bieži bērni pauž savas negatīvās emocijas ar asarām: no čīkstēšanas līdz patstāvīgām raudām. Bet visinformatīvākās ir lēkmjveida asaras, kas liecina par to, ka kaut vai uz laiku bērnam visas negatīvās emocijas pēkšņi atkāpjas sakarā ar to, ka tās izspiež pozitīvās. Parasti ilgāk par visu no visām negatīvajām emocijām saglabājas tā saucamā čīkstēšana, ar kuru bērns mēģina paust protestu pret šķiršanos no vecākiem.

Bailes vienmēr ir klāt kopā ar negatīvajām emocijām. Bērns baidās no nezināmās iekārtas, tikšanās ar nepazīstamiem cilvēkiem, jauniem audzinātājiem, bet, galvenais, zaudēt vecākus. Bailes ir stresa avots, bet baļu lēkmes var vērtēt kā stresa reakciju palaišanas mehānismu.

Uz stresa fona bērns aizsvilstas **dusmās**. Adaptācijas periodā bērns ir tik ievainojams, ka par dusmu iemeslu var kalpot it viss. Dusmas izsauc agresiju.

**Pozitīvas emocijas** parasti pirmajās adaptācijas dienās tās neizpaužas vispār vai arī nedaudz izpaužas tajos momentos, kad bērnu novērš novitāte. Jo adaptācija ir vieglāk, jo ātrāk izpaužas pozitīvās emocijas: prieks, smaids, jautrie smieklī.

**Sociālie kontakti** bērna komunikabilitāte ir labs sekmīga adaptācijas procesa iznākuma priekšnosacījums. N.D. Vatugina uzskata pieaugušo saskarsmi ar bērniem par visa pierašanas procesa pie pirmsskolas iestādes pamata. Viņa pēc saskarsmes iedala bērnus 3 grupās:

-pirmajā grupā ir bērni, kuriem prevalē negatīvas emocijas: atteikšanās no pieaugušā, no kontaktiem ar vienaudžiem, nemitīga tuvinieku atcerēšanās;

-otrajā grupā ietilpst bērni ar nestabilu emocionālo stāvokli. Tāds bērns ar pirkstu galiņiem turas pie svārkkiem, baidās pazaudēt pieaugušo un nemitīgi vēro viņu, var sekot arī atbildes darbības uz pieaugušā piedāvājumiem, bet kontakta ar vienaudžiem nav. Bērns patstāvīgi uzjūt saskarsmes vajadzību ar pieaugušajiem un līdzko pedagogs pārstāj viņu atbalstīt, pāriet pirmajā smagas adaptācijas grupā;

-trešā grupa ir aktīvs kontakts ar pieaugušajiem. Bērni aktīvi pārvietojas pa grupu, darbojas ar rotaļlietām, notiek pagaidu kontakts ar vienaudžiem, izpaužas iniciatīvā runa. Kad pieaugušā uzmanība ir novājināta, bērns pēc 2-3 dienām pāriet uz pirmo grupu. Tādam bērnam ir nepieciešama palīdzība no jebkura pieaugušā, lai apgūtu saskarsmes iemaņas. Līdzko bērnam izdosies sakārtot vajadzīgos kontaktus grupā, visas adaptācijas perioda atkāpes mazināsies – tas ir svarīgs solis uz visa bērna adaptācijas procesa noslēgumu.

**Izziņas darbība** ir vienmēr klāt un līdzās pozitīvām emocijām. Kā likums, izziņas darbība pazeminās un apdziest uz stresa reakciju fona. Trīs gados šī darbība ir cieši saistīta ar rotaļu. Tāpēc bērns, pirmoreiz nonākot pirmsskolā, nereti neinteresējas par rotaļlietām un nevēlas interesēties par tām, negrib iepazīties ar vienaudžiem. Līdzko stresa aktivitāte kļūst minimāla, drīz vien ātri atjaunosies izziņas darbība.

**Sociālās iemaņas** stresa ietekmē bērni parasti mainās tā, ka zaudē gandrīz visas pašapkalpošanās iemaņas, kuras viņš jau sen ir apguvis un pielietojis mājās (patstāvīgi ēst, apģērbties – noģērbties, izmantot kabatas lakatiņu). Bērna adaptācijas laikā organizēta kolektīva nosacījumiem viņš “atceras” aizmirstās iemaņas un viegli apgūst jaunas.

**Runas īpatnības** dažiem bērniem uz stresa fona runa mainās uz regresa pusi. Vārdu krājums sarūk, sarunā tiek izmantoti tikai mazuļa atvieglotie vārdi. Runā nav lietvārdu un īpašību vārdu, sastopami tikai darbības vārdi. Vienzilbes teikumi. Tāda runa ir smagas adaptācijas galarezultāts. Vieglas adaptācijas gadījumā – tā nemainās vai mainās pavisam nedaudz. Tomēr jebkurā gadījumā ir apgrūtināta bērna aktīvā vārdu krājuma kuplināšana, kas ir nepieciešama konkrētajam bērna vecumam.

**Kustību aktivitāte** adaptācijas procesa laikā tā visai reti saglabājas normas robežās. Bērns ir spēcīgi bremsēts vai arī nevadāmi hiperaktīvs. Tomēr nevajag jaukt viņa aktivitāti, kas ir mainīta adaptācijas procesā, ar aktivitāti, kas piemīt bērna temperamentam.

Sākumā **miega** vispār nav. Pierodot pie pirmsskolas izglītības iestādes, bērns sāk aizmigt, bet miegs ir nemierīgs, to visu laiku pārtrauc pēkšņa pamošanās. Un tikai, tad kad bērns ir adaptējies pirmsskolas izglītības iestādē, viņš var mierīgi gulēt.

Jo mazāk labvēlīgi bērns adaptējas, jo sliktāka ir viņa **apetīte**, dažreiz tās nav pavisam. Pazeminātas vai paaugstinātas apetītes normalizācija, kā likums, signalizē par to, ka adaptācijas procesa negatīvās nobīdes nepieaug un drīz vien arī visi pārējie bērna emocionālā “portreta” rādītāji sasniegs normu. Uz stresa fona bērns var novājēt, bet adoptējoties, viņš viegli un ātri ne tikai atjaunos savu sākotnējo svaru, bet arī sāks turpmāk uzbaroties (Тонкова-Ямпольская, 2004, 232).

Adaptācijas sekmīgums izpaužas uzvedības reakcijās un adaptācijas perioda ilgumā.

Iedala 4 uzvedības adaptācijas pamat faktoros:

- emocionālais stāvoklis,
- komunikabilitāte,
- dienas miegs,
- apetīte.

Adaptācijas raksturs ir atkarīgs no vairākiem faktoriem (N.A. Aksarinas, N.P. Žukovas, R.V. Tonkovas-Jampoļskas un citu pētījumi):

- bērna vecuma,
- bērna veselības un attīstības līmeņa stāvokļa,
- bioloģiskās un sociālās anamnēzes,
- augstākās nervu sistēmas, tās tipa, esamības vai nervu sistēmas treniņa neesamības, individuālajām īpatnībām, dzimumu atšķirībām,
- adaptāciju mehānismu trenētības līmeņa.

Ir lietderīgi izcelt cēloņu grupu, kas iespaido bērna adaptācijas raksturu pirmsskolas iestādes nosacījumiem:

- bērna saskarsmes pieredze ar vienaudžiem un pieaugušajiem;
- noformēts pašapkalpošanās iemaņu līmenis;
- ģimenes audzināšanas īpatnības.

*Bērna adaptācija pirmsskolai –tas ir bērna saskaņošanās process un rezultāts ar pirmsskolas izglītības iestādes pasauli, kas viņu ieskauj, pielāgošanās jaunajai videi, attiecību struktūrai gan ar pedagogu, gan ar vienaudžiem, uzvedības atbilstības iestrādes atbilstoši bērnudārza normām un noteikumiem. Adaptācija kā process, kā likums un normā, dažāda vecuma bērniem prasa dažādu laiku, tas ir atkarīgs no bērna, viņa veselības stāvokļa, attīstības līmeņa un vecuma.*

### 1.3 Sekmīgas bērna adaptācijas pirmsskolas pedagoģiskie nosacījumi

Par optimālu iestāšanās vecumu pirmsskolas iestādē vairākums speciālistu uzskata 4 gadu vecumu.

Adaptācija ir organisma pielāgošanās jaunajai iekārtai, bet bērnam pirmsskola, neapšaubāmi, ir jauna, vēl nezināma telpa, ar jaunu vidi un jaunām attiecībām. Adaptācija ietver individuālu reakciju, kuras raksturs ir atkarīgs no bērna psihofizioloģiskajām un viņa personības īpatnībām, no ģimenē pastāvošajām attiecībām, no uzturēšanās nosacījumiem pirmsskolas iestādē. Tādējādi, katrs bērns pierod savā veidā. Tomēr, var atzīmēt dažas likumsakarības, par kurām gribētos pastāstīt vecākiem.

Pirmkārt, ir jāsaprot, ka līdz 2-3 gadu vecumam bērns neizjūt saskarsmes vajadzību ar vienaudžiem, tā vēl nav noformējusies. Šajā vecumā pieaugušais pilda bērna partnera lomu rotaļā, viņš ir atdarināšanas paraugs, kas apmierina bērna vajadzību saņemt labvēlīgu uzmanību un sadarbību. Vienaudži to nespēj sniegt, jo viņiem pašiem tas ir nepieciešams.

Tāpēc normāls bērns nespēj ātri adaptēties silītei, viņš ir ļoti pieķēries mātei, un tās pazušana izraisa vētrainu bērna protestu, īpaši, ja viņš ir iespaidojams un emocionāli jūtīgs (Елагина, 1988, 47-48).

Adaptācijas atvieglošanai ir nepieciešama pakāpeniska grupu formēšana ar jaunu bērnu ienākšanu (ne vairāk kā 3 bērni nedēļā), saīsināts bērna uzturēšanās laiks pirmsskolā (sākot ar 2-3 stundām), kas tiek palielināts par 1-2 stundām dienā, atkarībā no bērna uzvedības. Psihologi iesaka sekojošu aptuveno shēmu: pirmā, otrā diena – uzturēšanās pirmsskolā 2-3 stundas. Vecākiem ir jācenšas ierasties dienas pastaigas laikā, jāpastaigā kopā ar visiem un jādodas mājās pusdienot.

Atrasties ar bērnu kopā grupā, barot viņu tur un, vēl jo vairāk, likt gulēt nav iesakāms. Bērnam ir jāzina, ka pirmsskolā ar to nodarbojas pedagogs. Trešajā-sestajā "pirmsskolas" dienā bērns ir jāizņem uzreiz pēc pusdienām, pirms došanās pie miega. Ir labāk aprēķināt laiku tā, lai atnāktu pirms pusdienu beigām un pagaidītu ģērbtuvē, neparādoties bērnam. No 2. nedēļas otrdienas bērns ir jāizņem pusdienlaikā. Un tikai sākot ar 3. nedēļu bērnu var atstāt pirmsskolā visu dienu. Piedāvāto shēmu, neapšaubāmi, var mainīt atkarībā no bērna adaptācijas norises.

Formējošās grupas ir, pirmkārt, jānodrošina pirmsskolas palīgam, lai pedagogam būtu vairāk laika darbam ar bērniem. Šajās grupās ir jāizvairās no biežas pedagogu maiņas un bērnu pārvešanas no vienas grupas uz citu. Bērnu ierasti audzināšanas paņēmieni pagaidu saglabāšana, pat gadījuma, ja tie ir pretrunā ar pirmsskolas noteikumiem, palīdz atvieglot adaptāciju. Lai izvairītos no tā, ka bērnam rodas aizsardzības-aizstāvēšanās reakcijas

formēšanās, ir aizliegts ar varu viņu barot un likt gulēt, īstenot jebkādas procedūras, kas ir traumatiskas vai neierastas bērnam, - nagu, matu griešana, kakla skalošana, zobu tīrīšana, norūdošās procedūras (Бабенко, 1990, 32-34).

Adaptācijas periodā bērnam neiesaka izdarīt potes. Pirmā profilaktiskā pote pirmsskolā tiek nozīmēta adaptācijas perioda beigās, bet ne agrāk kā mēnesi pēc bērna ienākšanas pirmsskolā. Rotaļu darbības organizācija pirmajās dienās tuvāk pieaugušajam, nomaļus no bērniem, palīdz bērnam pierast pie jaunā faktora – liela vienaudžu skaita – apmierināt adaptācijas perioda vajadzību – emocionālā kontakta ar pieaugušajiem vajadzību. Šīs vajadzības apmierināšanā lieliski noder bieži mīla vēšanās pie bērna, saskarsme “aci pret aci”, periodiska bērna atrašanās rociņās, taktilais kontakts (glaudīšana, mīļi pieskārieni). Ja bērns ir ļoti piesaistīts mammai, spēcīgi raud, atsakās ēst, iesakāms izskatīt jautājumu par viņa īslaicīgo klātbūtni (ievērojot sanitārijas-pretepidēmisko režīmu) pirmajās 3-4 dienās, kas tiek pavadītas grupā (Калинина, 1998, 2-9).

Ņemot vērā hipotolāma-hipofizarās virsnieru sistēmas un bērna veģetatīvās nervu sistēmas funkcijas, viņam ir jānodrošina siltuma komforts (jāģērbj tā, kā viņš ir ieradis mājās, jāseko aukstuma vai karstuma rašanās simptomiem), biežāk jāpiedāvā bērnam silts dzēriens (ņemot vērā paaugstinātu urinēšanu un asaru rašanos), fizikultūras nodarbībās ir jāseko bērna reakcijai, nedrīkst uzstāt uz obligātu vingrinājumu izpildi.

Īpaša uzmanība pirmsskolas skolotājam un medicīniskajam darbiniekam ir jāpievērš bērna deguna dobuma un rīkles stāvoklim. Pat viegls apsārtums vai mērenu izdalījumu esamība no deguna liecina par to, ka bērns ir jāizņem no pirmsskolas uz 3-4 dienām. Uz pretošanās spēju samazināšanās fona adaptācijas periodā šīs parādības var izraisīt saslimšanas attīstību, tāpēc bērnam ir nepieciešams saudzējošs mājas režīms. Jāatceras, ka, ja adaptācijas periodā mazulis ir pārcietis kādu saslimšanu, tad pēc pilnīgas atveseļošanās viņam ir nepieciešama pakāpeniska uzturēšanās pirmsskolā laika pagarināšana (Павлова, Волосова, Пилюгина, 2004, 104-110).

Bērna adaptāciju atvieglo muzikālās nodarbības, funkcionāla mūzika (tādu režīma momenta muzikālais pavadījums, kā došanās pie miega, ceļšanās, pastaiga, vingrošana, fizikultūras nodarbība) un zīmēšana. Bērna atrašanās periodā ārpus pirmsskolas, vecākiem iesaka palielināt kustību aktivitātes (iesakāmas kopīgas pastaigas un rotaļas) un jāpazemina jaunu iespaidu skaits (došanās ciemos, teātra apmeklējumi, televīzijas skatīšanās, datorspēles). Neiesaka vienlaikus uzsākt arī nodarbības pulciņos, sekcijās, mākslas vai mūzikas skolās.

Neapšaubāmi, ar laiku bērns iejutīsies jaunajā iekārtā, iepazīsies ar bērniem, pedagogiem, spēš orientēties pirmsskolā. Kāds jau no pirmās dienas jutīsies “kā mājās”, bet

kādam neprasme iejusties jaunajā situācijā sekmēs nevēlēšanos doties uz pirmsskolu, konfliktu rašanos ar bērniem un pirmsskolas skolotājiem. Tieši tāpēc viens no adaptācijas perioda uzdevumiem – palīdzēt bērnam pēc iespējas ātrāk un nesāpīgāk iejusties jaunā situācijā, justies pārliecinātam, būt situācijas saimniekam. A. Vecgrāve ir atzīmējusi, ka bērns ir jāpārliecina, ka viss ir kārtība. Lai bērns varētu būt pastāvīgs, viņam ir jābūt pārlicinātā par savām spējām (Vecgrāve, 2005, 239). Bet pārliecināts bērns būs, ja uzzinās un sapratīs, kas par cilvēkiem viņu aplenc; kādā telpā viņš dzīvos un tā tālāk. Šī uzdevuma atrisināšanai, sākot ar pirmo uzturēšanās dienu pirmsskolā, tiek veltīts viss pirmais pusgads. Lai formētu pārliecības sajūtu apkārtējā vidē, ir nepieciešama:

- iepazīšanās, bērnu savstarpējā satuvināšana;
- iepazīšanās ar audzinātājiem, atvērtu, uzticības pilnu attiecību nodibināšana starp audzinātājiem un bērniem;
- iepazīšanās ar pirmsskolas iestādi (virtuve, medicīniskais kabinets un tā tālāk);
- iepazīšanās ar grupu (rotaļu stūrītis, guļamistaba un citas telpas);
- iepazīšanās ar pedagogiem un pirmsskolas personālu;
- iepazīšanās un draudzība ar skolas sagatavošanas bērniem

Iepazīšanās ar apkārtni (pirmsskolas telpu, personālu, bērniem un citām grupām) tiek organizēta rotaļu formā. Tādu rotaļu organizācija paredz pieaugušā zināšanu esamību un precīzu noteiktu noteikumu izpildi. Uz adaptācijas procesu attiecas sekojoši noteikumi (Калинина, 2003, 9-12).

- Pirmais un visvarīgākais noteikums – labprātīga dalība rotaļā. Ir jāpanāk, lai bērns vēlētos piedalīties piedāvātajā rotaļā. Piespiežot viņu to darīt, mēs varam izraisīt bērna protestu, negatīvisma sajūtas, bet šajā gadījumā rotaļas efekts netiks sasniegts. Turpretī, redzot, kā rotaļājas citi, aizraujoties, bērns pats iekļaujas rotaļā.
- Pieaugušajam ir jāklūst par tiešo rotaļas dalībnieku. Ar savām darbībām, ar emocionālo saskarsmi ar bērniem, viņš iesaista tos rotaļu darbībā, padara to par svarīgu un nozīmīgu tiem. Viņš kļūst it kā par pievilšanas centru rotaļā. Tas ir īpaši svarīgi pirmajos iepazīšanās posmos ar jauno rotaļu. Vienlaikus pieaugušais organizē un vada rotaļu. Tādējādi, otrais likums ir tāds, ka pieaugušais apvieno sevī divas lomas – dalībnieku un organizatoru. Turklāt savienot šīs lomas pieaugušajam vajag arī turpmāk (Смирнова, 1998, 85-88).

Kā skaidro G. Svence, bērns pasauli apgūst eksperimentējot, pārbaudot dažādu priekšmetu un parādību lietojumu (Svence, 1999, 87). Svarīgi, lai rotaļas gaitā sasniegtu maksimālu bērnu aktivitāti, zināmā mērā balstoties uz viņu uzmanību, izmantojot aizraujošus materiālus, krāsainus un emocionālus nodarbību noformējumus.

Adaptācijas sekmīgums izpaužas uzvedības reakcijās un adaptācija perioda ilgumā. Uzvedības adaptācijas pamat faktori ir: emocionālais stāvoklis, komunikabilitāte, dienas miegs, apetīte.

Mūsdienu pedagogijā darba organizācija agrās bērnības adaptācijas periodā tiek aplūkota kompleksā veidā. Tā ietver darbu ar vecākiem, kas vērsts uz bērna fiziskās veselības nostiprināšanu, mājas dienas režīma saskaņošanu ar jaunās vides nosacījumiem, organizētu medicīnas personāla, administrācijas un audzinātāju darbu.

Galvenās rūpes šajā gadījumā ir bērnu saslimšanas profilakse un viņu emocionālā diskomforta pazemināšana adaptācijas periodā. Tomēr šie pasākumi atvieglo jau radušos smago stāvokli, bet neskar tā cēloņus. Līdz ar to skaidrs, ka daudz svarīgāk ir organizēt bērnu aprūpi uz audzināšanu ģimenē, tādējādi, lai līdz minimumam samazinātu adaptācijas perioda sarežģījumus. Neapšaubāmi ir tas, ka bērna fiziskā un psihiskā stāvokļa traucējumu cēloņi ir, pirmkārt, to psiholoģiskais raksturs, tie ir bērna sociālo attiecību daļa ar apkārtējo pasauli. To atzīst gan mediķi, gan pedagogi, gan psihologi.

Sistēma sākas no uzņemšanas organizācijas. Grupā visam ir jābūt sagatavotam jaunu bērnu uzņemšanai: iepriekš saskaņotam, kā un ar ko barot bērnu, kur izguldināt un tā tālāk. Pedagogam ir jāzina, kad grupā ienāks jauns bērns. Ja bērns pievienojas vecākajai grupai, tad par to tiek paziņots arī pārējiem bērniem. Pirmsskolas skolotājs apspriež ar viņiem, kā sagaidīt, piemēram, Pēteri, ko viņam uzdāvināt, tiecoties bērniem izraisīt labvēlīgu attieksmi pret jaunpienācēju.

Visi jaunpienācēji ir jāieskauj ar īpašu uzmanību, glāstiem, rūpēm par viņu pašsajūtu. Nav pieļaujams uzņemt grupās uzreiz daudz bērnu. Pirmā un otrā gada grupā var uzņemt maksimums trīs bērnus nedēļā. Turklāt šī uzņemšana ir jāorganizē tādējādi, lai pirmdien ienāktu viens jauns bērns, trešdien – otrais un piektdien – trešais. Labāk, ja otrās nedēļas laikā ceturtais ienāktu piektdien. Trešajā nedēļā var atkal pieņemt trīs bērnu, bet ceturtajā vēl vienu, maksimums divus.

