

LATVIJAS UNIVERSITĀTES
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE
PIRMSSKOLAS UN SĀKUMSKOLAS NODAĻA

**ĢIMENES UN PIRMSSKOLAS SADARBĪBA BĒRNU
3-4 GADU VECUMAM LABVĒLĪGAI ADAPTĀCIJAI**

KVALIFIKĀCIJAS DARBS

Autors: Darja Meļņika
Stud. apl. 19039

Darba vadītājs:
Mag.paed. Ineta Aizporite

RĪGA
2021

ANOTĀCIJA

Darba nosaukums: Ģimenes un pirmsskolas sadarbība bērnu 3-4 gadu vecumam labvēlīgai adaptācijai.

Darba autors: Darja Meļņika.

Pētījumā mērķis: Analizēt ģimenes un pirmsskolas iestādes sadarbības iespējas 3-4 gadu vecu bērnu labvēlīgai adaptācijai pirmsskolas izglītības iestādē.

Pētījumā teorētiskā daļa ir balstīta uz dažu autoru atziņām. Teorētiskajā daļā analizēti tādi jautājumi, kā adaptācijas procesa labvēlīgā norise, pirmsskolas pedagogu un vecāku sadarbība bērnu adaptācijā. Sniegta adaptācijas jēdziena skaidrojums, kā arī izskatīta bērnu attīstība īpatnības 3-4 gadu vecumā. Praktiskajā daļā veikts pētījums par ģimenes un pirmsskolas iestādes sadarbības iespējām 3-4 gadu vecu bērnu labvēlīgai adaptācijai.

Pētījums sastāv no teorētiskās un praktiskās daļas. Empīriskajā daļā tiek veikts pētījums, kurā tiek pētīta pirmsskolas iestādes skolotāju sadarbība ar vecākiem un bērnu novērošana adaptācijas procesā.

Pētījums tiek veikts Salaspils pirmsskolas izglītības iestādē "X". Pētījumā piedalījās 11 bērni, 3-4 gadus veci un 23 bērnu vecāki. Novērojumā iegūtie rezultāti liecina, ka bērnu adaptācijas process pirmsskolas izglītības iestādē būs sekmīgāks, ja bērnam būs drošības un stabilitātes izjūta pirmsskolas izglītības iestādē un saņems pieaugušo uzmanību un vecāku ticību sava bērna spējam un palīdzēs viņam iekļauties jaunajā vidē.

ANNOTATION

Title of work: Family and pre-school cooperation for 3-4 year old child-friendly adaptation

Author of the work: Darja Melnik

The aim of the study is to analyze the possibilities for family and pre-school cooperation for the favorable adaptation of 3–4 year old by the preprimary education institution. In the study, the theoretical part is based on the lessons of some authors. The theoretical part analyses issues such as the favorable development of the adaptation process, cooperation between early schoolteachers and parents on child adaptation. An explanation of the concept of adaptation was provided as well as the development of children under the specific age of 3-4 years.

A study has been carried out in the practical part on the possibilities for family and pre-school cooperation for the favorable adaptation of children 3-4 years.

The study consists of theoretical and practical parts. In the empirical part, a study is conducted in which the cooperation of preschool teachers with parents and the observation of children in the adaptation process is investigated.

The research is conducted in Salaspils pre-school educational institution “X”. The study involved 11 children, 3-4 years old and 23 parents. The results show that the process of children's adaptation in a pre-school is more successful if the child has a sense of security and stability in the pre-school and receives adult attention and parental confidence in their child's abilities and helps them to integrate into the new environment.

SATURS

ANOTĀCIJA.....	1
ANNOTATION.....	2
IEVADS	4
1. ADAPTĀCIJAS JĒDZIENA SKAIDROJUMS UN DAŽU AUTORU TEORIJAS	6
1.1. Adaptācijas skaidrojums un būtība.....	6
1.2. Adaptācijas pakāpes un kritēriji	8
1.3. Bērna labvēlīgā adaptācija pirmsskolā.....	12
1.4. Ģimenes un pedagogu loma labvēlīgai adaptācijai	14
2. PIRMSSKOLAS UN VECĀKU SADARBĪBAS FORMAS SADARBĪBAS NEPIECIEŠAMĪBA	16
2.1. Sadarbības nepieciešamība.....	16
2.2. Sadarbības formas un metodes	17
2.3. Vecāku un pedagogu veiksmīga sadarbība bērnu adaptācijai	19
3. PĒTĪJUMS PAR ĢIMENES UN PIRMSSKOLAS SADARBĪBU	21
3.1. Pētījuma metodika un organizēšana	21
3.2. Pētāmas grupas raksturojums un izstrāde	23
3.3. Pētāmās mērķauditorijas apraksts adaptācijas procesā.....	25
3.4. Pedagogu un vecāku aptaujas rezultāti	32
4. IETEIKUMI VECĀKIEM	38
SECINĀJUMS.....	39
IZMANTOTA LITERATŪRA UN INFORMĀCIJAS AVOTI.....	41
PIELIKUMI	43
1.pielikums. vecākiem	43
2.pielikums. vecākiem	44
3.pielikums. vecākiem	45
4.pielikums. Dokumentārā lapa.....	46

IEVADS

Bērna adaptācijas iespējas ir organisma attīstības un veselības veidošanas process visos bērnu vecuma posmos. Adaptācijas process prasa lielus fiziskus un garīgus spēkus bērniem, kā arī enerģijas patēriņu. Jebkura vecuma bērniem ir ļoti grūti apmeklēt bērnudārzu, jo visa viņu dzīve kardināli mainās. Adaptācijas jautājums bieži ir aktuāls pirmsskolas izglītības procesā. Tieši adaptācija, diezgan grūti un sarežģīti padodas tiem bērniem, kuri sāk apmeklēt bērnudārzu. Daudziem bērniem tas ir liels stress, jo viņi ir pieraduši citam dzīves ritam un attīstās citā vidē. Ierastajā, radošajā dzīvē ģimenē burtiski notiek pārmaiņas: skaidrās dienas režīms, radnieku un tuvinieku trūkums, vienaudžu pastāvīga klātbūtne, nepieciešamība klausīties nepazīstamo pieaugušo, strauji samazinās personiskās uzmanības daudzums. Adaptācijas periods smags pārbaudījums bērnam, no pazīstamas mājas situācijas tas tiek sniegts pilnīgi jaunos apstākļos. Adaptācija ir organisma pielāgošana jauniem apstākļiem. Pirmsskolas izglītības iestāde ir tie jaunie apstākļi bērnu dzīvē, kuriem bērnam ir jāpielāgojas, lai bērnu apmeklējums bērnudārzā būtu sekmīgāks, labvēlīgāks un mierīgāks.