Tādējādi, ar normu līdz 20 bērniem grupā, uzņemšana notiek pusotra mēneša laikā. Ir jāņem vērā, ka vasarā pirms bērnu pārvešanas no silītes grupu uz vecāku, to iesakāms sākt ne vēlāk kā 15. jūlijā, jo daži vecāki ņem sev līdzī bērnus atvaļinājumā, grupā paliek neliels skaits bērnu un pedagogs var pievērst vairāk uzmanības katram jaunpienācējam.

Viens no bērnu pozitīvo savstarpējo attiecību formēšanās nosacījumiem ir dabiskās bērna nepieciešamības pēc saskarsmes ar pedagogu atbalsts. Saskarsmei ir jābūt brīvprātīgai, turklāt bērnam ir vajadzīgi tādi apstākļi, lai viņš dzīvotu, strādātu, rotaļotos, dalītos priekos un bēdās ar citiem bērniem. Nepieciešams nosacījums, lai sadzīve būtu pēc iespējas pilnīgāka, priecīgāka un spilgtāka (Бредвей, Хил 1997, 145).

Pedagogam, vēl pirms bērna ienākšanas grupā, ir jānoskaidro viņa audzināšanas īpatnības ģimenē – mājas režīms, ēšanas režīms, gulēšanas režīms, jāuzzina, kā bērns aizmie, guļ, kāda ir viņa apetīte, kā tiek organizēts nomoda laiks. Tāpat ir lietderīgi uzzināt bērna mīļvārdu, viņa iemīļotās rotaļlietas vai nodarbes, iemīļotos ēdienus, individuālās īpatnības un ieradumus.

Tādējādi, jau uzņemot bērnu pirmsskola, tiek noskaidroti riska faktori bioloģiskajā un sociālajā anamnēzē un bērna īpatnības ģimenē. Visas ziņas tiek nodotas tās grupas pedagogam, kuru apmeklēs bērns, kas atvieglo individuālu pieeju bērniem.

To audzināšanas paņēmieni pagaidu saglabāšana, kas ir ierasti bērnam, pat gadījumā, ja tie ir pretrunā ar likumiem, kas noteikti iestādē, palīdz viņam vieglāk adaptēties jaunajiem nosacījumiem.

Dažreiz grūts nosacījums mazulim ir grupas lielā telpa un aprīkojums, kas būtiski atšķiras no ierastās mājas iekārtas. Šajā gadījumā bērnu ir labāk izvietot ierobežotākā telpā, tuvāk pieaugušajam, lai neliegtu viņam aizsargātības sajūtas. Tas pats liek audzinātājam apmierināt bērna vajadzības grūtajā adaptācijas periodā, viņam ir nepieciešams emocionālais kontakts ar pieaugušo. Palīdz ātrāk adaptēties jaunajiem nosacījumiem bieža un mīlīga apiešanās ar bērnu, atļauja spēlēties blakus, periodiska mazuļa turēšana uz rokam.

Rotaļu darbības organizācija pirmajās dienās pieaugušā tuvumā dod iespēju bērnam pierast pie jaunā vides faktora – liela vienaudžu skaita. Nekādā gadījumā nedrīkst vardarbīgi iesaistīt bērnu rotaļā.

Adaptācijas mehānismu formēšanās ir, pirmkārt, atkarīga no pedagogu prasmes radīt siltuma, mājīguma un mīlestības atmosfēru grupā. Bērnam ir jābūt pārliecinātam, ka pedagogs ir gatavs uzņemties rūpes par viņa labklājību. Pirmajiem kontaktiem ar bērnu ir jābūt palīdzībai un rūpēm. Galvenais pedagoga uzdevums – izpelnīties bērna uzticību.

Pedagogam, kas strādā ar jaunāka vecuma bērniem, ir, pirmkārt, jāmīl viņi, šai mīlestībai ir jāizpaužas viņa izskatā, vārdos un darbībās.

Bērniem audzinātājos patīk: emocionalitāte un atklātība, labestība un atsaucība, jautrs garastāvoklis un prasme to nodot citiem, spēja aizrautīgi rotaļāties un izdomāt stāstus, ne visai skaļa runa un maigas, mīlīgas kustības.

Pedagogs-profesionālis pārvalda visu paņēmieni arsenāli, kas ļauj novērst negatīvas bērnu emocijas. Viņš var piedāvāt adaptācijas procesā:

-rotaļas ar smiltīm un ūdeni (izsniegt bērniem dažāda tilpuma nepļīstošus trauciņus, karots, piltuves, stieņus, lai mazulis pārlej ūdeni no viena trauciņa otrā vai arī izzvejo bumbiņas, zivtiņas);

-monotonas kustības ar rokām (piramīdas gredzenu vai bumbiņu ar atverēm uzvēršanas uz šņores);

-plaukstu saspiešana (iedodiet mazulim gumijas rotaļlietu-pīkstuli, lai viņš saspiež un atlaiž plauktu un klausās, kā iepīkstas rotaļlieta);

-zīmēšana ar flomāsteriem, marķieriem, krāsām;

-ne visai skaļas mūzikas klausīšanās (Grīgs "Rīts", Šūberta "Rūķu karalis", Glika "Melodija");

-smieklu terapijas nodarbības.

Nav vērts viena dienā ielānot pārāk daudz darba paņēmieni ar bērniem. Pietiek katrā virzienā organizēt 1-2 darba formas. Humānās pedagoģijas pamatā. Tas nozīmē, ka audzināšanas pamatā jābūt nevis varmācīgai, bezpersoniskai manipulēšanai, pārmetumiem, sodiem, bet gan savstarpējām attiecībām, kas veicina personības izaugsmi, radošo aktivitāti, novērš emocionālo spriedzi un konfliktus (Gailuma, 2002, ).ziņas pauž, ka cilvēks ir brīva, spēcīga un radoša personība, kam piemīt pozitīvs aizsākums, pašizziņa, pašattīstība, spēja regulēt savu un citu rīcību.

*Adaptācijas problēma ir atkarīga no bērna vecuma, veselības stāvoklis, attīstības līmeņa. Bērnu adaptācijas periods pirmsskolā ir nemainīgi sarežģīts. No tā, kāda būs pirmā diena, nedēļa ar jaunu dienas grafiku, kā bērns sadarboties ar nepazīstamiem pieaugušajiem un vienaudžiem, ir atkarīgas no viņa fiziskas attīstības, ir atkarīga tālākā labklājība šajā pirmsskolā un ģimenē.*

## **1.4. Otrā jaunākā vecumposmu bērnu attīstības likumsakarību raksturojums**

Jebkura mazuļa bērnība sastāv no noteikta dažādu periodu skaita, daži no tiem ir ļoti viegli, daži visai grūti. Bērni pastāvīgi apgūst kaut ko jaunu, izzina apkārtējo pasauli. Pāris gadu laikā bērnam nākas pārvarēt neskaitāmus atbildīgus posmus, katrs no kuriem kļūst par izšķirīgo mazuliša pasaules skatījumā.

Pirmsskolas vecuma bērnu attīstības īpatnības noslēdzas tajā, ka šajā posmā notiek sekmīgas un nobriedušas personības formēšanās. Pirmsskolas bērnu attīstība ilgst vairākus

gadus, šajā periodā bērnam ir vajadzīgi gādīgi vecāki un prasmīgi pedagogi, tikai tad bērns saņems visu nepieciešamo zināšanu un prasmju bagāžu.

Pirmsskolas vecumā bērns bagātina savu vārdu krājumu, izstrādā socializācijas iemaņas, kā arī attīsta loģiskās un analītiskās spējas. Pirmsskolas vecums - tas ir ērkšķains ceļš, kas sākas ar sevis nodalīšanu no pieaugušajiem un noslēdzas ar personīgās iekšējās dzīves atklāšanu, kas ir tieši saistīta ar ārējo darbību.

Jaunāko pirmsskolas vecums raksturo augsta fiziskās un psiholoģiskās attīstības intensitāte. Ceļas bērna aktivitāte, pastiprinās viņa vēsums uz mērķi, kustības kļūst daudzveidīgākas un koordinētākas.

Sākot ar 3-4 gadu vecumu notiek būtiskas izmaiņas bērna raksturā un darbības saturā, attiecībā ar apkārtējiem: pieaugušajiem un bērniem. Visizteiktākā dzīves 4.gada sākuma īpatnība ir bērna tieksme uz patstāvību. Bērnā jau piemīt spēja nospraust mērķus, prasme iepriekš iztēloties zināmu vēlamu rezultātu un aktīvi darboties tā sasniegšanas virzienā. Tomēr jebkuriem pūliņiem ar rezultāta sasniegšanas mērķi ir jāsniedz gandarījums un apmierinājums. Un attiecībā uz daudziem mērķiem, kurus sev nosprauž mazs bērns, šis apmierinājums meklējams, pirmkārt, viņa atzišanas jomā un viņa panākumu atbalstā no pieaugušo puses. Pieaugušo atbalsts un atzinība rada bērnos priecīgu savas kompetences sajūtu, priekšstatu par sevi kā par varošu un protošu.

Jaunākajā pirmsskolas periodā aktīvi attīstās labā smadzeņu puslode, pateicoties tam bērna uztvere, kas formē pilnīgu pasaules ainu, kļūst sarežģītāka (gan redzes, gan dzirdes, gan taustes). Turklāt attīstās galvas smadzeņu zonas, kas atbild par mazuļa lielo un sīko motoriku. Skriešana, lēkšana, iešana pa šauru tiltiņu, pirkstiņu vingrošana – tas viss palīdzēs pilnveidot daudzveidīgu kustību kontroli, kas, savukārt, sekmēs runas attīstību un prasmi regulēt smalkus iekšējos stāvokļus (piemēram, emocijas).

Trīs gadi - tas ir vecums, kad bērns atrodas pirmsskolas bērnības periodā. Bērna fiziskās attīstības galvenie rādītāji uz doto brīdi ir sekojoši: augums  $96 \pm 4,3$  cm, svars  $12,5 \pm 1$  kg, krūškurvja apkārtmērs  $51,7 \pm 1,9$  cm, galvas apkārtmērs 48 cm, piena zobu skaits 20. Trīsgadīga bērna galvaskausa apjoms sastāda jau 80% no pieaugušā galvaskausa apjoma.

Balsta-kustību aparāta īpatnības. Ceturtajā dzīves gadā bērna mugurkaula fizioloģiskās ieloces ir nestabilas, kauli un locītavas viegli pakļaujas deformācijai nelabvēlīgu iedarbību ietekmē.

3 - 4 gadu vecumā bērns apgūst galvenās sadzīves iemaņas (pašapkalpošanās, higiēnas noteikumi). Viņš patstāvīgi ēd, apmeklē tualeti, mazgājas, tīra zobus, apģērbjas un izģērbjas.

Uzmanībai un atmiņai jaunākajā pirmsskolas vecumā ir nepatvaļīgs raksturs: piesaista un tiek iegaumēti spilgti, emocionāli notikumi. Sāk veidoties iekšējās runas shēmas, pirmās

domāšanas operācijas, spēja salīdzināt, pamanīt atšķirīgo un līdzīgo. Sāk darboties iztēle ( Golubina, 2007,119).

Ir labi attīstīta kustību atmiņa: labāk tiek iegaumēts tas, kas saistīts ar personīgajām kustībām. Domāšana. Trīs-četrus gadu vecumā bērns, kaut arī nepilnīgi, mēģina analizēt to, ko redz sev apkārt; salīdzināt priekšmetus vienu ar otru un izdarīt secinājumus par to savstarpējām atkarībām. Sadzīvē un nodarbībās, apkārtējo vairošanas rezultātā, kuru pavada pieaugušā paskaidrojumi, bērni pakāpeniski iegūst elementāru priekšstatu par cilvēku dabu un sadzīvi. Bērns arī pats tiecas izskaidrot to, ko redz sev apkārt. Tiesa, saprast viņu brīžiem ir visai grūti, jo, piemēram, sekas viņš itin bieži uztver kā fakta cēloni. 3-4 gadus vecu pirmsskolnieku psiholoģiskās īpatnības ietver sevī arī pāreju no uzskatāmi-darbīgās pie uzskatāmi-tēlainās domāšanas. Mazulis arvien salīdzina un analizē ar darbību palīdzību ar priekšmetiem, tomēr jau sāk risināt kaut kādus uzdevumus, balstoties uz izveidojušās stāvokļa redzes uztveri.

No manipulēšanas ar priekšmetiem bērns spēj pāriet pie manipulācijas ar priekšstatiem un tēliem. Bērns izrādās spējīgs apvienot priekšmetus ne tikai pēc ārējām līdzībām ( krāsas, formas, izmēra), bet arī apgūt vispārpieņemtos uzskatus par priekšmetu grupām ( apģērbs, transports, trauki). Viņš izzina to, ko redz savā priekšā konkrētajā brīdī. Bet tādu priekšstatu pamatā ir nevis kopējo un būtisko priekšmetu pazīmju atdalīšana, bet to priekšmetu apvienošana, kas ietilpst kopējā situācijā vai, kuriem ir kopējas pazīmes.

Krasi pieaug bērnu zinātkāre. Šajā vecumā notiek būtiskas izmaiņas bērna runā. Vārdu krājums sastāda 1200-2500 vārdus. Spēj izšķirt un izmantot runā dzimuma piederību (tētis - viņš, mamma - viņa). Pareizi lieto vietniekvārdus "es" un "tu", pareizi būvē teikumus no 5-6 vārdiem. Apraksta priekšmetus, notikušus notikumus pareizā secībā. Reaģējot uz nesaprotamiem notikumiem un parādībām, uzdod jautājumu "kāpēc?".

Autore Breifeldere (2008) atzīst, ka visbūtiskākais adaptācijas didaktisko spēļu rotaļu izstrādē ir nodrošināt bērnus ar vizuālo informatīvo materiālu, jo tad bērns spēj paļauties uz savu iepriekšējo redzēto vizuālo pieredzi (Breifelder,2008).

Bērna psihiskās attīstības sasniegumi rada labvēlīgus nosacījumus būtisku izmaiņu sasniegšanā apmācību raksturā. Rodas iespēja pāriet no apmācību formām, kas balstās pieaugušo darbību atdarināšanā, pie formām, kurās pieaugušais rotaļu veidā organizē bērnu patstāvīgās darbības, kas vērstas uz noteikta uzdevuma izpildi. Bērni vecumā no 3 līdz 4 gadiem atšķiras arī ar paaugstinātu spēju uz apmācību. Šis vecums ir ideāls jaunu iemaņu un informācijas ieguvei. Tāpēc 4.gadu vecumā daudzi mazuli jau zina gandrīz visus alfabēta drukātos burtus un raksta tos. Tas pats attiecas arī uz cipariem. Bērni, īpaši rotaļu procesā, prot skaitīt līdz 10, sadalīt priekšmetus vienādās daļās, saprast laiku uz elektroniskā pulksteņa. Ceturto dzīves gadu raksturo divas kvalitatīvi jaunas iezīmes. Viena ir saistīta ar bērna

personības formēšanos, otra - ar viņa darbības formēšanos. Līdz ar vecumu mazulis citu zināšanu starpā iegūst arī zināšanas par pašu sevi (par to, ka viņam ir vārds un tā tālāk). Divarpus gadus bērns atpazīst sevi spoguļī, bet mazliet vēlāk arī uz fotogrāfijas. Vietniekvārda "es" rašanos posmā bērna runā (agrā vecuma beigās) pavada viņa uzvedības izmaiņas - rodas centieni darboties pašam. L.I. Božovičs atzīmē, ka līdz ar "Es sistēmas" rašanos bērna psihē rodas arī citi jaunveidojumi (Božovičs, 2002,56). Visnozīmīgākais no tiem ir pašnovērtējums un centieni atbilst pieaugušo prasībai - būt labam.

Vienlaikus pastāvošo, bet pretēji vērstu tendenču esamība: izdarīt saskaņā ar personīgo vēlmi un atbilstoši pieaugušo prasībām - rada bērnā neizbēgamu iekšēju konfliktu un tas sarežģī viņa iekšējo psihisko dzīvi. Pašapziņas elementi trīs-četrus gadu vecumā ne vienmēr izpaužas veiksmīgā sevis pretstatījumā apkārtējiem. Tāpēc trešā gada beigas un daļēji ceturto dzīves gadu sauc par "krīzes" vecumu, kuru raksturo negatīvisma, stūrgalvības uzplaisnījumi, garastāvokļa nestabilitāte. Nepieciešami speciāli veidoti uzdevumi, lai regulētu bērnu spēju pielāgoties, adaptēties, pieņemt jaunu dzīves pieredzi. Uzvedības regulācija, kā to dēvē zinātniskajā literatūrā spēlē būtisku lomu bērna adaptācijas un kopējā attīstības periodā. (Suchodoletz et.al,2009).

Otrā īpatnība sastāv tajā, ka bērnu darbības rotaļā, zīmēšanā un konstruēšana iegūst tīšu raksturu, kas ļauj mazuliem radīt zināmu konkrētu tēlu (zīmēšanā, veidošanā), būvēt celtnes, pildīt noteiktu lomu spēlē un tā tālāk. Pēc Dzintarei domām zīmēšana palīdz apzināties sevi, savu apkārtējo vidi (Dzintare, 1969,22). Tīšas, patvaļīgas darbības, tas ir, to pakļaušana noteiktam paraugam, ir svarīga bērna attīstībai, bet viņa dzīves ceturtajā gadā tās tikai formējas. Tāpēc darbībai ir nestabils raksturs. Mazulim ir grūti, piemēram, negaidītu iekārtas izmaiņu gadījumā noturēt apziņā darbības mērķi. Bērnu novēršanās ir liela gan nodarbībās, gan rotaļās, gan sadzīvē. Jaunākie pirmsskolnieki vienas rotaļas laikā dažreiz novēršas pat līdz 12-13 reizēm. Vācu pedagogs F. Frebels uzskatīja, ka bērnu rotaļa ir dzīves spoguļis un iekšējās pasaules brīva izpausme. Rotaļa ir iekšējais tiltiņš uz dabu (Фребель, 2001, 78).

Dotajā vecumā saglabājas galveno psihisko procesu - uzmanības, atmiņas, domāšanas, netīšais raksturs, kā arī emocionālā komforta nepieciešamība. Tomēr par vadošo saskarsmes tipu kļūst situatīvi-lietišķais. Tas nozīmē, ka pieaugušais piesaista bērnu, pirmkārt, kā interesantas darbības partneris. Vienaudzis pagaidām neder šīs lomas izpildei, jo vēl nepilnīgi pārvalda runu, ar viņu ir grūti saskaņot un būvēt kopdarbības plānu. Būtiski atzīmēt, ka pirmsskolas un skolas vecuma sliksnis nav nošķirams pavisam elementāri. Pedagoģiem nepieciešama liela pieredze un pedagoģiskās zināšanas, lai bērnu spētu iedrošināt uz jaunu rotaļu un spēļu pielietošanu savā bērnudārza dzīvē. Jau ar pirmajiem pirmsskolas gadiem audzēknis un audzināmais tiek skolots par kvalitatīvu sabiedrības daļas pārstāvi nākotnē.

(Gailuma,2002). Kā raksta K. Ušinskis, svarīgi, lai pedagogam nepietrūktu ideju, rosinot bērna zinātkāri, atraisot viņa iniciatīvu un dodot iespēju katram izpausties viņam raksturīga veidā. Jācenšas panākt, lai bērns varētu bagātināt savu iztēli, darbošanās procesā ietverot emocijas, jūtas, pārdzīvojumus un pieredzi ( Ушинский ,20172,450).

Četrgadīga bērna attīstības sensitīvie likumi nosaka, ka šajā posmā viņam vislabāk padodas valodas un tikumisko normu apguve, jo iepriekšējā attīstības posmā ir izveidojušies nepieciešamie organizētas uzvedības ieaudzinašanas priekšnosacījumi. Ir jāveido bērna morālā stāja, tikumiskā apziņa, atsaucība, līdzjūtība un citas morālās vērtības. Kopš četrus gadus vecuma ir jāsāk mērķtiecīgi veidot bērna gribas un tikumības attīstības pamatus( Golubina, 2007,119).

Vadošais darbības veids šajā vecumā ir priekšmetiski-darbīgā sadarbība. Šajā vecumā vissvarīgākais sasniegums sastāv tajā, ka bērna darbības iegūst mērķtiecīgu raksturu. Dažādos darbības veidos - rotaļās, konstruēšanā, zīmēšanā, kā arī ikdienas uzvedībā, bērni sāk darboties atbilstoši iepriekš nospraustajam mērķim, kaut arī uzmanības nestabilitātes un patvaļīgās uzvedības nenoformētības dēļ, bērns ātri novēršas, pametot vienu lietu citas dēļ.