Daudzi bērni adaptācijas periodā kļūst gauži, noslēgti, agresīvi, satraucoši. Tas ir saistīts ar to, ka viņi jūtas padraudēti un ārpus savas komforta zonas. Vieni bērni jūtas labi jau 3 - 4 dienu laikā un pierod pie jauniem dzīves apstākļiem, nemainot garīgo stāvokli un uzvedību. Citiem adaptācijas periods ir mēnesis, bet dažreiz arī vairāk. Un, protams, pierodot pie jauniem apstākļiem, bērni raud, izrāda savas kaprīzes un rada savu negribēšanu ejot bērnudārzā, jo mainās viņu emocionālais stāvoklis. Daudziem bērniem adaptācijas process pavada nopietnus uzvedības un vispārēja stāvokļa traucējumus.

Kvalifikācijas darbam izvēlēta tēma: “Ģimenes un pirmsskolas sadarbība bērna labvēlīgai adaptācijai”. Mūsdienās, aktuāli bērnudārzā audzinātāju un vecāku sadarbība bērna adaptācijas laikā. Ja audzinātāji un vecāki apvienos savus spēkus un centīsies nodrošināt bērnu aizsardzību, emocionālo komfortu, interesi un saturīgu dzīvi bērnudārzā un mājās – būs veiksmīgs bērnu adaptācijas rezultāts.

Kvalifikācijas darba mērķis – Izzināt adaptācijas procesa nosacījumus, ģimenes un pirmsskolas sadarbības iespēju 3-4 gadu vecu bērnu labvēlīgai adaptācijai.

Pētījumā objekts: bērnu adaptācijas process pirmsskolā.

Pētījuma priekšmets: ģimenes un pirmsskolas sadarbība bērna labvēlīgai adaptācijai.

Pētījumā jautājums: vai ģimenes un pirmsskolas iestādes sadarbība palīdz bērnu adaptācijas procesā?

Lai sasniegtu mērķi, tika izstrādāti šādi uzdevumi:

1. Analizēt teorētisko literatūru dažādu autoru teorijas par adaptācijas jēdzienu;
2. Izzināt un apstrādāt adaptācijas pakāpes un kritērijus;
3. Analizēt pirmsskolas un vecāku sadarbības iespēju;
4. Veikt pētījumu Salaspils pilsēta pirmsskolas izglītības iestādē par ģimenes un pirmsskolas iestādes sadarbību 3-4 gadīgo bērnu adoptācijā;
5. Izstrādāt secinājumus un sniegt priekšlikumus pedagogiem un vecākiem adaptācijas procesa veicināšanai pirmsskolas izglītības iestādē.

Kursa darbam izmantotas šādas pētījuma metodes:

- Teorētiskā pētījuma metode (literatūras analīze)
- Pakāpeniska konstruktīva metode (secinājumi un viedokļi)
- Empīriskā pētījuma metode (anketēšana-aptauja)

Praktiskā pētījuma bāze: Salaspils pirmsskolas izglītības iestāde "X"

1. ADAPTĀCIJAS JĒDZIENA SKAIDROJUMS UN DAŽU AUTORU TEORIJAS

1.1. Adaptācijas skaidrojums un būtība

Jebkura vecuma bērniem ir ļoti grūti apmeklēt bērnudārzu, tas ir svarīgs process katram bērnam, kas atspoguļosies pēc tam pieaugušo dzīvē. Visa bērna dzīve mainās un katrs no viņiem saskaras ar tādu jēdzienu kā adaptācijas periods. Adaptācijas jēdziens zinātniskajā literatūrā ir izskaidrojams kā aktīvas pielāgošanās jaunai situācijai, noteiktiem apstākļiem, kas nepārtraukti mainās bērna dzīves apstākļiem. (Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, 2000, 8). Mājās bērns ir pieradis pie noteikta dzīvesveida, režīmiem, darbības veidiem, ēdiena raksturu, savstarpējām attiecībām ar apkārtējiem uzvedības noteikumiem. Bērnudārzā lielākā daļa apstākļu būs jauni un neierasti bērnam, viņiem būs jāpielāgojas un jāpierod. Pēc M. Bītjanovas domām, adaptācija ir ne tikai pielāgošanās veiksmīgai funkcionēšanai videi, bet arī spēja tālākai psiholoģiskais, personiskai un sociālai attīstībai. (M. Bītjanova). Adaptācija jauniem sociālajiem apstākļiem ne vienmēr un ne visiem bērniem iet viegli un ātri. Daudziem bērniem adaptācijas process pavada nopietnus uzvedības un vispārēja stāvokļa traucējumus. Adaptācijas problēmas ir pētījuši gan mediķi, gan pedagogi, gan arī psihoanalītiķi. A. Lanka uzsver, ka adaptācijas procesā nepieciešama pielāgošanās spēja un notiek aktīva sociālās vides uzvedības apguve. (Dzintere, 2002, 85.). Lielākā daļa pētnieku uzsver adaptācijas procesa dinamisko raksturu, kas nodrošina pastāvīgu funkcionālu darbības sistēmu. Turklāt bērna psiholoģiskā adaptācija pirmsskolas izglītības iestādē ir iedzimtības un aktīvas pielāgošanas process jauniem apstākļiem.

Adaptāciju saprot arī kā:

- apkārtējās vides un sevis adekvātu uztveri;
- attiecību un saskarsmes ar apkārtējiem adekvātu sistēmu;
- spēju mācīties un organizēt brīvo laiku un atpūtu;
- spēju pašorganizēties un mijiedarboties grupā;
- spēju mainīt uzvedību, ņemot vērā citu cilvēku uzskatus (Guseva, 2003., 46.).

Adaptācijas efektivitāte ir atkarīga no tā, cik adekvāti bērns uztver sevi un savas attiecības ar citiem cilvēkiem. (T.V. Kostjak, 2008, 5).

Adaptācijas gaitā bērnam jāiepazīst:

1. Grupas un pirmsskolas iestādes funkcionālās telpas (bērnus iepazīstina ar grupas rotaļtelpu, tualeti, guļamtelpu, vingrošanas zāli, darbinieku darba vietu, iet „ekskursijā”

uz virtuvi pie pavārēm, medmāsas, vadītājas, metodiķes u.c.). Jāiepažīst visi, ar ko bērnam nāksies sastapties ikdienā, Šādas „ekskursijas” veidos pamatu drošības izjūtai, kura bērnam ir tik ļoti nepieciešama jebkuros apstākļos, vēl jo īpaši atrodoties prom no mājas pierastās vides un vienmēr blakus esošajiem vecākiem vai mātes. [156];

2. Elementārie uzvedības noteikumi;
3. Jāapgūst prasme darboties ar priekšmetiem, rotaļlietām, saudzēt tās;
4. Dienas režīmā nosacījumi un prasības tā ievērošanai;
5. Jānostiprina izpratne par savu vārdu, ja tāda vēl nav izveidojusies;
6. Jāiepažīst grupas skolotāja un skolotājas palīga vārds;
7. Pakāpeniski jāapgūst viss, ar ko bērnam nāksies sastapties pirmsskolas ikdienā. (Golubina, V., 2007, 157).

Adaptācijas periodu nosacīti var sadalīt vairākos posmos. Sagatavošanās process – tā jāsāk 1 – 2 mēnešus pirms uzņemšanas bērnudārzā. Šī posma uzdevums ir izveidot tādus stereotipus bērnu uzvedībā, kuri palīdzēs viņam bez sāpēm pielāgoties jaunajiem apstākļiem. Sagatavošanas posma procesā īpaša uzmanība jāpievērš bērna uzturam, jāpievērš uzmanība patstāvības prasmju veidošanai. Galvenais process (šajā posmā darbā tiek iekļauts pedagogs) jo šī posma galvenais uzdevums ir radīt pozitīvu audzinātāja tēlu. Šajā laikā vecākiem jānodibina ar audzinātāju labas attiecības, jāstāsta audzinātājam par sava bērna īpatnībām. Ar pilnu informāciju par bērnu, audzinātājs ātrāk to sapratīs un noteiks kontaktu.

Bērna adaptācijas process bērnudārzā var notikt dažādi. Nav svarīgs, kāda vecumā bērns ir ieradies pirmo reizi bērnudārzā, viņam tā ir spēcīga pieredze, kuru nosaka vairāki faktori. Ir bērni, kuri ātrāk pierod pie jaunām situācijām, bet citi uz ilgu laiku uztrauc vecākus ar negatīvām uzvedības reakcijām. Pirmkārt, tiek laužts dzīves ritms, kurā bērns jutās mierīgs un pārliecināts, jo bija pieradis pie tā pielāgoties. Otrkārt, šķiršanās ar māti un citiem tuviem, kas rūpējās par bērnu no dzimšanas. Tas rada trauksmes sajūtu, apdraudētību, ar kuru bieži piejaucas pamestības sajūta. Atraujoties no mājām un tuviniekiem, tikšanās ar kaut ko jaunu un nepazīstu var kļūt par nopietnu psihisku traumu bērnam. Bērns to var uztvert kā atsvešinājumu no vecāku mīlestības, uzmanības un aizsardzības. (L.V.Belknina, 2006, 3.). Ir ļoti svarīgi šajā brīdī izturēties pret bērnu ļoti saudzīgi un uzmanīgi, cenšoties viņam piedzīvot šo grūto brīdi.

1.2. Adaptācijas pakāpes un kritēriji

Pirmsskolas izglītības iestāde ieved bērnu jaunā pasaulē. Izejot no ģimenes, bērns saņem lielu pieredzi saskarsmē ar pieaugušajiem un vienaudžiem. Nokļūstot nepazīstamā vidē, bērns atrodas spēcīgākajā stresa stāvoklī. Katrām bērnam agri vai vēlu nākas socializēties, t.i., kļūst spējīgam dzīvot citu cilvēku vidū. (*Skujiņa, 2000,8*). Bērniem adaptācijas laikā var traucēt apetīte, miegs un emocionālais stāvoklis. Dažiem bērniem ir vērojama jau esošo pozitīvo ieradumu un prasmju zaudēšana.

Psihologi piešķir vairākas adaptācijas procesa pakāpes, kas raksturīgas pirmsskolas vecuma bērniem. Pamatojoties uz Belkinas izteikumiem, pastāv trīs adaptācijas perioda

- Vieglais adaptācijas līmenis;
- Vidējais adaptācijas līmenis;
- Smagais adaptācijas līmenis (*L.V.Belkina,2006,4*).

Speciālisti piešķir vieglu adaptāciju, kurā bērna negatīvais emocionālais stāvoklis ilgst 2-4 nedēļas. Šajā laikā, bērniem var būt miega traucējums, apetītes trūkums, nenozīmīgi uzvedības reakcijas, kā arī slikts emocionālais stāvoklis un runas trūkums. Adaptējot vidējo smagumu, bērna emocionālais stāvoklis normalizējas lēnāk un pirmā mēneša laikā pēc iestāšanās bērns daudz slimo. Saslimšana ilgst 7-10 dienas un beidzas bez komplikācijām. Miegss un apetīte atjaunotās pēc 20-40 dienām, veselā mēneša laikā garastāvoklis var būt nestabils. (*L.V.Belkina,2006,5*). Visnevēlamākā ir smaga adaptācija, kad bērna emocionālais stāvoklis normalizējas ļoti lēni (reizēm šis process ilgst vairākus mēnešus). Šajā periodā bērns vai pārcieš atkarotās slimības, kas bieži notiek ar sarežģījumiem, vai arī notiek uzvedības traucējumi. Var būt pazemināts fiziskās attīstības temps, valodas un psihiskās attīstības aizture, kā arī atsakās piedalīties mācību vidē. (*Gailuma,2002,87*).

Bērna psiholoģiskās adaptācijas procesam ietekmē tādi faktori, kā bērna vecums, sociālās attīstības īpatnības, attiecības ar pedagogiem un vienaudžiem, kā arī mikroklimats ģimenē un vecāku attieksme. Noteiktas grūtības uzturēšanās sākumā bērnudārzā rada tādi faktori kā režīma ievērošana, bērnudārza nosacījumi kardināli atšķiras no ģimenē nosacījumiem, tāpēc pirmo laiku bērniem ir ļoti grūti pārbūvēt. Bērnam, kurš iestāties bērnudārzā, ir jāpierod pie lielāka skaita citu bērnu, jaunajam ritmam un dienas gaita, kā arī jāiemācās elementārām mācību un rotaļu iemaņām. Tas viss ļauj brīvi pāriet uz normālu bērnudārza apmeklējumu un izvārties no daudzām adaptācijas grūtībām. Tomēr dažiem bērniem pozitīvas pārmaiņas nav vērojamas un rodas uzvedības grūtības, saskarsmē un attīstības problēmas. Balsoties uz Kostjakas, izteikumiem, par bērnu adaptācijas

problēmu pamāt izpausmes pret bērnudārzu, viņa sadalīja tos 5 galvenajās bērnu adaptācijas grūtības.