Šajā vecumā mazuļiem ir spilgti izteikta saskarsmes vajadzība ar pieaugušajiem un vienaudžiem. Īpaši svarīgu lomu iegūst mijiedarbība ar pieaugušajiem, kas bērnam ir psiholoģiskā komforta un aizsardzības garantis. Saskarsmē ar pieaugušo mazulis iegūst sev interesējošo informāciju, apmierina savas izziņas vajadzības. Jaunākajā pirmsskolas vecumā attīstās interese par saskarsmi ar vienaudžiem. Rotaļās parādās pirmās bērnu " radošās" apvienības. Rotaļa ir daudzpusīga parādība, to var uzskatīt par īpašu visu kolektīva darbības veidu izpausmes formu. V. Romenkovas grāmatā „Bērns ģimenē un sabiedrībā” ir rakstīts, ka Ž. Piažē uzskatīja rotaļu par īpašu intelekta attīstības pakāpi. Pēc viņam domām, bērns ar rotaļas palīdzību attīsta loģiskas operācijas, bet pati rotaļa ir egocentriskās runas forma( Romenkova, 2013, 25).

Rotaļā bērns uzņem noteiktas lomas un pakļauj tām savu uzvedību. D. Elkoņins uzsver, ka rotaļa –tās ir sociālas attīstības aritmētika ( Elkoņins, 2008, 134). Tajā izpaužas mazā cilvēciņa interese par pieaugušo pasauli, kas pilda viņa uzvedības parauga lomu, atklājas tieksme uz šīs pasaules apguvi. Bērnu kopīgās rotaļas sāk dominēt pār individuālajām un rotaļām blakus. Rotaļā, produktīvajos darbības veidos ( zīmēšana, veidošana, aplikācija, konstruēšana ) notiek bērna iepazīšanās ar priekšmetu īpašībām, attīstās viņa domāšana, uztvere un iztēle. Sevišķi būtiski ir dokumentēt pielietotās rotaļas un didaktiskās spēles, kā arī ar šīm spēlēm iegūtos rezultātus. Tādējādi laika gaitā iespējams identificēt, kuras no bērnu spējām nepieciešams attīstīt veiksmīgāk, lai adaptācijas process noritētu pēc paredzētā plāna ( Elfstrom, 2017).

*Tādējādi, lai pilnībā realizētu šīs vecuma kategorijas audzināšanas iespējas, pedagogiem un vecākiem ir jāpēta 3 - 4 gadīgo bērnu vecuma īpatnība . Tas ir ļoti svarīgi, jo šajā periodā formējas raksturs un nākamās personības uzvedības principi. Tieši 3 - 4 gadu vecumā tiek likti bērna fiziskās, intelektuālās un morālās-gribas attīstības pamati.*

## **1.5 Sadarbība ar ģimeni bērna adaptācijas procesā pirmsskolā**

Liels skaits zinātnieku (E. Torndaiks, V. Šterns) pētījumi pārlicinoši pierādījuši, ka mazuļa pierošana jaunajiem nosacījumiem pamatā ir atkarīga no tā, kā pieaugušie ģimenē var sagatavot viņu šim atbildīgajam periodam.

Nepieciešams sekmīgas adaptācijas nosacījums ir vecāku un pirmsskolas skolotājās darbību saskaņotība, pieeju pietuvināšana bērna individuālajām īpatnībām ģimenē un pirmsskolas iestādē. Vienotas vecāku un pedagoga prasības, dienas kārtības ievērošana rūpīga higiēna, patstāvīgas darbības un pareiza rotaļu organizācija – rada veselīgus nosacījumus bērna līdzsvarotas uzvedības un sekmīgas adaptācijas formēšanai pirmsskolas iestādes nosacījumos.

Saturs, mērķi un sadarbības formas ar ģimeni ir atkarīgs no ģimenes un bērna tieksmēm un interesēm, tās nosaka sadarbības dalībnieku raksturs. Sadarbība paredz:

- vecāku psiholoģisko adaptāciju pirmsskolas iestādei, vecāku kontaktu nodibināšanu ar pirmsskolas iestādes pedagogiem,

- audzināšanas un apmācību programmas prezentāciju, satura, formu, darba veidu ar dotā bērnu atklāšanu,

- psiholoģiskās atmosfēras izpēti ģimenē, to iemeslu atklāšanu, kas var izraisīt bērna adaptācijas problēmas,

- ģimenes interešu izpēti,

- mazuļa veselības stāvokļa noskaidrošanu, viņa attīstības īpatnību izpēti,

- palīdzību vecākiem sava mazuļa izpratnes jautājumā,

- vecāku kolektīva formēšanu, ņemot vērā bērnu vecumu,

- korekcijas darbu (Кощеева, 2006, 68).

Liela nozīme ir vecāku kontaktam ar skolotājām. Vecākiem ir jāstāsta skolotājām par bērna attīstības iezīmēm , par kaitīgajiem ieradumiem, viņa miegu, apetīti, iemīļoto ēdienu, iemīļoto rotaļlietu un tā tālāk. Pirmsskolas pedagogam ir jāklūst par draugu un ģimenes padomnieku. Adaptācijas periodā bērnam ir īpaši nepieciešama silta, mīlīga apiešanās ar viņu gan mājās, gan pirmsskolā.

Vecākiem jāzina par pakāpeniska un laicīga (kaut vai 2-3 nedēļas iepriekš) bērna režīma pārejas uz pirmsskolas režīmu svarīgumu, pāriešanu uz tajā piedāvātajiem ēdieniem. Ņemot vērā olbaltumvielu un vitamīnu svarīgo lomu, vecākiem jāpievērš uzmanība bērna ēdināšanas kvalitātei.

Ir jāuzsver pašapkalpošanās iemaņu formēšanas nepieciešamību (patstāvīga ēdiena uzņemšana, apģērbšanās, poda lietošana, roku mazgāšana un mazgāšanās). Bērna adaptācijas bērnu kolektīvam atvieglošanai, iesakāms kopīgas pastaigas un rotaļas ar citiem bērniem, grupu nodarbību apmeklēšana, dalība bērnu kolektīvajos pasākumos.

Ja bērns, kas ienācis pirmsskolā, jau ir spējīgs uz runas saskarsmi, vecākiem jāiesaka organizēt viņu sarunas par ienākšanu pirmsskolā. Šajās sarunās jāuzsver, ka vecāki tāpat kā iepriekš mīl bērnu, bet viņš jau ir izaudzis liels, daudz ko apguvis un dosies (tāpat kā pieaugušie) "uz darbu", palīdzot viņiem. Iespēja apmeklēt pirmsskolu ir jāpasniedz k kaut kas svarīgs un nozīmīgs. Var palasīt mazulim grāmatiņas par bērniem pirmsskolā, paspēlēt pirmsskolu. Nekādā gadījumā nedrīkst baidīt ar pirmsskolu un paust savu satraukumu par to. Vecākiem var ieteikt populārzinātnisko literatūru par doto jautājumu (Pavlova, 2004, 26-27).

Ievērojami ātrāk un vieglāk bērns adaptējas, ja ģimene cenšas atbalstīt audzināšanas paņēmienus, kas tiek izmantoti pirmsskolas iestādē. Jo ātrāk tiek nodibināta audzināšanas vienotība starp pirmsskolas iestādi un ģimeni, jo vairāk pieejas atbildīs bērna individuālajām īpatnībām un viņš ātrāk un nesāpīgāk pieradīs pie jaunajiem nosacījumiem. Pedagogam jāinformē vecākus par iespējamām bērna saslimšanām un uzvedības izmaiņām adaptācijas laikā. Konsultējot vecākus, būtu jāuzsver arī tas, ka liela nozīme ir mazuļa iepriekšējai pozitīvi noskaņošanai pret pirmsskolu, stāstos, ko viņš iegūs, to apmeklējot. Ja ģimenē par to runās negatīvi, bērns jau iepriekš baidīsies un uzskatīs pirmsskolas izglītības iestādi par kaut ko sliktu (Gailuma, 2002, 109).

Vecāku attieksme, bailes nedrošība, vainas apziņas, varbūt arī nepatika ietekmē to, cik veiksmīgi mazulis spēs iekļauties vidē. Bērns neizjūt vecāku satraukumu un pārņem to.

Adaptācijas perioda norise atkarīga no vecāku izjūtam. Adaptācija noris veiksmīgāk, ja:

- vecāki samīļo bērnu, nerausta, nesteidzina,
- vecāki aktīvi un patiesi piedalās bērnu dzīvē (palīdz sagatavoties dažādiem pasākumiem, šuj tērpus u.tml.),
- vecāki darbojas kopā ar mazuli, iesaista viņu pieaugušo darbībā,
- vecāki atbalsta bērnu radošo darbību.

Pedagogi var palīdzēt vecākiem pielāgoties jaunajiem apstākļiem, radīt viņos pārliecību, ka viņu bērns ir drošībā. Tikai tad, ja pedagogs spēj nodrošināt katra audzēkņa individuālās

vajadzības un vecāku intereses, var veidoties pozitīva saskarsme ar bērnu un viņa vecākiem (Kājiņa, Aunīte, 2006, 64).

Lai sagatavotu bērnu pirmsskolas iestādes apmeklēšanai, iestādes darbinieki organizē pārrunas ar vecākiem, dažāda veida konsultācijas, apkopo nepieciešamās ziņas par bērnu.

Pirms bērns sāk apmeklēt silītes grupu, pedagoģiskajam personālam jāiepazīstas:

- Ar bērna dzīves apstākļiem ģimenē;
- Ar bērnu attīstības līmeni;
- Nepieciešamības pēc saskarsmes, prasme kontaktēties,
- Rotaļu attīstības līmenis,
- Psihisko procesu attīstība.

Darbs ar vecākiem nedrīkst aprobežoties tikai ar ziņu savākšanu (jāpaskaidro, kāpēc šīs ziņas nepieciešamas).

Vecākiem jāsniedz arī nepieciešamās zināšanas un, pirms bērns sāk apmeklēt pirmsskolu jāiepazīstina ar:

- pirmsskolas iestādes grupas darba režīmu;
- ar iekšējās kārtības noteikumiem;
- to, kādu ārstu speciālistu pārbaudes bērnam ir jāiziet;
- kādi dokumenti nepieciešami iestājoties pirmsskolas izglītības iestādē;
- jāpastāsta vecākiem par adaptācijas perioda grūtībām;
- jārada vecākiem nopietna (bet pozitīva) attieksme pret pirmsskolas izglītības iestādi.

Šajā sarunā īpaši svarīgi radīt vecākiem pozitīvu attieksmi pret pirmsskolas izglītības iestādi, nopietnu attieksmi pret pedagogu norādījumiem, pret bērnu sagatavošanu dzīvei grupā.

Tādēļ pirmsskolas skolotājam:

- jāauzicina vecāki apskatīt grupu;
- jāsniedz vecākiem konsultāciju;
- par dotā vecuma attīstības īpatnībām;
- par dienas režīmu grupā, režīma procesu metodisko pareizu organizāciju;
- par ieteicamo dienas režīmu bērnam mājās (pietuvinātu grupas režīmam);
- kā organizēt bērnu dzīvi ģimenē, lai atvieglotu adaptācijas periodu (ievērot ieteikti dienas režīmu), kā bērnu ģērbt mājās, kāds apģērbs, kādā daudzumā nepieciešams un ieteicams grupā (Pontāga, 1985, 30).

psiholoģe Daina Škuškovnika saka tā: “Ja jūs atradīsiet pietiekami daudz laika, pacietības, uzmanības, mīlestības un arī sapratnes, lai palīdzētu labi adaptēties bērnam pirmsskolā, tas būs ieguvums visai jūsu ģimenei, bērns vēlāk vieglāk iekļausies arī skolas vidē. Drošības izjūtu, ko šādā veidā radām bērnam, nevar iestāstīt vai nopirkt par naudu. To varam radīt, parūpējoties par to, lai bērns justu un zinātu, ka ir pasaulē cilvēki, kas vienmēr par viņu rūpējās, -tie ir viņa vecāki: ka ir pasaulē vieta, kur viņu vienmēr gaida, -tās ir viņa mājas.”(Škuškovnika, 1998, 10-16).

tādējādi no visa augstāk teiktā var *izdarīt secinājumu*, ka adaptācija ir individualizācijas un personības socializācijas priekšnoteikums. Sociāli-psiholoģiskā adaptācija – personības un sociālās vides mijiedarbību, kas sekmē optimālu personības un grupas mērķu un vērtību attiecību. Ar adaptāciju tiek izprasts cilvēka ienākšanas process viņam jaunā vidē un iekārtā un pielāgošanās tās nosacījumiem.

Bērna adaptācijai ir jābalstās uz viņu psihisko iezīmi, psihisko, vecuma un individuālo īpatnību pārziņu. Bērna individuālās īpatnības ir saistītas arī ar viņa nervu darbības tipu, kas ir iedzimts. Lai atklātu jaunpienācēja bērna individuālās īpatnības audzinātājam ir jāparunā ar vecākiem, jāpavēro jauniņais dažādās dienas daļās un dažādās situācijās. Tāda bērna izpēte palīdzēs audzinātājam pareizi novērtēt viņa individuālās īpatnības un vērts viņa uzvedību vajadzīgajā gultnē.

Īpaša nozīme adaptācijas periodā ir bērna individuālajām iezīme saskarsmes jomā. Bērna saskarsmes pieredze ar apkārtējiem tiek iegūta pirms viņš ierodas pirmsskolā, tā arī nosaka viņa adaptācijas raksturu pirmsskolas nosacījumiem. Tāpēc tieši bērna saskarsmes vajadzību saturs zināšanas ir tā atslēga, ar kuras palīdzību var noteikt pedagoģisko ietekmju raksturu viņa adaptācijas periodā.

Adaptācija ir organisma pielāgošanās jaunai iekārtai, bet bērnam pirmsskola, nešaubīgi, ir jauna, vēl nezināma telpa, ar jaunu vidi un jaunām attiecībām. Adaptācija iekļauj individuālo reakciju, kuras raksturs ir atkarīgs no plaša bērna psihofizioloģisko un personības īpatnību spektra, no esošajām ģimenes attiecībām, no uzturēšanās nosacījumiem pirmsskolas izglītības iestādē. Tādējādi bērns pierod savā veida.

Summējot visu teikti, var atzīmēt, ka pedagoga darbs adaptācijas periodā ir sekojošs: darbs ar vecākiem, kas vērsts uz bērna fiziskās veselības nostiprināšanu, mājas dienas režīma sasaiste ar jaunās vides nosacījumiem, organizēts medicīnas personāla, administrācijas, audzinātāju darbs. Viens no bērnu pozitīvo savstarpējo attiecību formēšanas nosacījumiem ir bērna dabiskās saskarsmes vajadzību atbalsts no audzinātāju puses.

Saskarsmei ir jābūt brīvprātīgai un labvēlīga rakstura. Sekmīgas adaptācijas obligātais nosacījums ir vecāku un pedagogu darbību saskaņotība, pieeju pielāgošana bērna

individuālajām īpatnībām ģimenē un pirmsskolas iestādē. Vienotas vecāku un pedagogu prasības, dienas režīma ievērošana, rūpīga higiēniskā aprūpe, patstāvīgas darbības un pareiza rotaļu organizācija – nodarbības rada veselīgus nosacījumus bērnu emocionāli līdzsvarotai uzvedības un formē sekmīgu adaptāciju pirmsskolas iestādes nosacījumiem.

*Darbs ar vecākiem, kuri ieteicams sākt vēl līdz bērna ierīkošanai bērnudārzā. Sekmīgai adaptācijai nepieciešams nosacījums ir pedagoga un vecāku darbību saskaņotība, pieeju satuvināšana pie individuālām bērna īpatnībām ģimenē un pirmsskolā. Kādā vecumā bērns nebūtu atnācis pirmoreiz pirmsskolā viņam šis būs spēcīgs pārdzīvojums, kuru nepieciešams mīkstināt.*

## 2. Otrā jaunākā vecumposma bērnu veiksmīgas adaptācijas veicināšana

### 2.1 Pedagoģijas pētījumu metodoloģija

Pedagoģija ir zinātne, pētījumi ir tas neatņemama sastāvdaļa. Kā zinātne tā attīstās, veidojas jaunas idejas, mainās sabiedrības prasības, notiek izmaiņas mācību procesā, mācību formās, mācību saturā utt. Lai ienestu kaut ko jaunu, tā nepieciešamību vispirms vajag pierādīt. Tas ir pirmais iemesls kāpēc tiek veikti pedagoģiskie pētījumi. Dažādas pētīšanas metodes palīdz atklāt pedagoģiskā procesa likumsakarības.

**Metodoloģija** (no grieķu vārda *methodos* - izpētes vai izziņas ceļš, teorija, mācība un *logos* - vārds, jēdziens): 1) principu sistēma un teorētiskās un praktiskās darbības uzbūves veidu sistēma; 2) mācība par zinātnisko izziņas metodi; 3) metožu kopums, kas tiek pielietotas kādā zinātnē.

Pedagoģijas metodoloģija – svarīgākie vispārējie zinātniskās izziņas teorijas principi, metodes un veidi (paņēmienu kopums) (Špona, 2004,36).

Zinātnes metodoloģija sniegs pētījuma komponentu raksturojumu: objekta un analīzes priekšmeta, pētījuma uzdevumu priekšmeta, pētījuma metožu un līdzekļu kopuma, kas ir nepieciešami to risināšanai, kā arī formē priekšstatu par posmiem, kustības secību pētniecisko uzdevumu retransplantācijas procesā. Galvenais ir nevis pedagoģijas likumu izpēte, bet to zinātnisko pamatu, no kuriem šie likumi izriet (Ушинский, 2017,35).

Lai ienestu ko jaunu pedagoģijā, tiek veikti pedagoģiskie pētījumi. Pedagoģiskais pētījums - tas ir process un zinātniskās darbības rezultāts, kas ir vērsts uz jaunu zināšanu saņemšanu par apmācībām, audzināšanas un izglītības likumsakarībām, to struktūru un mehānismu, saturu, principiem un tehnoloģijām.

Pedagoģiskā pētījuma veikšanā ir jāvadās pēc sekojošiem **principiem**:

- balstīties uz pedagoģiskās objektivitātes un nosacītības parādībām: tās pastāv un attīstās iekšējo objektīvo likumu ietekmē, pretrunu, cēloņsakarībām;
- nodrošina pilnīgu pieeju pedagoģisko jēdzienu un procesu izpētei;
- pēta tās attīstības procesus;
- pēfīt doto priekšmetu tā sakaros un mijiedarbībā ar citiem;
- izvēloties pētījuma metodes, balstīties uz to, ka jebkādu zinātnisko problēmu risinājuma tiek izmantots nevis viena, bet savstarpēji papildinošu metožu komplekss;
- pētījuma metodēm ir jāatbilst pētāmā priekšmeta būtībai;

- aplūkojot attīstības procesu kā kustību un pašattīstību, kas ir atkarīga no iekšējām tam piemītošajām pretrunām, kas kalpo par dzinējspēku un attīstības avotu;
- netiek pieļauta eksperimenta iespēja, kas ir pretrunā ar morāles normām, spēj nodarīt kaitējumu sajūtamām, izglītības-audzinašanas procesam.

Pedagoģiskā pētījuma veikšanā tiek izmantotas noteiktas zinātniskās metodes. Pedagoģiskā pētījuma metodes - tie ir zinātniskās informācijas saņemšanas veidi ar likumsakarīgo saikņu, attiecību, atkarību un zinātnisko teoriju uzbūves mērķi. Pedagoģisko pētījumu metodes nosacīti iedala uz teorētiskajiem un empīriskajiem (praktiskajiem), eksperimentālās metodes.

*Teorētiskās pētījuma* metodes ļauj precizēt, paplašināt un sistematizēt zinātniskos faktus, ļauj izskaidrot un paredzēt, paaugstināt iegūto rezultātu uzticamību, pāriet no abstraktajām pie konkrētajām zināšanām, noteikt savstarpējās attiecības starp atšķirīgiem jēdzieniem un hipotēzēm, izcelt to starpā visbūtiskākās un otršķirīgās.

**Pārskata teorētiski analītisko pētījumu** veic gadījumos, kad uz zinātniskās literatūras, dokumentu un avotu bāzes, ir **jānoskaidro** pedagoģiskā parādība, process vai faktiskais stāvoklis, veidošanas, prognozēt attīstītu (Špona, 2004, 56).

**Uz pētījuma empīriskajām (praktiskajām) metodēm** attiecināmas: datu atlases un uzglabāšanas metodes (novērošana, saruna, anketēšana, testēšana un citas), kontroles un mērījumu metodes; datu apstrādes metodes (matemātiskās, statistiskās, grafiskās, tabulu); novērtējuma metodes (pašnovērtējums, reitings, pedagoģiskais konsīlijs); pētījuma rezultātu ieviešanas metodes pedagoģiskajā un citās praksēs (eksperiments, eksperimentālā apmācība, plaša mēroga ieviešana) un citas.

**Ar pieredzes empīriski aprakstošiem pētījumiem sākās pedagoģijas zinātne.** Piemēram, Žana Žaka Ruso atziņas atrodam atzīšanās: „Es sēdēju pie loga un vēroju”. Tātad **centrā ir subjektīvā uztvere un tās ir aprakstīšana** (Špona, 2004, 56).

Pedagoģiskais eksperiments- tas ir zinātnisks pedagoģiskā procesa pārveides eksperiments pedagoģiskajos nosacījumos, kas tiek precīzi ņemti vērā. Atšķirībā no jau pastāvošajām metodēm, eksperimentam pedagoģijā ir radošs, konstruktīvs raksturs. Eksperimentālajam ceļam seko prakse, jauni paņēmieni, formas, metodes, mācību - audzināšanas darba sistēmas.

Pedagoģiskās pētījumu metodes – ir zinātnē pārbaudīto un pieņemto darbības noteikumu un paņemienu sistēma, kuru izmanto pedagoģisko parādību izziņā jaunu ticamu faktu, sakarību un likumu atklāšanai par pedagoģisko realitāti, tās novērtēšanai un vispārināšanai ( Špona, 2004, 78).

Darbā ar pirmsskolu bērniem, lai veiksmīgi atrisinātu audzināšanas un attīstības problēmas visbiežāk tiek izmantotas sekojošas metodes:

- **Pedagoģiskais novērojums**-praktiski tiek vērotas atšķirīgas bērna darbības (vadoties pēc vērojuma mērķa un uzdevuma, noteiktas pedagoģiskas parādības izpētei), veikta to analīze, salīdzinājums un izvērtēšana, nepieciešamo lēmumu pieņemšana pedagoģiskā procesa koriģēšanā.
- **Pedagoģiskais eksperiments**-ar tā palīdzību zinātniskas hipotēzes ticamību, atklājot konkrētas nianšes un eksperimenta dalībnieka reakciju dažādās situācijās un sakarības. Eksperimentu var veikt dabīgos un laboratorijas apstākļos. Veicot dabīgo pedagoģisko eksperimentu, jārikojas tā, lai tas netraucētu dabīga procesa norises nebūtu īpaši pamanāms. Laboratorijas eksperimentus rūpīgi sagatavo (mērinstrumenti, instrumentārijs).
- **Anketēšana**-rakstveida atbilžu saņemšana uz konkrēti noformulētiem jautājumiem par dažādām situācijām, kuras nolemts izpētīt.

No minētajām metodēm pirmsskolas izglītības ikdienas praksē var izmantot pedagoģisko vērojumu un pārrunas ( Golubina,2007, 20).

Zinātniskais pētījums pedagoģijā ir mērķtiecīgs un radošs cilvēka organizēts darbības process, orientēts uz jaunu teorētisko atziņu ieguvī, kas pilnveidotu pedagoģisko praksi (Špona, 2004, 56). Pedagoģiskā pētījumā ir grūts uzdevums-uz pētāmā priekšmeta teorētiskās analīzes bāzes, atklājot tās būtību un struktūru, izveidot tā **mērīšanas kritērijus** (kritērijs –pazīme, pēc kuras kaut ko vērtē, klasificē) un rādītājus pa līmeņiem, kas atklāj parādības attīstības dinamiku. Ja parādības būtība un struktūra ir precīzi atklāta, tad kritēriju un rādītāju izstrāde grūtības nesagādā.

Pirmsskolas izglītības apguves vērtēšanas kārtību un pirmsskolas izglītību satura apguves plānotos rezultātus nosaka Ministru kabineta 2010.gada 3.augusta noteikumi Nr.709”Noteikumu par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām( turpmāk-vadlīnijas).

Vadlīnijās ir noteikts, ka

- Izglītības programmas apguves laikā bērna zināšanu, prasmju attieksmju vērtējumu izsaka mutvārdos, uzsverot pozitīvo un nozīmīgo viņa darbībā un sasniegumos;
- Pirmsskolas izglītības satura apguves noslēgumā par bērna sasniegumiem (zināšanām, prasmēm un attieksmēm atbilstoši plānotajiem rezultātiem( tiek rakstiski informēti viņa vecāki vai aizbildņi.

Metodiskajam materiālam ir ieteikuma raksturs, un tas ir veidots, lai parādītu skolotājam dažādas iespējas bērnu sasniegumu un pedagoģiska procesa vērtēšanā pirmsskolas izglītības.

Lai mērķtiecīgi un efektīvi organizētu pedagoģisko procesu, skolotājam skaidri jāapzinās, kādu rezultātu tas grib sasniegt konkrētā laika periodā, katra atsevišķa tematā un

ikvienā rotaļnodarbībā. Bērniem ir svarīgi saņemt regulāru novērtējumu par paveikto, jo pakāpeniski nostiprinās viņa pašvērtējums, attīstās paškontrolē un motivācija.

Vērtēšanai ir konkrēts mērķis. Vadlīnijās ir izvirzīts šāds pirmsskolas izglītības mērķis: veicināt bērnu vispusīgu un harmonisku attīstību, ievērojot tā attīstības likumsakarības un vajadzības, individuālajā un sabiedriskajā dzīvē nepieciešamās zināšanas, prasmes un attieksmes, tādējādi mērķtiecīgi palīdzot bērniem pamatizglītības apguvei.

Pirmsskolas pedagoģiskajā procesā bērnu sasniegums vērtē rotaļnodarbībās, kur galvenais bērnu darbības veids ir rotaļa. Gan skolotāja mērķtiecīgi organizētās rotaļās un rotaļu situācijās, gan pēc bērnu pašu iniciatīvas izvēlētās rotaļās bērns iepazīst sevi un pasauli ap sevi, apgūst prasmes un zināšanas, veidojas viņa attieksme. Bērns mācās rotaļājoties .

Bērna sasniegumi vērtēšanai jānotiek katra bērna iepriekšējo sasnieguma kontekstā. Vērtēšanas uzdevums ir norādīt arī attīstības perspektīvu, t.i., izvirzīt konkrētus individuālos uzdevumus noteiktu zināšanu un prasmju apguvei un pilnveidei. Sasniedzamā rezultāta vērtēšanai ieteicams izmantot spēles un rotaļas.

Lai precīzi novērtētu katru bērnu sasniegumu, pirms tam jāizstrādā vērtēšanas kritēriji. Lai iegūtu ticamu informāciju par novērtējamo bērna sasniegumu, novērošana ir precīzi jāplāno un tas laikā uzmanība jākoncentrē uz izvirzītajiem vērtēšanas kritērijiem.

Špona (Špona,2004,88) savos darbos raksta, ka pedagoģiskā pētījumā ir grūts uzdevums –uz pētāmā priekšmeta teorētiskās analīzes bāzes, atklājot tās būtību un struktūru, izveidot tā **mērīšanas kritērijus** (kritērijs –pazīme, pēc kuras kaut ko vērtē, klasificē) un rādītājus pa līmeņiem, kas atklāj parādības attīstības dinamiku. Ja parādības būtība un struktūra ir precīzi atklāta, tad kritēriju un rādītāju izstrāde grūtības nesagādā.

Lai novērtētu bērna adaptāciju pirmsskolas izglītības iestādē, tika izmantoti trīs veida kritēriji, kuri norāda uz veiksmīgu vai smagu bērna adoptāciju. Autore izmantoja kritērijus no sava darba teorētiskās daļas.

#### **Fizioloģiski kritēriji:**

- Bērna veselība adaptācijas perioda
- Apetīte
- Miegs

#### **Psihoemocionāli kritēriji:**

- Bērna emocionāls stāvoklis adaptācijas periodā
- Uzvedība
- Runa

#### **Sociāli kritēriji:**

- Kontakts ar bērniem un pieaugušajiem
- Izzinoša un spēlēs darbība

Tādēļ, lai novērtētu bērna adaptācijas līmeni pirmsskolas, autore izvēlējās nākamās kritērijus no trijām grupām:

- Runas attīstīšana
- Kontakts ar pieaugušajiem un bērniem
- Spēlēs iemaņas
- Patstāvība
- IZmaiņas uzvedības

*Pirmsskolas pedagoģijas pētījumu sekmēšana ir nozīmīga tādēļ, ka bērns vecumā no trim līdz sešiem gadiem ir jūtīgs, atvērts dažādiem iespaidiem. Viņš jauno uztver un pārdzīvo radoši. Bērns sāk orientēties sociālajās, apzinās savu ES, cenšas īstenot savas vēlmes un nodomus. Šajā vecumā bērns pakāpeniski apgūst cilvēces kultūru, saskarsmes paņēmienus un parāda sevi kā darbības subjektu. Bērnbā gūtais ir drošs pamats visai dzīvei. Bērna attīstībā ir svarīgi atklāt, kā norit viņa attīstība, kā bērns atklāj savas izjūtas ar kustībām, krasām, mūzikas skaņām, valodu, kā izprot atšķirību starp realitāti un fantastiku.*

## **2.2. Bērnu raksturojums**

Uzdevumu un adaptācijas novērojumu analīze tika veikta 10 bērniem, kur četri no tiem pirmo gadu apmeklēja bērnu dārzu. Seši no tiem uz dārziņu dodas otro gadu, taču tiem adaptācijas process ir sevišķi svarīgs, jo pirmajā dārziņa apmeklēšanas gadā apmeklējums ir bijis vājš un nepietiekams. Raksturotajā situācijā iekļautu bērnu rakstura un attīstības iezīmes ir sekojošas (bērnu vārdi ir mainīti):

1. Daniils ir otrais bērns ģimenē, otro gadā apmeklē bērnu dārzu, runas prasmes ir slikti attīstīts, tādēļ nevar sazināties ar citiem bērniem, nav spēļu iemaņu, nespēj sevi pašnodarbināt, ir agresīvs ar citiem bērniem.
2. Ksenija ir vienīgais bērns ģimenē, otro gadā apmeklē bērnu dārzu, ir diezgan neatkarīga, viņai patīk rotaļas un spēles, runa ir slikti attīstīta, kas apgrūtina saziņu ar bērniem un pieaugušajiem.
3. Ruslans ir vienīgais bērns ģimenē, tikai septembrī sāka apmeklēt bērnu dārzu. Zēns ir labi audzināts, neatkarīgs, ļoti emocionāls un jutīgs bērns, labi var komunicēt ar citiem bērniem un pieaugušajiem, viņa runas prasme ir atbilstoša vecumam.

4. Maksims ir trešais bērns ģimenē, septembrī pievienojies grupai, pašnodarbinātības prasmes ir slikti attīstītas, runas prasmes ir slikti attīstītas, nevar komunicēt ar citiem bērniem, dod priekšroku spēlēt spēles vienatnē.
5. Darija ir vienīgais bērns ģimenē, pārcelts no cita bērnudārza, ļoti sociāla un neatkarīga, labi attīstītas runas un spēles iemaņas, ātri atrod kontaktus ar bērniem, ir ļoti aktīva.
6. Serafīms ir otrais bērns ģimenē, runas ir labi attīstītas, sabiedrisks un draudzīgs bērns, neatkarības prasmes ir vāji attīstītas, labprāt spēlējas kopā ar bērniem, ir aktīvs.
7. Nikīta ir otrais bērns ģimenē, ļoti mierīgs un kautrīgs zēns, neatkarības prasmes ir vāji attīstītas, vecumam atbilstošas, patīk spēlēties vienatnē, nevēlas saskarsmi ar bērniem un pieaugušajiem.
8. Alisija ir vienīgais bērns ģimenē, patīk būt uzmanības centrā. Mazliet savtīga, runas un neatkarības prasmes ir labi attīstītas, spēj sevi nodarbināt, ir grūti atrast kontaktus ar bērniem un pieaugušajiem.
9. Viktorija ir vienīgais bērns ģimenē, ļoti nedroša meitene, labi attīstītas runas un pašnodarbinātības prasmes, nepieciešama pieaugušo pastāvīga uzraudzība.
10. Nils ir vienīgais bērniņš ģimenē, oktobrī sāka apmeklēt bērnudārzu, viņam ir labi attīstītas runas un pašnodarbinātības prasmes, ir komunikabls, zina, kā atrast kontaktus ar bērniem.

Lai objektīvi izvērtētu bērnu esošās prasmes un spējas, kā arī objektīvi novērtētu bērnu adaptācijas periodu bērnu dārzā, tiek veikta 10 bērnu spēju un attīstības raksturojoša analīze (skat. 1. tab.) Bērnu prasmes, spējas un attīstības atbilstoši vecumam tiek novērtēta sekojošā skalā:

1. Runas attīstīšana (2- aktīva, 1- vidēji, 0- pasīva);
2. Kontakts ar bērniem un pieaugušo (2- labi, 1- daļēji, 0- vāji);
3. Spēļu prasmes (2- labi, 1- daļēji, 0- vāji);
4. Patstāvība (2- labi, 1- daļēji, 0- vāji);
5. Izmaiņas uzvedības (2 - draudzīgs, 1- reizēm nesavaldās, 0- pasīvs );

Bērnu spēju kopsavilkums attēlots tabulas veidā, kur katrā no kolonnām atšķirīga bērnu spēju īpašība vai prasme. Lai gan vērtēšana pēc šāda veida skalas atbilstošajā vecumā var būt neobjektīva dažādu saistībā ar dažādām bērnu attīstības pakāpēm, tas ir viens no veidiem kā novērtēt adaptācijas veiksmīgo vai neveiksmīgo norisi. Ar šādu datu tabulas palīdzību var izvērtēt bērnu prasmes pirms un pēc uzdevumu veikšanas vairāku mēneši garumā.

1. tab. Bērnu spēju kopsavilkums

Bērna vārds	Bērns ģimenē	Gads	Runa attīstīšana	Kontakts	Spēju prasmes	Patstāvība	Izmaiņas uzvedības	Summa
Daniils	otrais	2.	Pasīva(0)	vāji (0)	vāji (0)	vāji (0)	pasīvs(0)	<b>0</b>
Ksenija	vienīgais	2.	pasīva(0)	daļēji (1)	labi (2)	labi (2)	draudzīga(2)	<b>7</b>
Ruslans	vienīgais	1.	aktīva(2)	labi(2)	labi(2)	labi(2)	draudzīgs(2)	<b>10</b>
Maksims	trešais	1.	pasīva(0)	vāji (0)	vāji (0)	vāji (0)	reizēm(1)	<b>1</b>
Darija	vienīgais	1.	aktīva(2)	labi(2)	labi(2)	labi(2)	draudzīga(2)	<b>10</b>
Serafims	otrais	2.	aktīva(2)	labi(2)	vāji(0)	vāji(0)	reizēm(1)	<b>7</b>
Ņikita	otrais	2.	aktīva(2)	vāji(0)	daļēji(0)	vāji(0)	reizēm(1)	<b>4</b>
Alisija	vienīgais	2.	aktīva(2)	vāji(0)	labi(2)	daļēji(1)	reizēm(1)	<b>6</b>
Viktorija	vienīgais	2.	aktīva(2)	daļēji(1)	Labi(2)	daļēji(1)	draudzīga(2)	<b>8</b>
Nils	vienīgais	1.	aktīva(2)	labi(2)	labi(2)	labi(2)	pasīvs(2)	<b>10</b>

Kā redzams datu tabulā (1. tab.) , tad vērojamas sekojošas tendences:

- Vidējais rādītājs, ja bērns ir vienīgais ģimenē – 8,5 punkti no 10 iespējamiem, kur trīs no 6 bērniem sasniedz augstāko punktu skaitu – 10.
- Vidējais rādītājs, ja bērns nav vienīgais ģimenē – 3 punkti no 10 iespējamiem, kur zemākais no rādītājiem ir 0 punktu, bet augstākais 7.
- Vidējais rādītājs, bērnam uzsākot gaitas pirmo reizi – 7,75 no 10 iespējamiem, turklāt dati ir ļoti atšķirīgi. Vienam, no bērniem kopējā punktu summa ir viens, kamēr pārējiem trim tie ir 10 no 10 iespējamiem.
- Vidējais rādītājs, bērnam turpinot gaitas otro gadu – 5,3 punkti no 10 iespējamiem. Arī šajā datu grupā dati ir diametrāli atšķirīgi, kur vērtējums sasniedz no 0 līdz 7 punktiem no 10 iespējamiem.

Var secināt, ka viennozīmīgi labāk attīstītas prasmes ir bērniem, kur ir vienīgie ģimenē. Tas skaidrojams ar faktu, ka vecākiem nav jāvelta visa uzmanība uzreiz vairākiem bērniem ģimenē, bet tikai vienam bērnam. Tāpat vērojams, ka vidējais prasmju rādītājs augstāks ir bērniem, kuri dārziņu vēl nav apmeklējuši (7,75 punkti pret 4,8 punkti). Tas skaidrojams ar faktu, ka otrās grupas vecuma bērni ir maz apmeklējuši bērnu dārzu pirmajā gadā. Tiem ir zināms iespaids un sajūtas par to, kas dārziņā ir darāms un kā tiek veidots dārziņa režīms, taču

reizēm trūkst patstāvības un komunikācijas ar citiem bērniem, jo jau sākotnēji ir bijis traucēts adaptācijas process.

### 2.3. Vecāku aptauju rezultātu analīze

Adaptācijas process – tas ir divpusējs process- mijiedarbojoties vecākiem un audzinātājiem, tas ir viņu kopdarbs, kurš tiek virzīts uz vieglu un ātru bērna adaptāciju pirmsskolā. Vecāki ir bērna paši tuvākie cilvēki, tāpēc viņi ir tie, kuri smalki redz visas izmaiņas, kuras notiek ar bērnu. Tāpēc pēc adaptācijas programmas realizācijas, tika anketēti vecāki lai uzzinātu kādas izmaiņas ir notikušas ar bērnu, pēc tā kā viņš ir sācis apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi. Analizējot adaptācijas programmu kopumā tika aptaujāti 18 vecāki. Tika veikta anketēšana (skat.1.pielikumi) vecākiem par pārmaiņām uzvedībā adaptācijas perioda (iegūtie rezultāti attēloti 2. tabulā).

2. tabula. Pārmaiņas bērnu uzvedībā adaptācijas laikā

Pārmaiņas bērna uzvedībā	Vecāki	Procentuālais iedalījums
Sabiedriskas	9	50%
Raudulīgāks	4	22%
Nomāktāks	3	17%
Vērojams apetītes zudums	3	17%
Labāk ēd	13	72%
Agresīvāks	2	11%
Mazāk slimo	1	6%
Norobežojas no citiem bērniem	0	0%
Iemācās kaut ko jaunu	18	100%
Miega traucējumi	3	17%
Labāk guļ	4	22%

Pārmaiņu, kas pēc vecāku domām vērojams bērnu uzvedībā adaptācijas laikā, procentuālais sadalījums, vadoties pēc sniegtajām atbildēm ir redzams 1.attēlā.

Visi aptaujātie vecāki ir atzinuši, ka viņu bērns adaptācijas periodā ir iemācījās kaut ko jaunu. Tāpat arī 72% aptaujāto vecāki ir novērojuši, ka bērns daudz labāk ēd. Iespējams, ka tas skaidrojams ar konkrēto ēšanas režīmu, kā arī to, ka bērniem pamazām uzlabojas pašapkalpošanās iemaņas.

Puse no aptaujātajiem vecākiem (50%) apgalvo, ka bērns kļuvis sabiedriskās gan attiecībās ar vienaudžiem, gan arī vecākiem. Tas skaidrojams, ka uzsākot gaitas pirmsskolas iestāde, bērniem ir daudz lielākas iespējas komunicēt ar citiem bērniem, kā arī pieaugušajiem, nekā tas bija, kad bērns uzturējās mājās. Ļoti pozitīvi, ka neviens no vecākiem nenorādīja, ka bērns norobežotos no citiem bērniem.

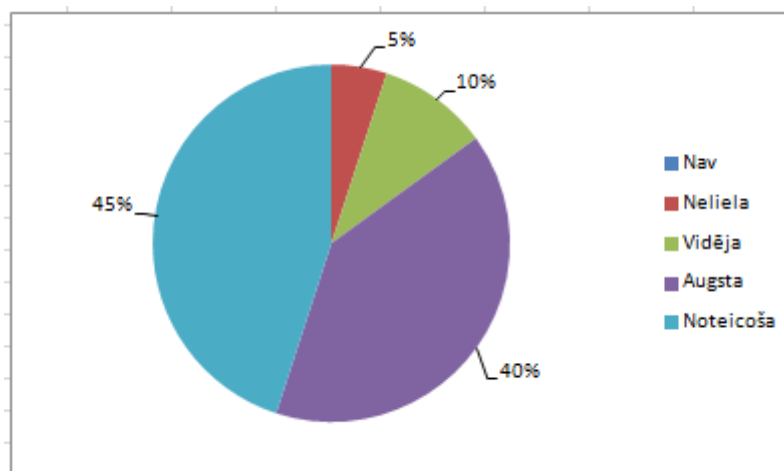
22% aptaujāto vecāku atzina, ka bērns labāk gul. Arī tas ir skaidrojams ar režīmu pirmsskolas iestādē, kad bērni noteikta laikā iet gulēt diendusu. Tas atstāj iespaidu arī uz gulēt iešanas paradumiem mājās. 6% jeb viens no aptaujātajiem vecākiem norādījis, ka bērns mazāk slimo.

Tomēr jāsaprot, ka vecāki ir novērojuši ne tikai situācijas uzlabošanos, bet arī lietas, kas nav tik pozitīvas. Tā 22% no aptaujātajiem vecākiem ir teikuši, ka bērns ir kļuvis raudulīgāks. Tas varētu skaidrojams, ka iepriekš bērni bija pieraduši, ka lielāko daļu laika ir tuvumā, bet, sakot apmeklēt pirmsskolas iestādi, ir grūti pārvarēt šo atšķirtību. Tas pats attiecas arī uz 17% vecāku norādīto, ka bērns ir kļuvis nomāktāks.

17% norada, ka bērniem ir novērojami miega traucējumi. Tāpat 17% vecāku saka, ka bērniem ir vērojams apetītes zudums. Tas skaidrojams, ka, iespējams, bērns pirmsskolas iestādē pietiekami sātīgi paēd, līdz ar to mājās vairs nevēlas tik daudz ēst, vai arī pretēji, ka bērns nevar pierast pie pirmsskolas iestādes ēdiena.