Emocionālā stāvokļa traucējumi. Daudzi bērni ļoti smagi pārdzīvo šķiršanos no mātes. Daži bērni bieži raud, kļūst ļoti jutīgi un ievainojami, vai pretēji ir pārāk satraukti un pat agresīvi. Citi bērni aiziet no saskarsmes ar vienaudžiem un dalības mācību procesā, kļūst mazāk aktīvāki un noslēgti sevī. Šie simptomi ir bērna psiholoģiskā reakcija uz mainītiem apstākļiem. Bērniem šķiet, ka mamma nekad neatgriezīsies un viņi paliks bērnudārzā uz visiem laikiem, jo bērniem ir grūti saprast un novērtēt uzturēšanos bērnudārzā. (*T.V.Kostjak,2008,54*). Adaptācijas laikā bērns ir tik ievainojams, ka agresijas iemesls var būt absolūti viss, bērns baidās no nezināmas situācijas un satikšanas ar nepazīstiem bērniem un audzinātājiem. Bieži mēdz būt arī pretēji, bērnam var novērot depresīvas reakcijas un bērnu aizturējumu, it kā emociju vispār nav.

Miega un apetītes traucējumi. Šis negatīvās izpausmes ir saistītas ar organisma pārbūvi un raksturīgās lielākajai daļai bērnu pirmajās apmeklējuma dienās. Pirmsskolas vecumā psiholoģiskie un fiziskie procesi ir cieši saistīti ar sevi: augsts psihoemocionāls spriegums var izraisīt nelabumu un vemšanu, kā arī radīt riebumu pret ēšanas. Biežais adaptācijas problēmu simptoms bērnudārzā ir miega traucējums. Tas var būt saistīts ar bērna pārspriegumu dienas laikā vai ar neerotiskiem traucējumiem. (*T.V.Kostjak,2008,55*)

Neadekvāta reakcija uz mātes prom iešanu, vai ierašanos. Lielākā daļa bērnu ir pietiekami grūti un sāpīgi pārdzīvo šķiršanos no mātes, bet pēc mātes aiziešanas, bērni iesaistās mācību procesā un necieš nekādu psiholoģisku diskomfortu. Negatīvi simptomi šajā gadījumā ir bērna pazeminātais noskaņojums visa dienas laikā, nomāktība, pilns trūkums pret spēlēm un mācībām, aiziešanas no saskarsmes ar audzinātāju vai vienaudžiem. Bērni ar šādiem simptomiem saspringti gaida mātes ierašanu un emocionāli reaģē uz to. (*T.V.Kostjak,2008,55*). Adaptācijas perioda raksturs un ilgums ir atkarīgs arī no bērnu individuālajām īpatnībām. Kautrīgi, noslēgti bērni grūti un sāpīgi pārcieš šķiršanos no mātes, adaptācijas periods aizņem ilgāku laiku. Vieglāk adaptējas tie bērni, kuriem jau bijusi situācijas un pieredze būt šķirti no mammas. Piemēram, bērns laiku no laika palika ar tēti, tanti vai arī vecmāmiņu. Tādi bērni saprot, kā mammu var aizvietot arī citi cilvēki, un vieglāk kontaktējas ar audzinātāju, un protams vieglāk iet adaptācijas process tādiem bērniem.

Izziņas un runas aktivitātes samazinājums. Paaugstinātā trauksme, saspīlējums samazina bērnu interesi bērnudārzā pret apmācības procesu, spēlēm un rotaļām. Bērns “nedzird” teiktus viņam vārdus, atteicās atbildēt uz jautājumiem un piedalīties kopīgā darbā. (*T.V.Kostjak,2008,55*).

Saslimstības pieaugums. Fizioloģiskā stresa un emocionālā spriedze, ko bērns izjūt bērnudārza apmeklējumā sākumā, mazina bērnu imūnsistēmu, liela daļa citu bērnu palielina saslimšanas varbūtību. (*T.V.Kostjak,2008,55-56*).

Pēc Gailumas domām, grūtības saistītas ar adaptāciju procesu, katrām bērnam ir individuāls un mēdz atšķirties. Ietekmējošie faktori uz adaptācijas procesu:

- Bērnu vecums;
- Bērna dzimums (zēni adaptējas lēnāk nekā meitenes);
- Individuālais nervu tips bērniem;
- Sociālā un bioloģiskā anamnēze;
- Sociālā pieredze no bērnu puses;
- Pedagoģa pieredze;
- Attīstības līmenis un bērna veselības stāvoklis;
- Higiēniskie, psiholoģiskie un pedagoģiskie apstākļi. (*S.Gailuma,2002,87-88*)

Tradicionāli adaptācijai tiek saprasts cilvēka ieņemšanas process jaunajai videi un pielāgošanai tās nosacījumiem. Adaptācija, aktīvs process, kas izraisa pozitīvus rezultātus vai negatīvus. Katrs no bērniem dažādi reaģē uz adaptācijas grūtībām, taču viņu uzvedībā ir vispārīgās likumsakarības. Vieni bērni, kuriem saskarsmes pieredze ir samazinājusies līdz minimumam, iestājoties bērnudārzā raud, izraužas no rokām, cenšas attālināties, nevis tuvoties pie audzinātāja. Nervozitātē un asaras traucē viņiem pareizi un ātri uzvērt ieinteresēto un visu to labu audzinātāja attieksmē. Bērni, kuri pieraduši pie saskarsmes ne tikai ar tuviniekiem, bet arī ar citiem pieaugušajiem, viegli saskaras ar audzinātāju. Adaptācijas periods viņiem ir vieglāks un mazāk ilgstošs nekā bērniem, kuru saskarsme ir ierobežota ar ģimenes locekļiem, vai citiem pieaugušajiem.

Katram bērnam ir individuāls temperaments, kuru praktiski nevar mainīt. Bērnu adaptāciju ietekmē arī viņa temperaments. Pēc A. Vecgrāves vārdiem ir šādi iedzimtas temperamenta radītāji.

1. Aktivitātes līmenis nosaka to, cik bērns kopumā ir aktīvs, vai pasīvs (cik ilgu laiku gul, cik – nomodā, cik – spēlējas);
2. Ritmiskums jeb regularitāte, vai neregularitāte, t.i., tādu dzīvībai svarīgu funkciju kā izsalkums, miega ritms un citu fizioloģisko stāvokļu ritmiskums, vai haotiskums;
3. Tuvināšanās vai attālināšanās – reakcija uz nepazīstamu jaunu objektu – ēdienu, jaunu rotaļlietu, vai nepazīstamu cilvēku. Tie ir bērna reakcijas uz jaunu stimulu raksturojumi, vai viņš pieņem kaut kas jaunu, vai nepieņem un cik ātri un viegli šī adaptācijas notiek;

4. Pielāgošanas – uzvedības izmaiņu ātrums un vieglums, ar kādu bērns pielāgojas jaunajiem apkārtējās vide apstākļiem;
5. Intensitāte jeb fiziskais jutīgums – enerģijas daudzums, kāds tiek patērēts, paužot emocijas un afektus;
6. Reakcijas intensitāte parāda, cik intensīvs stimul ir nepieciešams, lai izraisītu bērna atbildes reakciju;
7. Garastāvokļa fons – noskaņojuma gradācija;
8. Spēja “atslēgties” – bērnu uzmanības novērošana;
9. Uzmanības ilgums un noturīgums – laiks, kurā bērns ir spējīgs aktīvi un mērķtiecīgi darboties.

Katrs bērns ir spilgta identitāte. Katram bērnam adaptācijas periods ir dažāds. Pieraduma ilguma pakāpe atkarīga no dažādiem faktoriem: bērna raksturs, audzinātāja personība, veselības stāvoklis, atmosfēra ģimenē, attiecības starp vecākiem, pat vecāku sagatavošanas pakāpe atdot savu bērnu bērnudārzam arī ir svarīga. Nav jāaizmirst arī par zināmo triju gadu krīzi, kad bērna psiholoģiskajā stāvoklī notiek kardinālas pārmaiņas, bērns sāk saprast savu “es”, spilgti veidojas viņa raksturs un personība. Šajā laikā bērns ir ļoti neaizsargāts un var slikti uztvert pārmaiņas viņa dzīvē. Adaptācijas grūtības rodas tajos gadījumos, kad bērns satiekas ar neizpratni, viņu cenšas iesaistīt saskarsmē, kura saturs neatbilst viņa interesēm, vēlmēm. Bērnam jābūt gatavam tam saskarsmes līmenim, kurš uzdod bērnudārza atmosfēru. A. Barkanes apraksta psihoemocionālā līmeņa rādītājus, kuri pietiekami informatīvi raksturo uzvedības īpatnības un emociju izpausmi bērnam, kas pielāgojas jaunajam situācijām.

1. Negatīvas emocijas;
2. Bailes;
3. Dusmas;
4. Pozitīvas emocijas;
5. Sociālie kontakti un iemaņas;
6. Izziņas darbība;
7. Rūnas īpatnības;
8. Kustības aktivitāte;
9. Miegss;
10. Apetīte (*A.I.Barkane, 2004*).

Bērna adaptācijas periods sākas ar pirmo ienākšanas dienu pirmsskolā, pielāgošanas un pārdzīvošanas jaunos, nepierastos apstākļos. Tas katram bērnam rada lielāku, vai mazāku psihisku spriedzi, kuras sekas individuāli ir ļoti atšķirīgas.

Pēc dažādu pedagogu un psihologu teorijām un atziņām, var secināt, ka bērns pats nevarēs pārdzīvot tik sarežģītu, jaunu un smagu brīdi viņa dzīvē, obligāti blakus bērnam jābūt pieaugušo cilvēku atbalstam un sapratnei, kā arī ticībai, ka bērnam viss sanāks un izdosies. Dodoties pirmsskolā bērnam jābūt psiholoģiski noskaņotam un morāli gatavam jaunajiem apstākļiem, noteikumiem un režīmam.

1.3. Bērna labvēlīgā adaptācija pirmsskolā

Viens no galvenajiem bērna personības attīstības nosacījumiem ir viņa emocionāla labklājība, kas bērnudārza apstākļos daudz ir atkarīgs no audzinātāja spējas radīt grupā labvēlīgu klimatu. Turklāt labvēlīga atmosfēra grupā ir viens no nozīmīgākajiem labas adaptācijas perioda faktoriem. Bērnudārza apstākļos labvēlīgas klimats grupā izpaužas labā bērnu noskaņojumā visas dienas garumā, labvēlību pret vienaudžiem un pieaugušajiem, bērnu spēju nodarboties ar interesantu darbu. Vide bērnudārzā ir galvenokārt sociālā vide ar savām prasībām un bērnu un bērnu attiecību paveidiem, starp bērnu un pārējiem bērniem. Tāpēc adaptācija pret bērnudārzu, pirmkārt, šīs sociālās pieredzes apguves process. Nepieciešamais adaptācijas nosacījums - vecāku un audzinātāju darbību saskaņotība. Vēl pirms bērna iestāšanās grupā audzinātājiem uzstādīt labu kontaktu ar ģimeni. Audzinātāja uzdevums ir nomierināt pieaugušos: aicināt viņus apskatīt grupu telpas, rādīt skapīti, pastāstīt ko bērns darīs, iepazīstināt ar dienas režīmu, kopīgi apspriest, kā atvieglot adaptācijas periodu.

Pedagogu darba pamatuzdevumi bērnu adaptācijas laikā ir:

- Radīt patīkamu un labvēlīgu atmosfēru, uz kuras balstīta un īstenota sadarbšanās bērnu darbs ar pedagogiem un vienaudžiem tā adaptācijas laikā;
- Nodrošināt mierīgu ieeju bērnu kolektīvā ar dažādām individuālajām un personiskajām īpatnībām;
- Radīt apstākļus bērnu intelektuālajai attīstībai, novērošanai un praktiskai rīcībai, redzes loka paplašinājums;
- Izveidot nosacījumus prasmju veidošanai saziņai;
- Attīstīt psihofizioloģisko funkciju, kas ir nepieciešama darbam;
- Izsekot bērniem iegūto zināšanu, prasmju un prasmju dinamiku. (*T.V.Kostjak, 200, 126*).