Divi aptaujātie vecāki (11%) norādījuši, ka bērns kļuvis agresīvāks. Tas skaidrojams ar to, ka ienākot jaunā vidē, bērnam ir jāpārcējas par sevi pastāvēt.

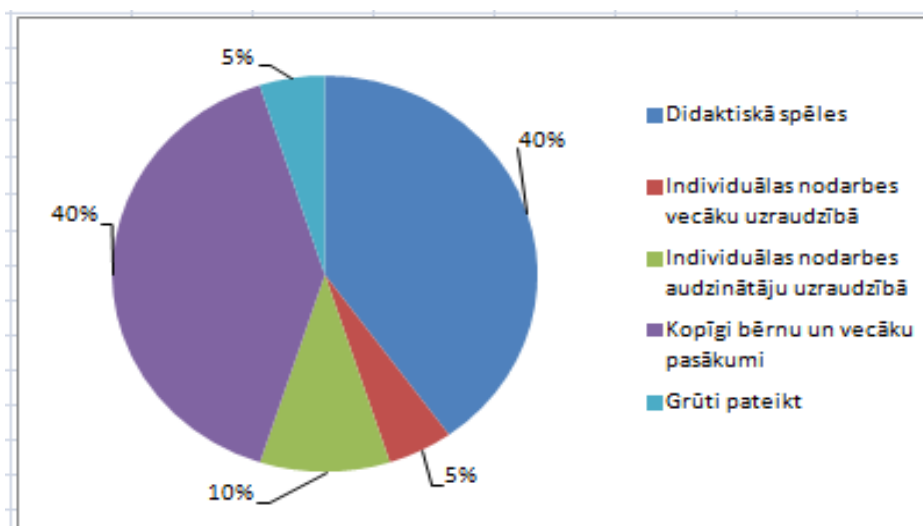




2.att. Vecāku viedoklis par to lomu un nozīmi bērna attīstības procesā nepieciešams veltīt vairāk laika.

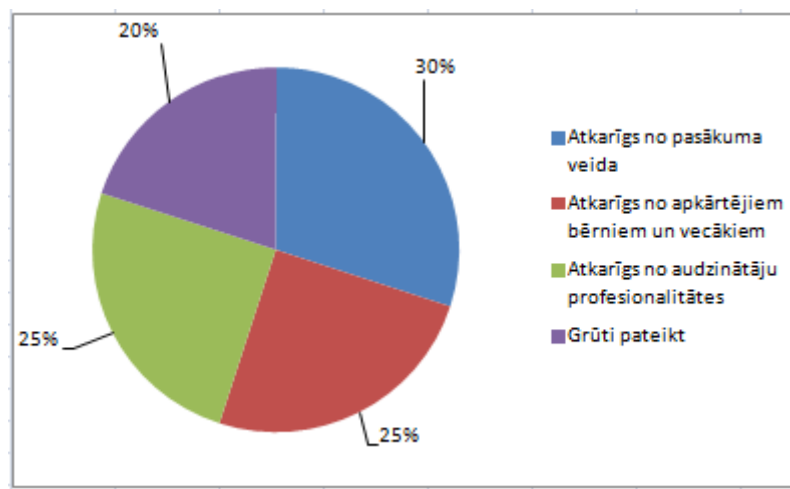
Bērna adaptācijas process bērnudārzā ir būtisks un nozīmīgs. 80% aptaujāto vecāku atzīst, ka vecākiem ir iespējams bērnam palīdzēt adaptēties. No otras puses, jautājumā par vislielāko lomu bērnu adaptācijas procesā – tikai 40% respondentu atzīst, ka galvenā loma ir vecākiem. 30% uzsver audzinātājas lomu, kamēr 30% norāda uz paša bērna rakstura un gēnu ietekmi. Tiek vērota pretruna, ka, lai gan vecāki atzīst savu būtisku lomu adaptācijas procesā, līdzīga rakstura jautājumā tiek norādīts uz audzinātāju lielo ietekmi adaptācijas veicināšanā.

Vislielākā daļa aptaujāto vecāku (kopumā 80%) uzskata, ka būtiskākās adaptācijas veicinošās aktivitātes ir didaktiskās rotaļas un spēles, kā arī kopīgi bērnu un vecāku rīkoti pasākumi, kur attiecīgi sadalījums pa 40% katrai no šīm opcijām (skat 2.1 att.)



## 2.1 att. Vecāku viedoklis par aktivitāšu lomu un nozīmi bērna adaptācijas procesā

Turklāt, trīs ceturtdaļas jeb 75% no vecākiem uzskata, ka reizi mēnesī būtu gatavi piedalīties bērnu adaptācijas procesu veicinošu pasākumu izpildē klātienē. 25% to būtu gatavi darīt reizi nedēļā. Neviens no aptaujātiem to nedarītu tik reti kā reizi pusgadā, kas ir pozitīva iezīme. Būtiski atzīmēt, ka reizēm bērniem var būt mulsinošas kopīgi rīkotas aktivitātes, tādēļ respondentiem tika vaicāts par to, vai to atvasēm kopīgu pasākumu organizācija varētu būt mulsinoša, uz ko lielākā daļa jeb 35% atzīmēja, ka tas atkarīgs no pasākuma veida un organizācijas viedokļa. Atlikušies viedokļi sadalījās līdzīgi, kur attiecīgi dalījās viedokļi par apkārtējo bērnu, vecāku attieksmi, kā arī bērnu audzinātāju profesionalitāti. (skat. 2.2 att.).



## 2.2 att. Vecāku viedoklis par aktivitāšu ietekmi uz bērnu aktivitāti, bērna adaptācijas procesā

Uz vecāku gatavību piedalīties bērnu adaptācijas procesā norāda atbildes uz jautājumu par to, vai bērna adaptācijas bērnodārzā ir būtisks solis bērna kopējā attīstības procesā. Lielāka is vairākums (60%) atzina, ka tas ir būtisks, 25% uzskata, ka vairāk būtisks nekā nebūtisks. Tikai 15% vecāku norāda uz to, ka attīstības procesā adaptācija bērnu dārzā sevišķi augstu lomu nespēlē.

reizes visā adaptācijas procesā. Šis adaptācijas process teorētiski tiek atzīts 3-6 mēnesi (skat. 1. nod.), līdz ar to dažāda rakstura aktivitātes iespējams rīkot vairākas reizes pa visu šo periodu. Darba autore, ņemot vērā vecāku anketēšanas rezultātus veic rosinošu aktivitāšu un pasākumu izveidi, kas paredzēta vecākiem, lai palīdzētu saviem bērniem adaptēties, uzsākot bērnodārza gaitas (skat. 2.3. tab.).

## 2.4. Praktisks darbs ar bērniem adaptācijas laikā

Vērtējot pieejamos informatīvos materiālus (skat. 1. nodaļu) un izvēloties metodiskos materiālus adaptācijas veikšanai, jāņem vērā, ka tuvāk 3 gadu vecumam lielāka nozīme ir aktivitātēm, kas attīsta domāšanu, atmiņu un uztveri. Viens no galvenajiem šī perioda vecāku uzdevumiem ir mācīties kopā ar bērnu pārdzīvot, izcelt pozitīvas emocijas, apmācīt savu bērnu būt līdzjūtīgam un saprasties ar citiem cilvēkiem, paust rūpes, maigumu un mīlestību. Tas ir daudz svarīgāk nekā uzstādīt mērķi iemācīt bērnu priekšlaicīgi apgūt lasītprasmi. Tad tās jau būtu vecāku ambīcijas nevis patiesa vēlme, izmantojot papildus iespējas, palīdzēt savam bērnam, pilnvērtīgi attīstīties.

Aktivitātes un pedagoga atbildība iedalāma divās grupās:

1. Vecāku motivēšana darboties un jau laicīgi sagatavot bērnu adaptācijas procesam (tiek iekļauti divi praktiski uzdevumi, kuri veicami augustā – pirms bērns sāk apmeklēt bērnudārzu)
2. Paša pedagoga atbildības un spēja pielietot didaktiskās spēles adaptācijas procesa veicināšanai:

Konkrēto piemēru raksturošanai (skat. 2.2. tab.) pielietotas didaktiskās spēles un vecāku motivācijas veicinoši ierosinājumi, kur par paraugiem izvēlēti Ventspils izglītības pārvaldes pirmsskolas izglītības iestāžu pedagogu ierosinājumi un piedāvātie risinājumi (Ventspils Izglītības pārvalde, 2018): [www.vip.venspils.lv](http://www.vip.venspils.lv)

Aktivitātes un pedagoga atbildība iedalāma divās grupās:

3. Vecāku motivēšana darboties un jau laicīgi sagatavot bērnu adaptācijas procesam (tiek iekļauti divi praktiski uzdevumi, kuri veicami augustā – pirms bērns sāk apmeklēt bērnudārzu)
4. Paša pedagoga atbildības un spēja pielietot didaktiskās spēles adaptācijas procesa veicināšanai:

Konkrēto piemēru raksturošanai (skat. 2.2. tab.) pielietotas didaktiskās spēles un vecāku motivācijas veicinoši ierosinājumi 2.2. tab. Adaptāciju veicinošo faktoru nodarbību iedalījums

Grupa	Periods	Nosaukums/darbība	Adaptācijas veicinošie faktori
I	Augusts	Dienas rits	Bērna radināšana pie konkrēta ritma, ievērojot laiku ēdienreizēm, gulēšanai, rotaļām
I	Augusts	Sociālās grupas	Bērna radināšana pie atšķirīgu personu klātbūtnes konkrētos laika periodos, lai bērns pierastu pie atšķirīgām sociālām lomām

II	Septembris	Spēles emocionālā kontakta veidošanai ar audzinātāju.	Emocionālā kontakta, uzticības jūtu veidošana ar audzinātāju.
II	Septembris	Spēles, ar kuru palīdzību bērni apgūst apkārtējo vidi.	Iepazīšanās ar grupu, pārliecības sajūta apkārtņē
II	Oktobris	Spēles bērnu savstarpējai satuvināšanai.	Māka atrast kontaktu ar bērniem, izveidot komunikāciju ar vienaudžiem

Izvērtējot izvēlētas aktivitātes, kur būtiska pedagogu un pašu vecāku atbildība, tiek veikts katras nodarbības detalizēts apskats:

1. Darbības detalizēts apskats: Dienas rīts- tas ir fizioloģisks pamats normālai adaptācijai. Tāpēc labi, ja mazuļa ikdienā izveidojas jauni rituāli, kas saistīti ar došanos uz bērnudārzu. Vecākiem ieteicams izveidot jaunus rituālus vai tādus kādi ir bērnudārzā, pielāgojot tos mājas apstākļiem. Īpaši rīta rituāls mājās – sākot ar pamošanās laiku, nomazgāšanos, ģērbšanos un brokastīm. Svarīgi ir arī noteikt laiku, kad mazo no bērnudārza paņē. Ja mammai vai tētim zināms, ka kādu dienu vajadzēs aizkavēties ilgāk – mazajam no rīta to vajadzētu paskaidrot. Šis ir labs laiks, kad uzsākt bērnudārza gaitas, – mazais jau alkst pēc rotaļu biedriem, viņam ir interesanti spēlēties kopā. Cik ļoti ievērosiet mājās bērnudārza dienas ritu, tikpat viegli viņam būs iekļauties šajā dienas ritā. Fizioloģija ir nopietna lieta - pārspīlēt nedrīkst, viss jādara pakāpeniski, līdz pilnīgai režīma maiņai, kas sakrīt ar bērnu dārza režīmu. Tāda var ilgt apmēram 20 dienas. Piemēru dienas ritam skatīt tabulā.

### 2.3. Adaptēšanās perioda dienas rīts

Laiks	Nodarbe
7.00-8.30	mošanās
8.30-9.30	brokastis
9.30-10.30	rotaļas
10.40-11.40	pastaiga
12.00-12.30	pusdienas
12.40-14.40	diendusa
15.00-15.20	launags
15.30-17.00	rotaļas
17.00-18.30	pastaiga
19.30-20.00	vakariņas

#### Praktiska nodarbība ar vecākiem "Dienas rīts bērnudārzā"

Nodarbībā piedalījās 10 cilvēki, 8 mātes un 2 tēvi. Sākumā skolotājs stāstīja par ikdienas režīma nozīmi bērna dzīvē, par to, ka režīms ir vissvarīgākais nosacījums veiksmīgai izglītībai un veselīgam dzīvesveidam. Dienas struktūra sastāv no šādām sastāvdaļām: apģērbšanās, izģērbšanās, miegs, ēšana, mazgāšanas, nodarbības ar bērniem, pastaiga, spēles.

Visu sastāvdaļu ritmiskās atkārtotā rezultātā tiek veidoti spēcīgi dinamiski dzīves aprites stereotipi, kas atvieglo pāreju no viena tās veida uz citu.

Bērna adaptācijas periodā bērnudārzā, pierašana pie režīma notiek pakāpeniski, vecākiem tiek ieteikts ievērot tādu pašu dienas režīmu arī mājās nedēļas nogalēs, tad bērnam būs vieglāk pielāgoties bērnudārzā.

Tālāk medmāsa stāstīja par šīs konkrētas grupas, kurā iestājas bērni, dienas ritu, ēšanas un miega laikiem. Audzinātāja papildināja medmāsas stāstu un pastāstīja vecākiem par pastaigām bērnudārzā.

Nodarbības beigās skolotājs piedāvāja vecākiem uzspēlēt spēli "Vai jūs protat apģērbt un noģērbt savu bērnu?"

"Spējas pareizi apģērbties un izģērbties priekš ielas formēšanas bērniem ir ļoti svarīgi. Tāpēc es piedāvāju jums pārbaudīt sevi, vai jūs pareizi apģērbjat un izģērbjat savu bērnu. Jums priekšā ir kartiņas, tās ir jāsakārto pareizā secībā, ko un pēc kā jūs uzvelkat bērnam." Vecāki saliek kartiņas. "Es redzu ka jūs veiksmīgi tikāt gala, tas nozīmē, ka jūs pareizi apģērbjat savu bērnu. Bet kādā secībā viņu jāizģērbj? Un kā jūs saliksiet apģērbu skapī?" Skolotājs Piedāvā vecākiem sakārtot kartiņas tādā secībā, kādā viņi izģērb bērnu un ievieto apģērbu skapī.

"Malači, jūs lieliski tikāt galā. Noslēgumā es vēlos lūgt, lai jūs pievērstu jūsu uzmanību pareizajam apģērbšanas un izģērbšanas algoritmam, kā arī tam, ka apģērbu būtu jāuzglabā bērna skapī, runājiet par to ar savu bērnu, tad viņš viss ātri iegaumēs un kļūs patstāvīgs, un tas viņam palīdzēs ātrāk pielāgoties bērnudārzā. "

2. Darbība – sociālās grupas – bez mammas, nodarbība – sociālās grupas – bez mammas. Ģimene - tā ir pirmā sociālā grupa, kurā bērns sāk savu dzīvi, tāpēc svarīgi ir šajā posmā bērnam dot iespēju sajūst dažādas sajūtas, iziet cauri dažādām attiecībām ar ģimenes locekļiem. Te ir svarīgi, lai biedrošanās būtu kvalitatīva, un, jo vairāk bērnam ģimenes locekļu, jo labāk. Biežāk ņemam bērnu līdzī uz jaunām, svešām vietām: ciemos, uz veikalu, attīstošajām nodarbībām un visur, kur paši dodamies. Stāstām, kur braucam, kāpēc braucam utt. Galvenais - apspriest pēc tam redzēto! Apstaigājam bērnu dārza teritoriju, parādām, kas tur ir. Biežāk tur iegriežoties, bērns pieradīs pie lielā bērnu skaita. Iepazīstamies ar sava bērna grupiņu, audzinātāju savlaicīgi. Pastāstām, cik interesanti ir dārziņā, cik jautri, cik daudz iespēju rotaļāties - gan ar jaunām rotaļlietām, gan ar citiem bērniem.

### ***Pirmā pastaiga bez vecākiem.***

*Bērnu skaits 12 cilvēki, no kuriem četri (Ruslans, Maksims, Darja, Alisija) atrodās adaptācijas bērnudārzam procesā.*

*Pastaigas sākumā mazu bērnu satraukumu izraisa vecāku trūkums, skolotājs mēģina nomierināt bērnus un piedāvā visiem pastaigāt pa bērnudārza teritoriju, lai tuvāk iepazīt bērnudārzu. Bērni labprāt piekrīt un dodas apskatīt dārza apkārtni. Apskates laikā bērni nomierinās un ar interesi izpēta dārza teritoriju.*

*Kad bērni atgriežas vietā, skolotājs aicina bērnus uzspēlēt spēles vingrinājumu "Sveiks, smilts!".*

*Skolotājs piedāvā bērniem pieskarties smiltīm dažādos veidos, vispirms ar vienas rokas pirkstiem, tad otras, tad ar visu plaukstu, audzinātājs piedāvā bērniem pārbērt smiltis no vienas plaukstas uz otru, saspiest dūrē smiltīs, pēc tam lēnām atlaist to un izbērt smiltis. Bērniem ļoti patīk uzdevumi, un viņi ar prieku spēlējas ar smiltīm, Ruslans piedāvā veidot smilšu pili un bērni, paņemot lāpstas uzsāk darbu. Maksims ir visvairāk satraucies, no tiem, kuri adaptējas, nervozē, acīmredzami gaida vecākus, skolotājs piedāvā paspēlēt ar automašīnu, kuru viņš ir atnesis, zēns nedaudz nomierinās un iesaistās spēlē.*

*Pastaigas beigās notiek aktīvā spēle "Mežā pie lāča", bērni spēlē ar prieku, ne visi iesācēji spēlē, Maksims ir novērotāja lomā.*

### **3. Darbība – Spēles emocionālā kontakta veidošanai ar skolotāju (skat.3. pielikumu)**

Didaktiskā spēle „Iepazīsimies!”

Bērni kopā ar audzinātāju nostājas aplī. Vadošais tur bumbu (šai spēlei ieteicams izmantot piepūšamo bumbu, jo, pirmkārt, tā ir viegla un izslēgtas nepatīkšanas no ķeroti, un, otrkārt, tā parasti ir spilgta, krāsaina, kas, protams, mazuļus piesaista. Tāpat var izmantot piepūstu un izkrāsotu balonu, taču ar to var rasties sarežģījumu, metot to lielākos attālumos. Bērns nosauc savu vārdu un tā bērna vārdu, kuram met bumbu. Nosauktais bērns ķer bumbu, nosauc savu vārdu un nākamā spēles dalībnieka vārdu. Te svarīga audzinātāja iesaiste, jo tā bērni ātrāk iegaumēs viņa pilnu vārdi un viņš varēs nosaukt to bērnu vārdus, kurus grupa vēl nav iegaumējusi.

#### **Spēle ar bērniem.**

*Kontakta izveidošanas ar skolotāju spēle. "Iepazīsimies"*

*Spēlē piedalās 12 cilvēki, 6 bērni (Alisija, Maksims, Ņikita, Ruslans, Daša, Ksenija) apmeklē bērnudārzu jau otro nedēļu, spēle notiek no rīta, rīta nodarbībā. Skolotājs paskaidro uzdevumu, ir jānosauc savs vārds un tā vārds, kuram tu met bumbu. Ruslans, Daša, Ņikita labi tiek galā ar uzdevumu, skaidri nosauc savu vārdu un bērna vārdu, kuram met bumbu, Maksimam ir grūti, viņš nevar pateikt ne savu vārdu, ne bērna vārdu, kuram met bumbu, bet turpina spēlēt ar prieku, Alisija sauc savu vārdu, kaut arī ne no pirmās reizes, bet bērnu vārdus nosauc ne visus, jo vēl slikti pazīst bērnus. Spēle tiek atkārtota 3 reizes.*

*Parastie mazie labprāt spēlē šo spēli, taču to iespējams arī dažādot: piemēram. Bumbas vietā pasniedzot rotaļlietu (pašu skaistāko!) vai piedāvāt bērniem sasveicinātos savā starpā, nosaucot savus vārdus*

#### 4. Darbība – Spēles bērnu savstarpējai satuvināšanai ( skat. 4. pielikumu)

Didaktiskā spēle „Uzpūt burbuli!”

Bērni kopā ar audzinātāju sastājas ciešā aplī — tas ir „saplācis burbulis”. Visi sāk to „uzpūst”: nolaižot galvu lejā, pūš dūrītēs, kuras saliktas viena uz otras, kā stabilitē. Katra „pūtiņa” laikā atkāpjas soli atpakaļ, tā, kā burbulis kļūst lielāks. Pēc tam visi saņem rokās un iet pa apli ar vārdiem:

Pūties, pūties, burbuli, kļūsti arvien lielāks,

Paliec tāds un nepļīsti!

Izveidojas liels, izstiepts aplis. Pēc tam vadošais (sākumā tas ir audzinātājs – tad kāds no bērniem). Visiem jāatlaiž rokas un jāskrien uz apla centru (burbulis bez gaisa), vai jāskraidā pa telpu-(burbulis sadalījies mazos lidojošos burbulīšos).