Viena no svarīgākajām pirmsskolas izglītības funkcijām ir bērna pielāgošana sociālajai pasaulei. Cilvēks ir sociāla būtne, kas nepārtraukti saistīts ar sabiedrību un atrodas cieša saskarsmē. Tāpēc būtiski ir apzināties sociālās adaptācijas nozīmi. (*Dzintere, 2002., 84.*). Pedagogiem ir jācenšas panākt, lai bērnu audzināšanas sistēma būtu orientēta pirmām kārtām bērna personiskajām, individuālajām, vecuma īpatnībām. Darba procesā bērna mierīgai pielāgošanai izmantojam tādas formas un metodes kā laipnu izturēšanos pret bērnu, kas pavada smaidu, labu noskaņojumu un patīkamu attieksmi pret sevi. Bērnam jāveido pārliecības sajūta, jāpalīdz viņam pēc iespējas ātrāk un nesāpīgāki apgūt jauno situāciju caur bērnu tuvināšanu, nodibināt uzticības attiecības starp pieaugušo un bērnu. Skolotāja un skolotāja palīga uzdevums ir atvieglot šī perioda praktiskās un emocionālās grūtības. Jāpalīdz bērnam aprast ar jaunajiem apstākļiem, dienas režīma prasībām, iepazīst un „apdzīvot” grupas telpu. Visu vecumu bērniem jāparod ar rosinājumiem mērķtiecīgi darboties, iekļauties nodarbību ritumā. (*Golubina, V., 2007*). Skolotājam kā vienmēr ir nepieciešama liela pacietība un empātija, jāizrāda sirsnība un pretimnākšana, skaidrojot, atbalstot, palīdzot pārvarēt jebkuras grūtības.

Uz bērna labvēlīgu adaptāciju ietekmē ne tikai atmosfēra grupā, pedagogi un vienaudži, bet arī vecāki. Balsoties uz izteikumu D.Kājiņas un I. Aunītes adaptācijas perioda norise daudz atkarīga no vecāku izjūtas. Adaptācija noris veiksmīgāk un labvēlīgāk, ja

- vecāki samīļo bērnu, nerausta, nesteidzina;
- vecāki aktīvi un patiesi piedalās bērna dzīvē (palīdz sagatavoties dažiem pasākumiem, vai notikumiem)
- vecāki darbojas kopā ar bērnu, iesaista pieaugušo darbība;
- vecāki atbalsta bērna radošo darbību. (*D.Kājiņa un I.Aunīte,2006,63*)

Jo mierīgāka mamma un tētis izturas pret pirmsskolas izglītības iestādes apmeklējumu, jo drošāk jūtas bērns nepazīstamā kolektīvā.

1.4. Ģimenes un pedagogu loma labvēlīgai adaptācijai

Bērna labvēlīgā adaptācija bērnudārzā daudziem apstākļiem ir atkarīga no mikrovides. Mikrovide ir tuvākā bērna apkārtnē (vecāki, radnieki, kaimiņi, pedagogi, draugi u.c.). Lai bērns varētu pēc iespējas ātrāk un bez sāpēm pielāgoties, ģimenei ir jāgatavo viņu iestāšanās bērnudārzā. Plānveida gatavošanās bērnudārzam pirmajā kārtā norāda uz vecāku gatavību pieņemt jaunu bērna sociālo lomu.

1. Mājās ar bērnu iepriekš notiek sarunas, kuru mērķis ir pozitīvs noskaņojums uz bērnudārzu. Ja vecāks tic, ka bērnudārzs ir vislabākā vieta uz zemes, tad tiks uzskatīts arī bērns, lai pagaidām iekšējo sajūtu līmenī;
2. Iepriekš paplašinās bērna teritoriālā un sociālā pieredze (pastaigas spēļu laukumā, iespēja mācīties pašam un atrast izeju no konflikta situācijas, kopā spēlēt, lūgt un dot rotaļlietas);
3. Mājas režīms maksimāli tuvojas režīmam bērnudārzā, lai bērns ātrāk pieradis tam.

Kad bērns ieradās bērnudārzā:

1. Obligāti jāievēro adaptācijas grafiks, tas ir, īslaicīgas uzturēšanās režīms bērnudārzā, sākot ar 2 stundām;
2. Bērnā adaptācijas periodā ir nepieciešams atbalsts no vecākiem, siltums un rūpes, iecietība pret kaprīzēm;
3. Svarīgi, lai vecāki būtu pārliecināti par pedagoga labu attieksmi pret bērnu, ir jutuši pedagoga kompetenci audzināšanas jautājumos, bet galvenais – novērtēt viņa personiskās īpašības (rūpīgums, uzmanība pret cilvēkiem, laipnību).

Pedagogu un vecāku sadarbība palīdz noskaidrot katra bērna individuālās īpatnības un atvieglot bērnu pieraduma procesu bērnudārzā. Pirmajai iepazīšanās ar audzinātājiem un bērniem jānotiek labvēlīgā, pozitīvā emociju piesātinātā vidē. Turklāt ir nepieciešama abu grupu un bērnu vecāku klātbūtne. Pēc jauna bērna ierašanās kolektīvā notiek spēļu sērija, kas nostiprina bērnu atmiņā informāciju par jauno kolektīva biedru. Pedagogam ir nepieciešams visa adaptācijas perioda laikā spēlēt ar bērniem dažādās spēlēs, censties ieviest jebkuros režīma momentos spēli (jo tā ir bērna pamatdarbība). O.G. Zavodčikova iesaka šajā laika posmā izmantot šādas spēles prasības:

1. spēli atkārtoti dienas laikā vairākas reizes;
2. jaunās spēles ieviešanā pazīstamas spēles atkārtoti;
3. pazīstamas spēles situācijas ietver sadzīves procesos;

4. spēles un sadzīves procesi katru dienu papildina ar negatīvu emociju bremsēšanas paņēmieniem;
5. katras spēles veicināšana katram bērnam tiek organizēta individuāli, pēc atkārtojumu skaita;
6. ikdienā, lietojot spēles, ņem vērā bērna stāvokli konkrētajā mijiedarbības brīdī, tāpēc iespējams atgriezties pie spēlēm, kuras iepriekš tika apgūtas. (O.G.Zavodčikova,2007,48).

Pirmskolas izglītības sadarbība ar ģimeni ir pedagogu sadarbība ar vecākiem, tā ir vērsta uz audzinošu ietekmes vienotību un saskaņotību. L. Belkina piedāvā izmantot šādas bērnudārza darba formas ar ģimeni:

1. sarunas;
2. anketas;
3. vecāku sanāksmes;
4. izstādes;
5. pedagogu apmeklējums mājās
6. konsultācijas;
7. vecāku klātbūtnē grupā adaptācijas perioda.