*Spēle ar bērniem.*

*Spēle bērnu saliedēšanai.*

*Spēle "Uzpūties, burbuli", kas tiek organizētā pēcpusdienā laukā.*

*Spēlē piedalās 10 cilvēki, 4 adaptējamie (Daniels, Ksenija, Serafims, Vika).*

*Bērni ar pasniedzēju veido nelielu loku un pakāpeniski paplašina to, ejot atpakaļ, vienlaikus sakot: " Uzpūties, burbuli, uzpūties liels, paliec tāds un nesprāgsti". Skolotājs iesit plaukstās un burbulis sprāgst, bērni izklīst pa lauku. Jaunpienācēji ar prieku spēlē šo spēli, Danielam un Ksenijai ir grūti teikt vārdus, jo viņiem ir vāji attīstīta runa, Serafims mēģina atkārtot pēc visiem un ne uzreiz saprot spēles nozīmi, Vika aktīvi piedalās un skaidri izrunā vārdus. Spēle tiek atkārtota 3 reizes.*

#### 5. Darbība Spēles apkārtējās vides apgūšanai. (skat. 5 pielikumu)

Didaktiskā spēle „Atrodi rotaļlietu”

Vadītājs (sākumā tas ir audzinātājs – tad kāds no bērniem).noslēpj nelielu rotaļlietu grupā. Kādā no tās telpām. Pēc tam uzaicina pārējos to meklēt. Sākumā to atrast nav grūti: piemēram: „Rotaļlieta atrodas uz apliedzas gaitenī (ģērbtuvē)”.

Pēc tam – sarežģītāk ”Rotaļlieta atrodas guļamistabām zem Nadjas gultas spilvena”.

Pēc tam, kad rotaļlieta atrasta, jāsaka, ko viņa tur darīja (grasījās iet pastaigāties, gulēja utt.).

Var ļaut minēt rotaļlietas atrašanās vietu arī savādāk: ar telpas funkcijas palīdzību („Mazgā traukus”), ar tās darbību („Guļ klusi ar aizvētām acīm”) utt.

*Spēle ar bērniem.*

*Spēles notiek pirmajā dienas pusē pēc brokastīm, tajā piedalās 10 cilvēki, 3 bērni (Serafims, Daša, Ruslans, Nils), kas otro nedēļu apmeklē bērnudārzu.*

*Skolotājs paslēpj rotaļlietu un piedāvā bērnam to atrast, apzīmējot ar vārdiem kur tā atrodas. Piemēram: "Daša, atnes man rotaļu lācīti, viņš guļ uz palodzes ģērbtuvē". Daša viegli tiek galā ar uzdevumu, viņa jau labi orientējas grupā un citas telpās, un viegli atrod lāci, nododot rotaļlietu skolotājam, viņa norāda, kur viņa to atrada. Ruslans arī labi tiek galā ar uzdevumu un ātri atrod rotaļu lācīti, Nils un Serafims izpilda uzdevumu ar grūtībām, lai gan viņi ir apmeklējuši bērnudārzu divas nedēļas, bet viņiem ir grūti orientēties grupā, bērni viņiem saka, kur jāiet, īpaši Serafimam, viņam ir grūti pildīt uzdevumus ar verbālu skaidrojumu, bez skaidra piemēra, viņš neorientējas grupā un ne uzreiz atrod rotaļlietu.*

*Spēle tiek atkārtota 2 reizes.*

Kad grupa apgūta, var pāriet uz dziļāku iepazīšanos ar bērnudārzu un tā darbiniekiem. Vislabāk sākt ar ekskursiju pa dārziņu (mērķtiecīgi ir organizēt tematiskas ekskursijas: uz virtuvi, medicīnas kabinetu, vadītājas kabinetu utt.), iepazīties ar cilvēkiem, kuri tur strādā.

Kā norāda 2.3. aplūkotā nodaļa, tad didaktiskās rotaļas un vecāku atbildība un iesaiste bērnu adaptācijas procesā ir sevišķi nozīmīga. Tomēr, bērnu uztveres spējas un pasaules izzināšana 1. un 2. grupiņas vecumā mēdz atšķirties. Tāpat būtiski, ka atšķiras bērnu spēja sadraudzēties ar citiem bērniem un pieaugušiem. Šo minēto apstākļu dēļ darba autore veic padziļinātu adaptācijas procesa izpēti, pētot vecāku līdzdarbības iespējas. Vecāki var veikt ne tikai atsevišķus uzdevumus, esot mājās kopā ar bērniem, bet arī organizējot dažāda rakstura pasākumus, kuru laikā var komunicēt savā starpā gan vecāki, gan bērni.

<b>Aktivitātes nosaukums</b>	<b>Vecāku uzdevums/līdzdalība</b>	<b>Bērna ieguvums/adaptācijas procesa veicinošais faktors</b>
Lekciju kurss, kas sastāv no 3 daļām: 1. Vecāku saruna ar psihologu 2. Vecāku saruna ar bērnu dārza vadību un skolotājam 3. Vecāku saruna citiem ar citu	Vecāku galvenais uzdevums ir dalība visos trijos paredzētajos lekciju ciklos. Kā pirmais no tiem ir vecāku saruna ar psihologu, kurš praktizē tieši praksi ar maziem bērniem, izprotot to psihi un prāta mehānismu. Lai vecāki varētu adekvāti reaģēt uz dažādām situācijām, tiem ir nepieciešams rast priekšzināšanas par atšķirīgiem brīžiem, kas var sagaidīt tos, bērnam uzsākot bērnu dārza gaitas. Tāpat būtiski veikt pārrunas ar bērnu dārza audzinātājam un vadību, lai šie cilvēki spētu ar savu pieredzi izstāstīt dažādas situācijas, kādas ir piedzīvotas. Iemācītu ar tām sadzīvot, pieņemt un pastāstītu par	Bērna attīstības un adaptācijas process ir ļoti atkarīgs no vecāku atbildības. Ja vecāki apmeklē visus lekciju kursus, dalās pieredzē cits ar citu, tiem ir atšķirīgs skatījums uz dažādām situācijām. Vecāki mierīgāk spēj uztvert bērnu niķošanos, tie spēj pamanīt bērna novirzes no normām un laikus meklēt speciālista palīdzību, ja tas ir nepieciešams.

Aktivitātes nosaukums	Vecāku uzdevums/līdzdalība	Bērna ieguvums/adaptācijas procesa veicinošais faktors
	prasmī reaģēt nestandarta situācijās. Kā noslēdzošais etaps ir savstarpējās sarunas vecākiem citam ar citu pieredzes apmaiņas nolūkos.	
Ģimenes diena	Vecāku līdzdalības galvenais nosacījums šajā aktivitātē ir būt līdzās bērnam visas dienas/nedēļas garumā. Piemēram, veikt didaktiskās spēles, kas aplūkotas iepriekšējā apakšnodaļā. Ja vecāki ar bērnu atrodas pie viena galda un veic vienu un to pašu uzdevumu, bērnam rodas pārliecības sajūta, ka blakus ir ģimene, kurai tas uzticas.	Kā būtiskāki bērna ieguvumu var vērtēt uzticības sajūtas veidošanos, ka, atrodoties ārpus sava komforta zonas, kas daudziem ir mājas, arī svešā vidē veikt uzdevumus ir pareizi. Bērnu spēja atbrīvoties vecāku klātbūtnē ir nozīmīga, lai vēlāk, kad vecāki vairs nav klāt, bērns spētu rīkoties brīvi un patstāvīgi.
Iepazīšanās svētki	Vecāki kopā ar bērniem piedalās iepazīšanās svētkos (skat.6. pielikumu), vairāk uzzina par bērnudārzu un tuvāk iepazīstas ar skolotāju, kas veicina viņus uzticēties skolotājam.	Svētki palīdz bērniem pozitīvi noskaņoties uz bērnudārza apmeklēšanu, satuvināties un radīt viņos vēlēšanos apmeklēt bērnudārzu.
Individuālais projekts	Šī aktivitāte ir vērsta uz katru ģimeni atsevišķi. Katra bērna vecāki viennozīmīgi vislabāk zina savu atvasi, pārzinot bērna trūkumus un plusus. Balstoties uz šīm zināšanām, vecāki var izveidot sevis organizētus adaptācijas uzdevumus. Piemēram, kāds no vecākiem var rīkot talantu konkursu, kur pierunā bērnu publiski uzstāties, dziedot, dejojot vai deklamējot dzeju. Kāds citus no vecākiem var veidot kopīgu ēdienu gatavošanas dienu, kur bērni kopā ar citiem bērniem un vecākiem cep īstas kūkas vai pīrāgus.	Bērniem šī aktivitāte dod iespēju veicināt socializēšanos un adaptāciju ar uzdevumu dažādību un daudzveidību u. Kāds no uzdevumiem var attīstīt smadzeņu pusi, kas atbildīga par matemātisko domāšanu, savukārt kāds no uzdevumiem var attīstīt radošo domāšanu.

Spēļu aktivitāšu pareizā organizēšana adaptācijas periodā veicina emocionālo kontaktu veidošanos "bērns - pieaugušais" un "bērns - bērns". Emocionālais kontakts ar bērnu ir skolotāja galvenais uzdevums. Bērnam ir jāredz skolotājā labsirdīgo cilvēku, kas vienmēr gatavs palīdzēt un interesantu spēļu partneri. Nepieciešams veiksmīgas adaptācijas nosacījums ir pedagogu konsekvents un sistemātisks darbs ar vecākiem, uzticēšanās radīšana ar audzinātāju, kā arī

skolotāja spēja radīt pozitīvu adaptācijas vidi, kas palīdz bērnam ātri pielāgoties jaunajam kolektīvam.

## 2.5. Pētījuma rezultātu analīze

Kā norāda iegūtie rezultāti, tad vecāku un pirmsskolas skolotājas sadarbības rezultātā iespējams veiksmīgā palīdzēt bērniem adaptēties bērnudārza vidē. To raksturo bērnu runas prasmiņu spēju paaugstināšanās, patstāvības un kontakta veidošana ar citiem bērniem palielināšanās (skat. 2.4. tab.).

2.4. tab. Bērnu spēju kopsavilkums pēc uzdevumu izpildes

Bērna vārds	Bērns ģimenē	Gads	Runa	Kontakts	Spēļu prasmes	Patstāvība	Uzvedība	Kopā
Daniils	otrais	2.	pasīva(+1)	vāji(+1)	vāju(+1)	vāji (0)	pasīvs(+1)	0 +4
Ksenija	vienīgais	2.	pasīva(+1)	daļēji(1)	labi (2)	labi (2)	draudzīga(2)	7 +1
Ruslans	vienīgais	1.	aktīva (2)	labi(2)	labi(2)	labi(2)	Reizēm(-1)	10 -1
Maksims	trešais	1.	pasīva (+1)	vāji(+1)	vāji (+1)	vāji (0)	reizēm(1)	1 +3
Darija	vienīgais	1.	aktīva(2) +1	labi(2)	labi(2)	labi(2)+1	draudzīga(2)	10 +2
Serafims	otrais	2.	aktīva (2)	labi(2)	labi(2)	vāji(+1)	draudzīgs(1) +1	7 +2
Ņikita	otrais	2.	aktīva(2) +1	vāji(0)	daļēji(1)	vāji(+1)	reizēm(1)	4 +2
Alisija	vienīgais	2.	aktīva (2)	vāji(+1)	labi(2)	daļēji(+1)	reizēm(1)	6 +2
Viktorija	vienīgais	2.	aktīva (2)	daļēji(1)	labi(2)	daļēji(1)	reizēm(-1)	8 -1
Nils	vienīgais	1.	aktīva (2) +1	labi(2)	labi(2)	labi(-1)	reizēm(-1)	10 -1

Daniils bērnudārzu apmeklē otro gadu, taču bija problēmas ar runu un kontakta veidošanu ar citiem bērniem. Bija palielināta agresija. Pēc spēju atkārtotas izvērtēšanas kopējais punktu skaits paaugstinājies par trim četrām vienībām. Ir uzlabojusies runas spēja, kontakts ar citiem bērniem, spēļu prasmes, kā arī samazinājusies agresivitāte. Dienas režīma ievērošana vecāku klātbūtnē augusta mēnesī nodrošinājusi to, ka agresija ir mazinājusies, jo bērns ievēro konkrētu dienas ritmu, kur katrai nodarbei ir savs precīzs laiks.

Ksenija bērnudārzu apmeklē otro gadu un kopējais punktu skaits ir palielinājies par vienu vienību. Jau iepriekš meitenei bija teicamas komunikācijas spējas ar citiem bērniem un pieaugušajiem, taču didaktisko spēļu pielietošanas rezultātā palielinājušās bērna runas spējas.

Ruslans bērnu dārzu apmeklē pirmo gadu un, iepriekš novērtējot bērna spējas, visas rakstur vienības bija teicamā līmenī. Sakarā ar to, ka bērnu dārzā ir citi bērni, iespējams, ka bērns izjūt konkurenci, piemēram, grupu spēļu laikā un reizēm kļuva agresīvāks kā iepriekš. Tā kā pirms tam kopējais rezultāts bija izcils jeb 10 punkti no 10, tad tagad šis rezultāts krities par vienu vienību uz nelielas agresivitātes celšanās fona.

Maksims bērnu dārzu apmeklē pirmo gadu un vērojama līdzīga tendence kā citiem pirmgadniekiem. Kopējais punktu skaits ir palielinājies no viena līdz četriem. Paaugstinājušās runas prasmes, kā arī kontaktēšanās spējas ar apkārtējiem bērniem un sevis nodarbināšanas prasmes.

Darija bērnu dārzu apmeklē pirmo gadu un sākotnēji meitenes spējas novērtēta kā izcila - ar maksimālo punktu skaitu. Lai gan teorētiski nav ieņemts vērtēt augstāk par maksimālo punktu skaitu, izvērtējot bērna spējas pēc adaptācijas perioda, nākas secināt, ka pat vecumam atbilstošas izcila runas spējas var būt vēl augstākā līmenī. Arī iepriekš novērtētā patstāvība kļuvusi vēl augstākā līmenī. Kopējais punktu skaits pieaudzis par divām vienībām.

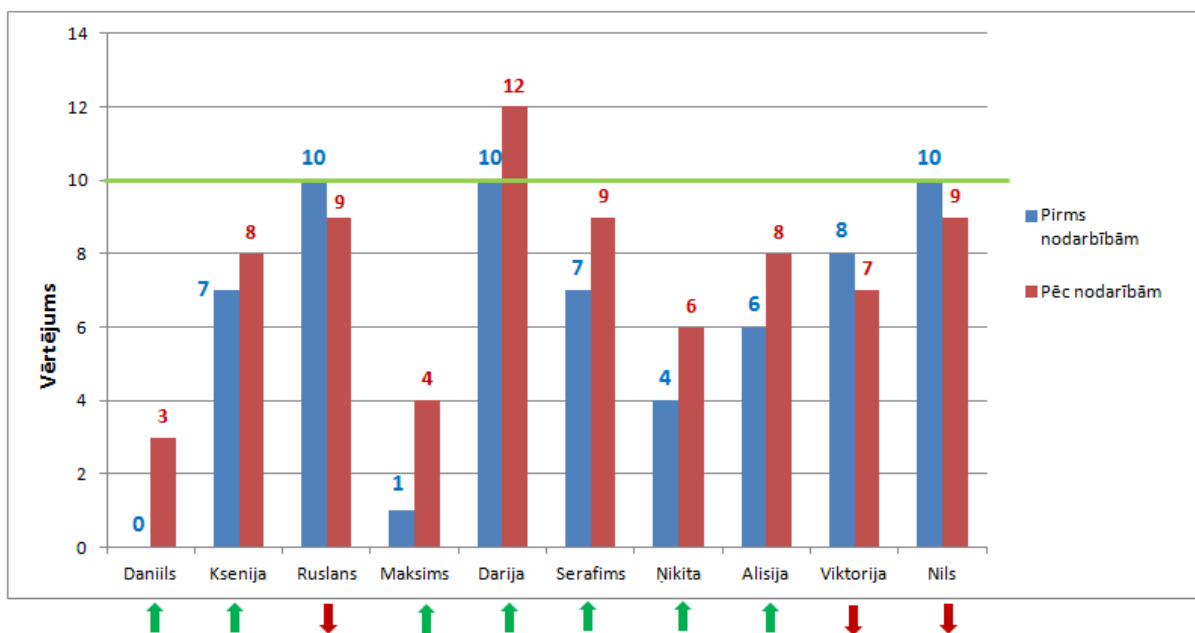
Serafims bērnu dārzu apmeklē otro gadu un zēna kopējais spēju novērtējums audis par divām vienībām. Pēc izvērtēšanas tiek secināts, ka pieaugušas Serafima patstāvības spējas, kā arī būtiski samazinājusies agresivitāte.

Nikita apmeklē bērnu dārzu otro gadu. Uzlabojušās runas spējas un patstāvība, kas kopsummā paaugstinājušās bērna spēju vērtējumu par divām vienībām.

Arī Alisijas spēju novērtējums paaugstinājies par divām vienībām, uzlabojoties patstāvības spējām un kontaktam ar apkārtējiem bērniem un pieaugušajiem.

Viktorija apmeklē pirmsskolas izglītības iestādī otro gadu, taču ir vienīgais no bērniem, taču, līdzīgi kā Ruslanam vērojama vienas vienības pazemināšanās uz agresivitātes rēķina, Bērnām, sastopoties ar citiem bērniem un kopā rotaļājoties, rodas nelieli agresivitātes uzplūda periodi.

Nils ir vienīgais no bērnu dārza vērtējamiem bērniem, kuram pēc adaptācijas perioda ir divas vienības krituma vērtības. Lai gan runas īpašības tika vērtētas ar augstāko vērtējumu, tās ir vēl pastiprinājušās. Tomēr ir mazinājusies patstāvība un parādījusies agresivitātes periodi. Kopējais novērtējums no izcilā kopējā novērtējuma 10 punktiem samazinājies līdz 9. Kopsavilkumu par novērtējuma punktu izmaiņām skatīt. 2.4. attēli.



#### 2.4. att. Bērnu adaptācija didaktisko spēļu un vecāku atbildības rezultātā

Kā redzams datu tabulā, tad vērojamas sekojošas izmaiņas

- Vidējais rādītājs, ja bērns ir vienīgais ģimenē palielinājies no 8.5 punktiem līdz 8.8 no 10 iespējamiem.
- Vidējais rādītājs, ja bērns nav vienīgais ģimenē palielinājies no 3 punktiem līdz 5.7, kas ir straujāks izaugsmes rādītājs, nekā bērniem, kuri ģimenē ir līdz šim vienīgie.
- Vidējais rādītājs, bērnam uzsākot gaitas pirmo reizi palielinājies no 7,75 līdz 8.4 no 10 iespējamiem.
- Vidējais rādītājs, bērnam turpinot gaitas otro gadu palielinājies no 5,3 līdz 7 punkti no 10 iespējamiem.
- Var secināt, ka adaptācijas veicinošie uzdevumu, par kuriem atbildīgi vecāki un pedagogs ir devušas pozitīvus rezultātus visās novērojumu kategorijās. Sevišķi būtiski uzlabojušies rādītāji bērniem, kuri nav vienīgie ģimenē un tiem, kuri dārziņu apmeklē jau otro gadu. Tas saistāms ar to, ka pirmajā gadā adaptācija nav izdevusies veiksmīgi, taču, pievēršot pastiprinātu uzmanību bērna izaugsmei, adaptācija noris veiksmīgi.

Vecāku veiktie uzdevumi augusta mēnesī rosinājuši patstāvības pieaugumu un kontakta spēju ar citiem bērniem kāpumu. Vismaz viens no šiem rādītājiem ir paaugstinājies sešiem no 10 bērniem. Pedagogs veiktie didaktiskie spēļu uzdevumu palīdzējuši bērniem adaptēties, attīstot runas spējas un veicinot pašnodarbinātības attīstību. Vismaz viens no šiem rādītājiem ir paaugstinājies astoņiem no 10 bērniem. Agresivitāte ir vienīgais rādītājs visā pētījumā, kur vērojama negatīva bilance. Diviem bērniem šis rādītājs ir uzlabojies, taču trijiem pasliktinājies. Turklāt divi no šiem trim bērniem apmeklē bērnudārzu pirmo reizi. Tas skaidrojams ar faktu, ka, uzsākot bērnudārza gaitas, bērns nonāk saskarsmē ar citiem bērniem.

Veicot didaktisko spēļu izpildi, veidojas konkurences apstākļi un bērns izjūt papildu spiedienu. Turpmāko pētījumu veikšanai papildu nepieciešams veltīt uzmanību agresivitātes novēršanas spēļu pielietošanai.

Veicot praktiskā darba realizāciju, darba autore izdala sekojošus būtiskākos kritēriju, kas jāņem vērā adaptācijas procesa nodrošināšanai:

- Pirms bērna vešanas uz mazbērnu grupu, vecākiem vēlams iepazīties ar grupas dienas režīmu un censties iespēju robežās ievērot to arī mājās.
- Lai adaptācija jaunajā vidē notiktu pakāpeniski, vēlams bērnu socializēt ar citiem apkārtējiem cilvēkiem, ne tikai vecākiem.
- Svarīgi, lai bērns kopā ar vecākiem un pedagogu sākumā apstaigātu grupu, pavērtu visas durvis, jo viņam jāpārliecinās, ka nekur nedraud briesmas un bērns var paļauties uz pedagogu
- Balstoties uz teorētiskā materiāla bāzi (skat. 1. nod.), veiktie pedagogu metodoloģiskie uzdevumi pilnībā atbilst tam, lai tiktu sasniegts vēlams rezultāts – bērnu adaptācijas procesā būtisks faktors ir runas spēju paaugstināšana, kas nodrošina arī komunikācijas iespēju ar citiem bērniem un pieaugušiem.
- Pastāvot komunikācijai, tiek rosināta tāda faktora izpilde kā pašnodarbinātība, jo bērns spēj ar žestiem un runu pastāvēt par savu viedokli, norādot uz spēlēm un rotaļām, ko vēlas veikt.

## Ieteikumi

Ģimene ir sociāla kopība, kas liek bērna personības īpašību pamatus. Dzīvojot noteiktos, stabilos nosacījumos bērns pakāpeniski pielāgojas apkārtējās vides ietekmēm: noteiktai telpas temperatūrai, apkārtējam mikroklimatam, ēdienam un tā tālāk. Ienākšana pirmsskolā maina gandrīz visus maza bērna dzīves nosacījumus. Tieši pirmsskolas darbinieki un vecāki, apvienojot savus pūliņus, nodrošina mazuļiem emocionālo komfortu.

Tāpēc uz doto brīdi aktuālākais ir pirmsskolas vecuma bērni adaptācijas temats pirmsskolas izglītības iestādes nosacījumiem. Adaptācijas problēmai īpašu uzmanību pievērša tādi pedagogi kā N. D. Vatunina, N.F. Vinogradova, T.A. Kuļikova, S.A. Kozlova, M. L. Pečora, R. V. Tonkova-Jampoļska, V.A. Suhomlinckis. Šie autori nonāca pie secinājuma, ka svarīga loma adaptācijas periodā ir pirmsskolas skolotājam, viņa darbam ar bērna ģimeni. Balstoties uz to, **var sniegt vecākiem sekojošas**

### **rekomendācijas:**

-pirmkārt, bērni ir nepieciešams iepriekš sagatavot pirmsskolas apmeklējumam, silītes apmeklējumam, tas ļaus izvairīties no liekām nebūšanām.

Bērna sagatavošana pirmsskolas iestādes apmeklēšanai ietver:

-Veselības nostiprināšanu.

-Pieredzes un saskarsmes iemaņu formēšanu ar pieaugušiem un vienaudžiem.

-Radīšanu pie dienas rīta.

Racionālas ēšanas režīmu. Mājas ēdiena tuvināšana pirmsskolai ēdienam.

Patstāvības, aktivitātes, zinātkāres, rotaļu prasmju attīstību.

-Bērns ir jānoskaņo pozitīvi. Viņam jāiedveš, ka tas ir lieliski, ka viņš ir izaudzis līdz pirmsskolai un kļuvis tik liels.

-Kad jūs aizejat, šķirieties ar bērnu viegli un ātri. Protams, ka jūs uztraucaties par to, kā viņam ies pirmsskolā, bet ilgās atvadas ar norūpējušos sejas izteiksme raisīs bērnam tikai satraukumu, ka ar viņu te var kaut kas atgadīties un viņš jūs neatlaidīs.

-Ja bērns ļoti smagi pārdzīvo šķiršanos ar māti, iesakāms, lai pirmās pāris nedēļas bērnu un pirmsskolu vestu tēvs, vecmāmiņa vai vectētiņš.

-Jārada mierīgas, bez konfliktu klimats ģimenē.

-Jāsaudzē viņa novājinātā nervu sistēma.

-Nedrīkst palielināt, tieši otrādi, ir jāsamazina slodze uz nervu sistēmu. Uz laika ir jāpārtrauc gājieni uz teātri, ciemos. Jāsamazina televīzijas pārraižu skatīšanās.

-Pēc iespējas agrāk jāziņo skolotājam par bērnu personības iezīmēm.

-Nedrīkst tīstīt savu bērnu, viņš jāģērbj tā, kā vajadzīgs un nepieciešams atbilstoši temperatūrai grupā

Svētdienas jārada mājās tāds pats dienas ritms kā pirmsskolā.

-Nedrīkst reaģēt uz bērna izlēcieniem un sodīt viņu par bērnišķīgām kaprīzēm.

-Atklājot izmaiņas ierastajā bērna uzvedībā pēc iespējas agrāk jāvērsas pie bērna ārsta vai psihologa.

-Ja ir izteiktas reakcijas, bērns uz pāris dienām ir jāatstāj mājās un jāizpilda visi speciālista priekšraksti.

-Lai adaptācija jaunajā vidē notiktu pakāpeniski, sākumā bērnu uz pirmsskolu ieteicams atvests tikai uz pāris stundām.

-Svarīgi, lai mazulis kopā ar vecākiem un pedagogu sākumā apstaigātu visu pirmsskolas iestādi, pavērtu visas durvis, jo viņam jāpārlicinās, kas nekur nedraud briesmas.

-No rīta atvadoties, mātei noteikti jāapsola bērniem, ka viņa atnāks tam pakal, lai bērns skaidri zina, ka tā arī būs un labi pavada dienu, nebaidoties, ka tiks pamests.

-Pirmo reizi uz pirmsskolas iestādi mazuli labāk vest atvaļinājuma laikā, lai vecāki pabūtu kopā ar viņu.

-Pirmo dienu pirmsskolā iestādi noteikti vajadzētu svinēt kā ģimenes svētkus, lai radītu bērnam prieku un lepnumu.

-Ejot uz pirmsskolu, māte nedrīkst justies vainīga un noraizējusies, jo bērns šis izjūtas uztvers un baidīsies palikt pirmsskolā.

-Nevajag bērnu vakarā „apbalvot” par labi pārciestu dienu pirmsskolā, jo tas viņam liek justies kā cietējam un nesekmē adaptāciju.

-Vajag ļaut bērniem ņemt līdzī mīļāko rotaļlietu, jo tas nomierina un atvieglo kontaktu ar vienaudžiem.

-Vecākiem jāievēro un jānovērtē viss, ko mazulis apguvis un izgatavojis pirmsskolā. Viņa panākumi ir jāatzīst.

-Vecākiem jāveicina bērna patstāvības un pašapziņas attīstība, tas ir svarīgs adaptācijas priekšnosacījums.

-Iztāstiet bērnam, kas ir pirmsskolas iestāde, kāpēc bērni tur iet un kāpēc jūs gribat, lai jūsu bērns tur ietu.

-Aprunāties ar bērnu arī par iespējamām grūtībām un to, pie kā viņš varēs griezties pēc palīdzības un kā to izdarīt.

-Neradiet bērniem veltas ilūzijas, ka viss tiks izpildīts uzreiz pēc viņa pieprasījuma un tā, kā viņš to grib. Paskaidrojiet, ka grupiņā būs daudz bērnu un dažreiz nāksies pagaidīt savu kārtu.

- Iemāciet savu mazuli iepazīties ar citiem bērniem, saukt tos vārdā, prasīt nevis atņemt mantas, piedāvāt savas mantas un palīdzību citiem bērniem.
- Kopā ar bērnu izstrādājiet vienkāršu atvadu uzmanības izpaušmju sistēmu, un bērnam būs vieglāk jūs atlaist.
- Atcerieties, ka bērna adaptācija jaunos apstākļos var ilgt pat līdz pusgadam. Tāpēc rēķinieties ar saviem spēkiem, iespējām un plāniem. Vislabāk būtu, lai ģimene šajā periodā būtu iespēja pieskaņoties mazuļa adaptācijas īpatnībām.
- Jo ar lielāku pieaugušo un bērnu skaitu mazuļiem izdosies atrast kopējo valodu, jo ātrāk tam izdosies pierast pie pirmsskolā. Palīdziet viņam tajā. Iepazīstieties ar citiem bērniem. Sauciet vārdā citus bērnus jūsu bērna klātbūtnē. Veiciniet jūsu bērna spēju griezties pēc palīdzības un atbalsts pie citiem cilvēkiem jūsu klātbūtnē. Jo labākas būs jūsu attiecības ar skolotāju, citiem vecākiem un bērniem, jo vieglāk būs jūsu bērnam adaptēties jaunos apstākļos.
- Bērna klātbūtnē nekad neizsakiet kritiku par pirmsskolas iestādē un tā darbiniekiem.
- Nekad nebiedējiet bērnu ar pirmsskolu.

**Pirmsskolas skolotājiem arī būtu jāievēro izstrādātie un praksē pārbaudītie ieteikumi bērna adaptācijas periodā:**

- Jāzina viss par katra jaunieņa audzināšanu ģimenē.
- Jāpārdomā dienas kārtība, ievērojot bērna vecumu, individuālās iezīmes un paradumus.
- Jānodrošina audzēknis ar viņa spējām atbilstošām aktivitātēm, lai nerastos bezdarbība un negatīvas emocijas.
- Jāpievērš uzmanība savam izskatam, balsi tembram, mīmikai.
- Katram jauniešam jāvelta papildu uzmanību.
- Svarīgi ir uzreiz iegūt audzēkņu uzticību, nākt labā noskaņojumā, ar pozitīvu attieksmi.
- Pamudināt kādu bērnu uzņemties pavadoņa lomu, izskaidrot grupas kārtību, parādīt telpas (veidojas ievirze saskarsmei ar vienaudžiem).
- Pāris mēnešus pirms iestāšanās pirmsskolā ir jāorganizē vecāku sapulce kopā ar pirmsskolas administrāciju, kurā vecāki ir jāiepazīstina ar pirmsskolas iestādes prasībām, lai vecāki savlaicīgi sagatavotu bērnu.
- Nodrošināt bērna psihoemocionālo labklājību.
- Paaugstināt pieaugušo emocionālo jutību pret nozīmīgiem bērna pārdzīvojumiem.
- Izmantot ķermenisko kontaktu (ņemt bērnu uz rokām, apkampt, paglaudīt).
- Piedāvāt bērniem gulēt ar mīksto rotaļlietu.
- Stāstīt pasakas, dziedāt šūpuļdziesmas pirms miega.
- Izmantot rotaļu mijiedarbības metodes ar bērnu.
- Radīt bērnam pozitīvu noskaņojumu sakarā ar gaidāmā režīma procesiem.
- Nodibināt uzticības pilnas un partnerības attiecības ar vecākiem.
- Realizēt pedagogu mijiedarbības principus ar vecākiem.
- Iesaistīt ģimenes grupas ikdienas darbā.
- Radīt labvēlīga klimata nosacījumus mijiedarbībā ar vecākiem.

## Secinājumi

Veicot pētījumu darba autore nonāca pie sekojošiem secinājumiem:

- Pedagogam ir labi jāizpēta bērna ieradumi, attīstības iezīmes, raksturs, jāveido labi kontakti ar vecākiem.
- Jārada tādi nosacījumi grupā, lai bērni un vecāki tur justos komfortabli un droši, lai vecāki būtu pārliecināti par skolotāja prasmi radīt labvēlīgus nosacījumi bērna adaptācijai.
- Ņemot vērā katra bērna iezīmes, skolotājam ir jārada tādi nosacījumi, kuros katrs bērns justos droši, paustu vēlmi komunicēt ar citiem bērniem, lai viņam būtu pilna informācija par cilvēkiem un vidi, kas ir viņam apkārt.
- Adaptācijas procesu ietekmē sekojoši faktori: individuālais nervu tips, zināšanas un iejūtība pret bērnu, pedagoģiskie un psiholoģiskie faktori, attīstības līmenis un bērna veselība, bērna dzimums, vecums, sociālie faktori (bērna atkarība no ģimenes), bērna uzkrātā sociālā pieredze.
- Kompleksveidīga medicīniski-pedagoģisko pasākumu organizācijas pirms bērna iestāšanās pirmsskolā un adaptācijas periodā bērnu iestādē sekmē daudz vieglāku pierāšanu jaunajiem nosacījumiem.
- Svarīgs faktors, kas ietekme bērna uzvedības raksturu pierāšanas procesā, ir paša skolotāja personība, kuram ir jāmīl bērnu, kas uzmanīgs un atsaucīgs pret katru bērnu, prot piesaistīt viņa uzmanību. Skolotājam ir jāmāk verot attīstības līmenis un jāņem tas vērā pedagoģisko iedarbību organizācijā, jāprot vadīt uzvedības sarežģītajā pierāšanas periodā pirmsskolas nosacījumiem.
- Būtiski, lai mazulis pirmsskolas izglītības iestādē justos kā mājās.
- Darbā izvirzītā hipotēze apstiprinājās – ja pedagogs pārzina un respektē bērna personības iezīmes, tad bērns pirmsskolas izglītības iestādē adaptējās ātrāk.

## Literatūras saraksts

1. Gailima, S. (2002). Mazbērna adaptācijas īpatnības pirmsskolas izglītības iestādes rotaļu grupā. *Bērns kā individualitāte pirmsskolas izglītības iestādē* (84.-113.lpp) Rīga: Izglītības soli.
2. Golubina, V. (2007). *Pirmsskolas pedagoga rokasgrāmata*. Rīga: SIA Izglītības soli.
3. Kājiņa, D., Aunīte I. (2006). *Kā izprast bērnu? Ieteikumi vecākiem vecākiem un skolotājiem*. Rīga: Pētergailis.
4. Dzintare, D. (1969). *Radošas rotaļas bērnudārzā*.
5. Pontāga, J. (1985). *Darbs ar bērniem un viņu vecākiem adaptācijas periodā bērnudārzā*. Rīga: Latvijas PSR Izglītības ministrija.
6. Romenkova, V. (2013). *Bērns, ģimene un sabiedrība*. BJC „Rīgas skolēnu pils”.
7. Svence, G. (1999). *Attīstītas psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
8. Škuškovkina, D. (1998). *Uz pirmsskolas sliekšņa*. Rīga: Pirmsskolas izglītība.
9. Špona, A., Čehlova, Z. (2004). *Pētniecība pedagogijā*. Rīga: SIA RaKa.
10. Vecgrāve, A. (2005). *Ceļvedis pieaugušajiem pa bērniības zemi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
11. Аксарина, Н.М. (1991). *Воспитание детей раннего возраст*. Москва: Просвещение.
12. Баркан, А. (2007). *Практическая психология для родителей или как научиться понимать своего ребенка*. Москва: АСТ-ПРЕСС.
13. Белкина, В.Н., Васильева, Н.Н., Елкина, Н.В. (2001). *Дошкольник: обучение и развитие*. Ярославль: Академия.
14. Божович, Л.Н. (2002). *Личность и ее формирование в детском возрасте*. Москва: Проспект.
15. Бредвей, Л., Хил, Б.А. (1997). *Ребенок от 3 до 7 лет*. Москва: Юнавес.
16. Буре, Р.Н. (1994). *Социальное развитие ребенка*. Москва: Просвещение.
17. Ватутина, Н.Д. (1983). *Ребенок поступает в детский сад. Пособие для воспитателей детского сада*. Москва: Просвещение.
18. Выготский, Л.С. (1984). *Младенческий возраст. Собрание сочинений в 6 томах*. Москва: Педагогика.
19. Выготский, Л.С. (1984). *Лекции по психологии*. СПб: Союз.
20. Доронова, Т.Н. (2005). *Из детства в отрочество. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развития детей от 1 года до 4 лет*. Москва: Педагогика.

21. Козлова, С.А., Куликова, Т.А.(2000). *Дошкольная педагогика*. Москва: Просвещение.
22. Кошьева, З.В.(2006). *Первые шаги малыша в детском саду. Методическое пособие*. Киев: Зорны верасень.
23. Куликова, Т.А.( 2000). *Семейная педагогика и домашнее воспитание. Учебник для студентов средних педагогических учебных заведений*. Москва: Академия.
24. Павлова, Л.Н., Волосова, Е.Б., Пилюгина, Е.Г.( 2004). *Раннее детство: познавательное развитие*. Москва: Наука.
25. Парамонова, Л.А., Протасова, Е.Ю.( 2001). *Дошкольное и начальное образование за рубежом. История и современность*. Издательский центр «Академия».
26. Тонкова-Ямпольская, Р.В.(2004). *Социальная адаптация детей в дошкольном учреждении*. Москва: Наука.
27. Ушинский, К. Д.(2017). *Лекции в Ярославском лицее. Избранные педагогические сочинения*. Москва: Юрайт.
28. Волошина, Л. Д.(2004). *Современная воспитательная система детского сада. Дошкольное воспитание, 3, 12-17*.

29. Елагина, М.(1998). Роль оценки взрослого в развитие детей. *Дошкольное воспитание*,9,47-48.
30. Калинина, Р. (1998). Ребенок пошел в детский сад. К проблеме адаптации детей к условиям в дошкольном учреждении. *Дошкольное воспитание*,4,2-9.
31. Лямина, Г. ( 1984). Книга для воспитателей. *Дошкольное воспитание*,2,80-85.
32. Павлова, Л. ( 1999). Раннее детство: у истоков развития личности. *Дошкольное воспитание*11,94-96.
33. Павлова, Л. ( 2003). О современной проблеме раннего возраста. *Дошкольное воспитание*,8, 9-12.
34. Смирнова, Е. (1998). Ранний школьный возраст: Становления произвольного поведения. *Дошкольное воспитание*,6,85-88.
35. Шакуров, Р.Н. ( 2002). Общение ребенка со сверстниками. Второй год жизни. *Дошкольное воспитание*,10,25-28.
36. Breitfelder, L. ( 2008). Quick and Easy Adaptations and Accommodations for Early Childhood Students. TEACHING Exceptional Children Plus. Community School District in Marion, Iowa.
37. Suchodoletz, A.(2009). Transition to school: The role of kindergarten children's behavior regulation. [www. Researchgate.net](http://www.researchgate.net)
38. [www. vip. Venspils. lv](http://www.vip.venspils.lv)

## PIELIKUMI

### 1. pielikums. Vecāku anketas paraugs

Kādas izmaiņas notika ar jūsu bērnu pēc rīkošanās pirmsskolā?

(vajadzīgs atzīmēt «+»)

- Sabiedriskāks
- Raudulīgāks
- Nomāktāks
- Vērojams apetītes zudums
- Labāk ēd
- Agresīvāks
- Mazāk slimo
- Norobežojas no citiem bērniem
- Iemācās kaut ko jaunu
- Miega traucējumi
- Labāk guļ

2. pielikums. Vecāku anketas paraugs

1. Cik, Jūsaprāt, noteicoša loma bērna izaugsmē un attīstībā ir vecākiem? Apvilkt izvēlēto.

Nav	Neliela	Vidēja	Augsta	Noteicoša
-----	---------	--------	--------	-----------

2. Vai bērnam iespējams iemācīt komunikāciju un pašnodarbinātības spējas? Apvilkt izvēlēto.

Nē	Jā	Grūti pateikt
----	----	---------------

3. Cik būtiski, Jūsaprāt, piedalieties bērna rakstura veidošanā, audzināšanā? Apvilkt izvēlēto.

Varētu būt labāk	Pietiekoši	Vidēji	Labi	Teicami
------------------	------------	--------	------	---------

4. Vai, Jūsaprāt, vecākiem ir iespējams palīdzēt bērnam adaptēties bērnudārzā? Apvilkt izvēlēto.

Nē	Jā	Grūti pateikt
----	----	---------------

5. Kura no minētajām aktivitātēm vislabāk palīdz bērnam adaptēties bērnudārzā? Apvilkt izvēlētos.

Didaktiskās spēles	Individuālas nodarbes vecāku uzraudzībā	Individuālas nodarbes audzinātāju uzraudzībā	Kopīgi bērnu un vecāku pasākumi	Grūti pateikt
--------------------	---	--	---------------------------------	---------------

6. Cik bieži Jūs būtu gatavs iesaistīties publiskā pasākumā bērna adaptācijas veicināšanai? Apvilkt izvēlēto.

Reizi pusgadā	Reizi mēnesī	Reizi nedēļā	Grūti pateikt
---------------	--------------	--------------	---------------

7. Vai, Jūsaprāt, publisks pasākums ar vecāku un bērnu iesaisti ir bērnam mulsinošs vai apgrūtinošs? Apvilkt izvēlēto

Atkarīgs no pasākuma veida	Atkarīgs no apkārtējiem bērniem un vecākiem	Atkarīgs no audzinātāju profesionalitātes	Grūti pateikt
----------------------------	---	---	---------------

8. Kāds ir optimālais bērna adaptācijas periods bērnudārzā? Apvilkt izvēlēto.

Mēnesis	3 mēneši	6 mēneši	Grūti pateikt
---------	----------	----------	---------------

9. Kam ir visbūtiskākā loma bērna adaptācijas bērnudārzā procesā? Apvilkt izvēlēto.

Vecākiem	Audzinātājiem	Bērna raksturam, gēniem	Grūti pateikt
----------	---------------	-------------------------	---------------

10. Vai bērna adaptāciju bērnudārzā uzskatāt par būtisku attīstības procesā? Apvilkt izvēlēto.

Vairāk nē nekā jā	Nē	Vairāk jā nekā nē	Jā
-------------------	----	-------------------	----

3. pielikums. Spēles emocionāla kontakta veidošanai ar skolotāju.

*Игра №1. «Дай ручку!»*

**Ход игры:** Педагог подходит к ребенку и протягивает ему руку.

—*Давай здороваться. Дай ручку!*

Чтобы не испугать малыша, не следует проявлять излишнюю напористость: не подходите слишком близко, слова обращения к ребенку произносите негромким, спокойным голосом. Чтобы общение было корректным, присядьте на корточки или детский стульчик — лучше, чтобы взрослый и ребенок находились на одном уровне, могли смотреть в лицо друг другу.