2. PIRMSSKOLAS UN VECĀKU SADARBĪBAS FORMAS SADARBĪBAS NEPIECIEŠAMĪBA

2.1. Sadarbības nepieciešamība

Sadarbība ir saziņa “uz vienlīdzīgiem”, kur nevienam nepieder privilēģija norādīt, kontrolēt, novērtēt, vajadzības gadījumā viens otru atbalsot. (Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, 2000, 151) Mijiedarbība ir veids, kā organizēt kopīgu darbību, kas notiek ar sazināšanos. Bērnudārzs un ģimene cenšas radīt vienotu bērna attīstības telpu.

Sadarbība ar ģimeni ir svarīgs izglītības sistēmas uzdevums. Tieši ģimene un ģimenes attiecības ir katras izglītības programmas “palīgs”. Nepieciešama sadarbība un pēctecība starp bērnudārzu un ģimeni. Bērns bieži atrodas starp šīm divām svarīgākajām audzināšanas institūcijām, iekļūstot pretrunīgo prasību pasaulē, kas ietekmē viņa emocionālo un psiholoģisko attīstību.

Pedagogu un vecāku sadarbība ir galvenais un noteicošais faktors bērna adaptācijā. Vecāku sadarbība ar pedagogiem ir vēlme saprast un uzzināt, kā palīdzēt savam bērnam adaptācijas periodā, stiprināt saikni ar savu bērnu, iesaistās bērnudārza dzīvē un veidot pareizo un labvēlīgu attieksmi ar pedagogiem tālākai darba veikšanai. Pedagoģa un ģimenes sadarbība pirmsskolā tiek veikta tāda veida:

1. iesaistīt vecākus pedagoģiskajā procesā;
2. organizēt atklātas nodarbības, kurus var apmeklēt bērnu vecāki;
3. paplašināt vecāku līdzdalības jomu iestādes dzīvē;
4. sagatavojot informācijas materiālus;
5. piedāvāt dažādas programmas bērnu un vecāku kopējai darbībai (svētki, koncerti un nodarbības);
6. ievērot bērnu intereses, izstrādāt saprašanu un pateicību bērnu audzināšana.

Sadarbība ar vecākiem ir dažādu cilvēku saskarsmes process, kas ne vienmēr norit gludi. Protams, jebkurā bērnudārzā var rasties problēmsituācijas pedagogu un vecāku savstarpējās attiecībās. Svarīgs moments problēmsituācijas rašanās novēršanā ir pedagoga personiskās kontakta noteikšana ar vecākiem, ikdienas informēšana par to, kā bērns pavadījis dienu, ko iemācījies, kādus panākumus sasniedzis. Informācijas trūkums rada vecākam vēlmi saņemt to no citiem avotiem, piemēram, no citiem vecākiem, grupas bērniem. Šāda informācija var radīt izkropļotu raksturu un radīt konflikta situāciju. Principi, uz kuru pamata tiek būvēta pedagogu un vecāku saskarsme, pirmkārt - saskarsme uz dialoga pamata, atklātums, atklātums saskarsmē, atteikšanās

no kritikas un komunikācijas partnera vērtējuma. Pedagogu un vecāku komunikācijas organizācijas izglītojošās formas veicina vecāku uzskatus par bērna audzināšanu ģimenes apstākļos. Vecāku un pedagogu rīcības koordinācija, pieeju tuvināšana bērna individuālajām īpašībām ģimenē un pirmsskolas iestādē ir atslēga uz strauju bērna pierašanu pie skolotāja, vienaudžiem un dzīves apstākļiem grupa. Vienotas vecāku un skolotāju prasības veidojas pirmsskolas izglītības iestādes un ģimenes mijiedarbības procesā.

2.2. Sadarbības formas un metodes

Bērnudārza un ģimenes mijiedarbība ir savstarpējā saistība pedagogi, audzēkņi un vecāki viņu kopdarbības un saskarsmes procesā. Tā rezultātā tiek attīstītas visas puses. Tātad mijiedarbība pirmsskolas iestādes un ģimenes - visu šā procesa dalībnieku attīstības avots un svarīgs mehānisms. Ir svarīgi atrast tādu veidu, kā sazināties ar ģimeni, iespējama savstarpēja saprašanās, savstarpēja palīdzība sarežģītu audzināšanas, apmācības un bērnu attīstības korekciju risināšanā. Darbs ar vecākiem ir jāveido, pieturoties pie šādiem posmiem:

1. Darba satura un formu pārdomāšana ar vecākiem. Ir svarīgi ne tikai paziņot vecākiem ko bērnudārzs grib darīt ar viņa bērnu, bet arī uzzināt, ko viņš gaida no bērnudārza. Saņemtie dati ir jāizmanto turpmākai darbībai;
2. Nodibināšana starp audzinātājiem un labvēlīgu attieksmi pret nākotnes sadarbības;
3. Vecāku pilnīgāka tēla veidošana un pareiza uztvere ar zināšanām, informāciju, kas nav iespējama iegūt ģimeni un kuri ir pārsteigti un interesanti;
4. Pedagoģa iepazīšanās ar ģimenes problēmām bērna audzināšanā;
5. Pedagoģa iepazīšanās ar ģimenes problēmām bērna audzināšanā. Kopīga ar pieaugušo izpēti un bērna personības veidošanu. Šajā posmā ir paredzēts konkrēts darba saturs, tiek izvēlētas veidlapas sadarbība.

Visas darba formas ar vecākiem iedalās:

1. kolektīvās (masveida), individuālās un vizuālās informācijas;
2. tradicionāli un netradicionāli.

Kolektīvās (masveida) formas nozīmē darbu ar visu vai lielāko pirmsskolas grupas vecāku sastāvu. Tie ir pedagogu un vecāku kopīgie pasākumi, daži no viņiem paredz arī bērnu.

Individuālās formas ir paredzētas diferencētam darbam ar audzēkņu vecākiem.

Uzskatāma- informatīva - spēlē pastarpinātās saskarsmes lomu starp pedagogiem un vecākiem.

T.V. Krotova pārstāv pedagoģisko sadarbības ar ģimenēm, četrām formu grupām: informatīvi analītisku; izziņas; uzskates informācijas; brīvā laika.