### ***Игра №2. «Привет! Пока!»***

**Ход игры:** Педагог подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь.

—*Привет! Привет!*

Затем предлагает ребенку ответить на приветствие.

—*Давай здороваться. Помаши ручкой! Привет!*

При прощании игра повторяется — педагог машет рукой.

—*Пока! Пока!*

Затем предлагает малышу попрощаться.

—*Помаши ручкой на прощание. Пока!*

Этот ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце занятия. Постепенно ребенок начнет проявлять больше инициативы, научится приветствовать педагога при встрече и прощании самостоятельно. Эта игра полезна тем, что учит правилам поведения между людьми.

### ***Игра №3. «Хлопаем в ладоши!»***

**Ход игры:** Педагог хлопает в ладоши со словами:

—*Хлопну я в ладоши, буду я хороший, Хлопнем мы в ладоши, будем мы хорошие!*

Затем предлагает малышу похлопать в ладоши вместе с ним:

—*Давай похлопаем в ладоши вместе.*

Если малыш не повторяет действия педагога, а только смотрит, можно

попробовать взять его ладони в свои и совершить хлопки ими. Но если ребенок сопротивляется, не следует настаивать, возможно, в следующий раз он проявит больше инициативы.

### ***Игра №4. «Лови мячик!»***

**Оборудование:** небольшой резиновый мячик или пластмассовый шарик.

**Ход игры:** Педагог берет в руки мячик, предлагает ребенку поиграть с ним. Лучше организовать игру на полу: педагог и ребенок сидят напротив друг друга, широко расставив ноги, чтобы мячик не укатился мимо.

*—Давай поиграем в мячик. Лови мячик!*

Педагог катит мячик по направлению к малышу. Затем побуждает его катить мячик в обратном направлении, ловит мяч, эмоционально комментирует ход игры.

*—Кати мячик! Оп! Поймала мячик!*

Игра проводится в течение некоторого времени, прекратить игру следует при первом признаке усталости или потере интереса со стороны ребенка.

### ***Игра №5. «Петрушка»***

**Оборудование:** кукла Петрушка.

**Ход игры:** Незаметно для ребенка педагог надевает на руку игрушку, затем начинает игру. Петрушка подходит к малышу, кланяется.

*— Я Петрушка— веселая игрушка! Привет-привет!*

Затем Петрушка предлагает малышу поздороваться, берет его руку в свои.

*—Давай здороваться! Дай ручку!*

После этого Петрушка выполняет различные действия: хлопает в ладоши, танцует и поет, предлагая ребенку повторить эти действия.

*-Давай хлопать в ладошки — хлоп-хлоп-хлоп! А сейчас я песенку спою: ля-ля-ля! Ля-ля-ля!*

Затем Петрушка прячется и появляется вновь. Игра заканчивается тем, что игрушка прощается и уходит.

### ***Игра №6. «Котёнок»***

**Оборудование:** мягкая игрушка котёнок.

**Ход игры:** Педагог показывает ребенку игрушечного котёнка и предлагает погладить его.

*— Смотри, какой к нам. пришёл котёнок — маленький, пушистый. Давай погладим котёнка— вот так.*

Действие сопровождается стихотворением:

*Киса, кисонька, кису ля! —*

*Позвала котёнка Юля.*

*Не спеши домой, постой! —*

*И погладила рукой.*

Можно продолжить игру с котёнком: напоить его молочком, показать, как котёнок умеет прыгать, махать хвостиком.

### ***Игра №7. «Шарик»***

**Оборудование:** маленький пластмассовый шарик (который может поместиться в зажатой ладони).

**Ход игры:** Педагог показывает ребенку шарик и предлагает поиграть.

— *Смотри, какой красивый шарик. Давай поиграем: я шарик буду прятать, а ты угадывай, в какой он руке.*

После этого педагог убирает руки за спину и прячет шарик в кулак. Затем выставляет обе руки, зажатые в кулаки, вперед и предлагает ребенку угадать и показать, в какой руке находится шарик. После чего переворачивает руку и раскрывает ладонь.

— *В какой руке шарик — угадай! Правильно угадал — вот он, шарик, смотри! Давай спрячем шарик еще раз!*

Детям нравится эта игра, поэтому, скорее всего, игровое действие придется повторить многократно.

### ***Игра №8. «Солнечный зайчик»***

**Оборудование:** маленькое зеркальце в оправе (без острых краев).

**Ход игры:** Зеркало следует подготовить заранее. Выбрав момент, когда солнце заглядывает в окно, педагог берет зеркало и ловит солнечный луч. При этом посредством комментария обращает внимание малыша на то, как солнечный «зайчик» прыгает по стене, по потолку, со стены на диван и т.д.

— *Посмотри, на стене солнечный зайчик! Как он прыгает — прыг-скок!*

Можно предложить ребенку дотронуться до светового пятна. Затем медленно отодвигать луч, предлагая ребенку поймать солнечного зайчика.

— *Потрогай зайчика — вот так. Ой! Смотри: солнечный зайчик убегает — поймай зайчика! Какой шустрый зайчик, как далеко прыгает. А теперь он на потолке — не достать!*

ЕСЛИ ребенку понравилась игра, можно предложить ему поменяться ролями — дайте ему зеркало, покажите, как поймать луч, как управлять движениями «зайчика».

Во время игры не забывайте комментировать все действия.

### ***Игра №9. «Платочек»***

**Оборудование:** большой яркий шелковый платок (желательно, чтобы платок не электризовался).

**Ход игры:** Перед началом игры приготовьте платок: желательно, чтобы он был приятным на ощупь, красивой расцветки. Допустимо

сначала пользоваться полупрозрачным платком (в этом случае ребенок может наблюдать из-под него за тем, что происходит вокруг и не испугается внезапной темноты и потери видимости). В дальнейшем можно использовать непрозрачные платки. Удобно играть в эту игру, расположившись на диване или сидя на ковре.

Предложите малышу поиграть с платком. Наденьте платок себе на голову со словами:

— *Сейчас я спрячусь. Ну-ка, найди меня!*

Ребенок с удовольствием стянет платок у вас с головы. После этого предложите спрятаться малышу — накиньте платок ему на голову.

—Где же наш Ваня? Ваня, ты где? Ау!

После этих слов стяните платок с головы ребенка, приобнимите его, порадитесь вместе с ним встрече. Игру можно повторять многократно

### ***Игра №10.. «Прятки»***

**Оборудование:** большое одеяло или плед.

**Ход игры:** Аналогично игре с платком можно организовать игру в прятки, используя одеяло или плед. При этом ребенок или взрослый, прячась, может свободно передвигаться по комнате, выбирая подходящее укромное место.

В отличие от игры с платком, это более продолжительная игра. Водящий: взрослый может намеренно не спеша ходить по комнате, заглядывая в самые неожиданные места — под стол, в шкафы и т.д. — со словами:

—Где же наш мальчик спрятался? Миша, ау! Иду искать!

Когда ребенок ждет, что его вот-вот найдут, он переживает сильные эмоции — напряжение и, возможно, страх. В конце игры такое напряжение обязательно разрешается — ребенка находят, гладят по голове, обнимают, хвалят.

### ***Игра №11.. «Хлопушки»***

**Ход игры:** Педагог показывает свои ладони и предлагает ребенку похлопать по ним.

*Детка хлопать так умеет,*

*Своих ручек не жалеет.*

*Вот так, вот так-так,*

*Своих ручек не жалеет*

### ***Игра №12. «Игра с кистями рук».***

**Ход игры.** Дети повторяют те движения, которые им показывает воспитатель. Опускает пальцы вниз и шевелит ими «дождь идет». Складывает пальцы каждой руки колечком и прикладывает к глазам, изображая бинокль. Рисует пальцем «кисточкой» кружки на щеках, проводит сверху вниз линию по носу и делает пятнышко на подбородке. Стучит кулаком о кулак, хлопает в ладоши.

Чередую такие действия, воспитатель создает определенную последовательность звуков, например: стук-хлоп, стук-стук-хлоп, стук-хлоп-хлоп и т.п.

### ***Игра № 13.«Чертим разные фигуры».***

**Материалы к игре:** бумага для рисования, мягкие цветные карандаши.

**Ход игры.** Воспитатель садится с ребенком за стол или на пол. Рисует на бумаге круг. Затем дает ребенку карандаш и водит его рукой с карандашом по бумаге, стараясь нарисовать круг. Говорит ему, когда закончит: «Какая хорошая получилась картинка».

Таким же образом помогает малышу рисовать другие фигуры, проводить зигзагообразные линии, и каждый раз повторяет: «Какая хорошая получилась картинка». Затем предлагает ребенку действовать карандашом самостоятельно. Каждый раз, начиная игру, воспитатель берет карандаш другого цвета. Это поможет ребенку научиться различать цвета.

#### 4. pielikums. Spēles bērnu savstarpējai satuvināšanai

### ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ!

Дети с воспитателем становятся в круг. Ведущий держит мяч (для этой игры лучше использовать надувной мяч, так как, во-первых, он легкий и неприятности при его ловле исключаются, а во-вторых, он обычно яркий, красочный, что, безусловно, привлекает малышей. Можно также использовать и раскрашенный воздушный шар, но здесь могут возникнуть сложности в его пересылке на дальние расстояния), называет свое имя и имя того, кому бросает мяч. Названный ребенок ловит мяч, называет свое имя и имя следующего участника игры. Здесь важно участие воспитателя, так как дети быстрее запоминают его полное имя и он может называть по имени тех детей, которых группа еще не запомнила.

Обычно малыши с удовольствием играют в эту игру, но ее можно и разнообразить: например, вместо мяча передавать игрушку (самую красивую!) или предложить детям поприветствовать друг друга по имени. Вариантов может быть множество, придумывайте вместе с детьми!

### РАЗДУВАЙСЯ, ПУЗЫРЬ!

Дети с воспитателем делают тесный кружок — это «сдутый» пузырь. Все начинают его «надувать»: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом «вдувании» делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки, идут по кругу со словами:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,  
Оставайся такой, да не лопайся!

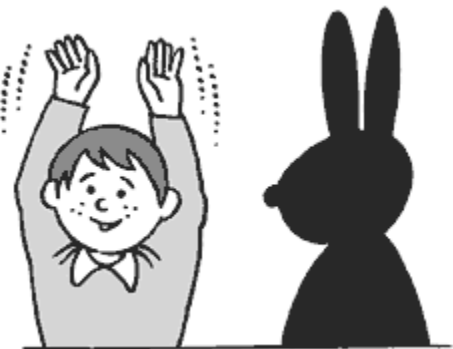
Получается большой, растянутый круг. Затем ведущий (сначала это воспитатель, а позже — кто-то из детей) говорит: «Хлоп!» — пузырь лопнул. Все должны расцепиться и сбежать к центру круга (сдулся) или разбежаться по комнате (разлетелись пузырьки).

### ЧЕЙ ГОЛОСОК?

Дети садятся полукругом, ведущий — впереди всех спиной к играющим. Кто-нибудь из детей окликает ведущего по имени. Ведущий, не оборачиваясь, должен назвать того, чей голос он услышал. Можно ввести какой-либо персонаж и условные слова. Как всегда, воспитатель наравне с детьми участвует в игре. Сначала дети окликают ведущего обычным голосом, со временем, когда они хорошо узнают друг друга, можно специально изменять интонацию, высоту голоса для затруднения узнавания.

## РАССКАЖИ СТИХИ РУКАМИ

В эту игру можно играть бесконечно — ведь стихов, которые можно «проиграть», «рассказать руками» (почему только руками? — всем телом!), великое множество. Эта игра позволяет детям раскрепоститься, почувствовать себя уверенными, способствует налаживанию доверительных отношений с воспитателем — «человеку, который придумывает такие интересные игры и играет вместе со мной, можно доверять!». Сначала воспитатель читает стихотворение, затем читает еще раз и одновременно выполняет движения, потом воспитатель еще раз читает стихотворение и показывает его вместе с ребятами. Когда дети поймут принцип игры, они сами начнут выдумывать движения — это необходимо поощрять. Следующие стихотворения, прочитав один раз, можно предложить изобразить самим детям, что обычно вызывает бурю восторга и море фантазии.



**Внимание!** Воспитателям в эту игру играть обязательно вместе с детьми!

Ниже приводятся стихи, которые могут быть использованы для этой цели. Возможно, вы найдете другие, еще более интересные. Ну а для начала (слева слова стихотворения, справа — примерные действия):

### ЗАЙКА

Заинька-зайка,  
*(Дети прыгают, поджав руки, имитируя зайку.)*  
Маленький зайка,  
*(Садятся на корточки, показывают рукой вершок от пола.)*  
Длинные ушки,  
*(Дети приставляют ладошки к голове — «ушки».)*  
Быстрые ножки.  
*(Побежали.)*  
Заинька-зайка,  
Маленький зайка,  
*(Движения повторяются.)*  
Деток боишься,  
Зайка-трусиска.  
*(Дети обхватывают себя руками, изображая страх, «дрожат».)*

### МИШКА

Мишка, мишка косолапый,  
Мишка по лесу идет,  
*(Приподнять плечи, руки округлить, носки ног повернуть внутрь, идти переваливаясь.)*  
Мишка хочет сладких ягод,  
*(Погладить себя по животу, облизнуться.)*  
Да никак их не найдет.  
*(Огляднуться по сторонам, пожать плечами.)*  
Вдруг увидел много ягод  
И тихонько зарычал.  
*(Показать указательным пальцем, на лице — восторг, двумя руками «собирать» ягоды в рот.)*

- КВА-КВА-КВА!



Подошли к мишутке детки,  
(Помаршировать.)  
Мишка громко зарыдал.  
(Кулачками потереть глаза, изобразить плач.)

(Возможен более оптимистичный конец, тогда последняя строчка будет звучать так: «Мишка ягодки им дал».)

Далее приводятся просто тексты стихотворений, движения придумывайте вместе с детьми!

## СТОЛЯРЫ

Мы пилим, пилим доску, с утра у нас дела.  
Стальные зубы остры — легко идет пила.  
Вжик-вжик, вжик-вжик.  
Бежит, бежит послушно рубанок вдоль доски,  
И беленькие стружки свернулись в завитки.  
Шух-шух, шух-шух.  
А ну-ка веселее ударим молотком,  
Покрепче, поровнее мы гвоздики забьем.  
Тук-тук, тук-тук.

## КОЗЛИК

Козлик по полю гулял, на гармонике играл:  
Чики-брыки, чики-брык, на гармонике играл.  
Вышел из лесу медведь, стал на козлика реветь:  
Чики-брыки, чики-брык, стал на козлика реветь.  
Козлик наш не убежал, веселее заиграл:  
Чики-брыки, чики-брык, веселее заиграл.  
Как пустился мишка в пляс, так и пляшет он сейчас:  
Чики-брыки, чики-брык, так и пляшет он сейчас!

## ЗАРЯДКА

Скачет лягушонок, ква-ква-ква,  
Плавает утенок, кря-кря-кря.  
Все вокруг стараются, спортом занимаются!  
Быстрая синица, тюр-лю-лю,  
В воздухе резвится, тюр-лю-лю.  
Все вокруг стараются, спортом занимаются!  
Прыгает козленок, ме-ме-ме,  
А за ним ягненок, бе-бе-бе.  
Все вокруг стараются, спортом занимаются!  
Вот мы на зарядке, раз-два-три,  
Утром на площадке, раз-два-три.  
Видите, стараемся, спортом занимаемся!

## ПЯТЬ МАЛЫШЕЙ

Один малыш качается в саду,  
Два малыша купаются в пруду.  
Три малыша ползут к дверям в квартире,  
А в эту дверь стучат еще четыре.  
С пятью другими тоже все в порядке:  
Им весело, они играют в прятки.  
Где притаились — ясно и ежу,  
Но я глаза зажмурил и вожу:  
«Раз, два, три... Два, три, четыре, пять...  
Ну, берегитесь, я иду искать!»

5.pielikums. Spēles apkārtējās vides apgūšanai.

## НАЙДИ ИГРУШКУ

Ведущий (сначала воспитатель, потом — дети) прячет небольшую игрушку в группе, в одном из ее помещений, после чего предлагает остальным найти ее. Сначала ее найти не так сложно, например:

«Игрушка лежит на подоконнике в приемной (раздевалке)». Затем — сложнее:

«Игрушка лежит в спальне, под подушкой на Надиной кровати».

После того, как игрушка найдена, надо сказать, что она там делала (собиралась на прогулку, спала и т.д.).

Можно загадывать местоположение игрушки иначе: через функцию помещения («Моя посуда»), через ее действия («Лежит тихо, закрыв глаза») и т.д.

Освоив группу, можно переходить к более тесному знакомству с детским садом и его работниками. Начинать лучше с экскурсий по саду (целесообразней организовывать тематические экскурсии: на кухню, в медицинский кабинет, в кабинет заведующей и т.д.), знакомиться с людьми, работающими там.

## ЧЬИ ВЕЩИ?

**Цель:** закрепить имена работников детского сада.

Для этого необходимо приготовить атрибуты различных профессий (градусник — медсестра, половник — повар, стиральный порошок — прачка, гармошка — музыкальный работник и т.д.). Воспитатель говорит, что к ним в группу приходили разные люди и все они забыли какую-нибудь свою вещь. И просит ребят помочь разобраться — сам он не помнит, где чье.

Дети должны не просто назвать профессию, но и назвать имя хозяина этой вещи.

Например: «Этот градусник оставила Вера Александровна, наша медсестра».

Когда все вещи будут опознаны, можно их раздать детям (или вещь берет тот, кто правильно назвал ее хозяина), которые должны сыграть роль: медсестра измерит детям

## КАК ПРОЙТИ?

**Цель:** помочь детям ориентироваться в детском саду, правильно находить то или иное помещение.

Как и в предыдущей игре, вариантов может быть множество — это зависит от количества специальных помещений (например, кабинет логопеда, хореографический зал, изостудия, физиокабинет, кабинет психолога и т.д.) и, конечно, от вашей фантазии. Ниже приводится примерная схема такой игры.

Воспитатель говорит, что у зайчика Степашки заболели ушки. Что ему надо делать? — Пойти к врачу. Но Степашка не знает, где находится медицинский кабинет, надо ему помочь. Сначала дети должны описать путь до кабинета: выйти из группы, спуститься на первый этаж, свернуть налево, пройти по коридору, первая дверь налево — медицинский кабинет (возможно, дети не сразу усвоят понятия «налево — направо», хотя, безусловно, этому надо учить; тогда можно ориентироваться на какие-то предметные признаки: после нарисованного волка свернуть, на двери медкабинета нарисован красный крест и пр.) и обратно. После этого двум-трем детям предлагается «проводить» Степашку к врачу (естественно, медработники предупреждены о предстоящем визите «делегации»). Вылеченный Степашка (как доказательство — забинтованные уши) благодарит детей за помощь и передает от врача пожелание не болеть и витаминки для всех детей.

Примерно так же можно «постирать» платице для куклы Кати, взять интересную книжку у методиста и т.д.

6. pielikums. Iepazīšanās svētki (scenārijs jaunākajā grupā).

В празднике принимают участие дети, их родители и воспитатели.

**Воспитатели** (встречают детей и родителей и приглашают всех в группу). В группе детей встречает **Незнайка**.

**Незнайка:** «Здравствуйтесь, дети! Здравствуйтесь мамы и папы! Меня зовут Незнайка, а вас как?» (Дети отвечают ему и знакомятся с героем).

**Незнайка:** «Так дело не пойдет, я вас всех сразу не запомню, давайте поиграем, но сначала отгадаем загадку.

Он и круглый, он и гладкий,

Очень ловко скачет.

Что же это?

**Дети:** Мячик.

**Незнайка:** Вот он нам и поможет.

(Предлагает сыграть в игру «Давайте познакомимся!»)

**Воспитатель:** «Вот и познакомились. А теперь давайте покатаемся на карусели. (Объясняет правила игры «Карусели») Сейчас мы будем кататься на карусели. Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу, чтобы карусель не сломалась.

Держась за руки, дети, родители, воспитатель, Незнайка движутся по кругу и произносят слова:

Еле-еле, еле- еле,

Завертелись карусели.

( карусель движется медленно).

А потом ,потом, потом

Все бегом, бегом, бегом!

(Темп речи и движений постепенно ускоряется)

Побежали, побежали,

Побежали, побежали!

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите.

( Темп движения постепенно замедляется)

Раз-два, раз-два( пауза),

Вот и кончена игра.

( Все останавливаются и кланяются друг другу).

**Воспитатель:** Ну, а теперь давайте отдохнем. Предлагаю конкурс родителей на лучший портрет своего ребенка. Одно условие рисовать надо с завязанными глазами!

В конкурсе участвуют все желающие. Зрители аплодируют участникам, выбирается лучший портрет.

**Незнайка:** « Один художник нарисовал мой портрет, но что –то в нем не так. Чего в нем не хватает?( Носа).

детям предлагается с завязанными глазами приставить пластилиновый нос к портрету. Не беда, что он оказывается то на щеке, то на подбородке...

Потом все приглашаются на чаепитие, организованное родителями, в ходе , которого возможно проведения игры( например, « Раздувайся пузырь»), пляски с простейшими движениями( приседания, хлопки, кружение). В конце праздника Незнайка благодарит всех за праздник , за угощения и дарит детям на память маленькие сувениры, которые сделали воспитатели. Родители уходят вместе с детьми.