Sazināšanās organizācijas informatīvo formu pamatuzdevums ar vecākiem - visa nepieciešamā informācija, datu apstrāde un izmantošana par katra audzēkņa ģimeni, ģimenē attieksme pret bērnu, prasījumiem, interesēm, vecāku vajadzībā. Balstoties tikai uz šo informāciju, pedagogs var veikt individuālu, personisku orientētu pieeju bērnam dārza apstākļos. Izglītojošās saskarsmes formas organizācijas pedagogiem ar vecākiem ir nepieciešama tieši pedagogu iepazīstināšanai ar psiholoģiskas vecuma attīstības bērna īpatnībām, racionāliem paņēmieniem un audzināšanas metodēm, lai veidotu praktiskas iemaņas. Saskarsmes organizācijas formas starp vecākiem un pedagogiem uzdevums ir, lai vecāki iepazīstinās ar visiem nosacījumiem, metodēm bērnu audzināšanās principiem pirmsskolas organizācijas apstākļos. Šī forma dod iespēju pareizi un objektīvi novērtēt pedagoga darbību. Organizācijas brīvās formas ir aicinātas noteikt siltas un patīkamas attiecības starp pedagogiem un vecākiem, kā arī uzticamākas un draudzīgākas attiecības starp bērniem un viņu vecākiem.

N. V. Mihailova noteica šādas tradicionālās pedagoģiskās sadarbības formas ar ģimenēm pirmsskolas iestādes apstākļos:

1. ārpus pirmsskolas izglītības: skolas vecākiem; pedagoģisko zināšanu universitātēm u.c;
2. bērndārza iekšienē: vispārīgas un grupas vecāku sapulces, konsultācijas un sarunas.

Pirmsskolas iestādes un ģimenes sadarbība ir savstarpējs process, kas paredz, ka vecākiem ir atbildība, bet audzinātājiem – pedagoģiskā procesa ģimenes ievirze, kurš bērnu izskata vienotībā ar ģimeni. Pedagogu saskarsmes procesa būtība ar vecākiem ir tāda, ka abām pusēm jābūt ieinteresētām bērna sekmīgai adaptācijai jauniem apstākļiem.

2.3. Vecāku un pedagogu veiksmīga sadarbība bērnu adaptācijai

Lai optimizētu adaptācijas procesu, audzinātāja var izmantot: sarunas ar vecākiem; anketēšana; bērna novērošana; jaunattīstības spēles. Ziņas par bērnu audzinātāja saņem pēc sarunas procesā ar vecākiem, kā arī bērna novērojumu gaitā no brīža, kad viņu ieņem bērnudārzā. Jau pirmajos novērojumos audzinātājs var iegūt pietiekami svarīgu informāciju par bērna “problemātiskumu”, viņa temperamentu, interesēm, saskarsmes īpatnībām ar pieaugušajiem un vienaudžiem u.tml. Sarunas gaitā ir svarīgi, lai audzinātāja ir nodibinājis kontaktu ar vecākiem, palīdzējis noņemt bērnu trauksmi, informētu par adaptācijas perioda norisi, orientētu uz aktīvu sadarbību.

Bērnu adaptācijas sekmīgums pirmsskolas izglītības iestādē lielā mērā atkarīgs no audzinātāja, viņa pedagoģiskās pozīcijas un arodbiedrību attieksmes. Izglītības un ģimenes vides kopīga ietekme uz bērna adaptācijas un attīstības procesu ir svarīgs nosacījums viņa personīgā potenciāla paaugstināšanai un dzīves stila izrobošanai. Balsoties uz Kosjtaka izteikumiem darbs ar vecākiem ietver šādus faktorus:

1. psiholoģiskais un pedagoģiskais apmeklējums
2. semināru vai sapulču veikšana, kur aptaujas aktuālie jautājumi par bērnu attīstības posmiem;
3. ģimenes konsultācija. (*T.V.Kostjak,2008,129*)

Tādējādi bērna pielāgošanās bērnudārzam ir adaptācija pirmām ģimenēm. Ja vecāki uzticēs bērnudārza darbiniekiem, bērna adaptācija noritēs ātrāk un vieglāk, bet vecāki būs pārliecināti, ka audzinātājs vienmēr palīdzēs viņiem risināt pedagoģiskās problēmas un tajā pašā laikā nekaitēs. Pedagoģis to apliecina ar savām darbībām: laipni vēršas pie mazuļa, dod rotaļlietu, uzslavē viņa tērpu, rāda kaut kas interesantu grupā. Šajā gadījumā var izmantot bērnu audzināšanas algoritmu bērnudārzā, ko piedāvā I. Lapina:

1. solis - bērna ierašanās kopā ar vecākiem tikai pastaigā;
2. solis - bērna ierašanās kopā ar vecākiem brīvā spēles darbības laikā;
3. solis - bērns paliek viens uz 1 -2 stundām pastaigas laikā vai brīvas spēles darbības laikā;
4. solis - bērns brokasto vecāku klātbūtnē un paliek viens uz 2 -3 stundām;
5. solis - bērns paliek viens no brokastīm līdz pusdienām;
6. solis - bērns paliek miegā, bet uzreiz pēc miega viņu aizņem vecāki;
7. solis - bērns paliek viens uz visu dienu.

Nepieciešamais adaptācijas nosacījums - vecāku un audzinātāju darbību saskaņotība. Vēl pirms bērna iestāšanās grupā audzinātājiem jāuzstāda kontakts ar ģimeni. Savukārt vecākiem rūpīgi jāieklausās pedagoga padomē, jāpieņem viņas konsultācijas, novērojumi un vēlējumi. Ja bērns redz labas, labvēlīgas attiecības starp saviem vecākiem un audzinātājiem, viņš daudz ātrāk pielāgojas jaunajā vidē.

3. PĒTĪJUMS PAR ĢIMENES UN PIRMSSKOLAS SADARBĪBU

3.1. Pētījuma metodika un organizēšana

Pētījums notiks Salaspils novada, Salaspils pirmsskolas izglītības iestāde „X”. Pētījuma mērķis ir izpētīt un analizēt bērna labvēlīgas adaptācijas nosacījumus pirmsskola un vecāku sadarbība ar pirmsskolas izglītības iestādi un pedagogiem, bērna adaptācijas procesa. Šajā pētījumā, lai sasniegtu izvirzīto mērķi tika izmantotas dažādas metodes: anketēšana, pedagoģiska novērošana, sarunas ar vecākiem un pedagogiem. Šis pētījums notiek tāpēc, ka bērniem ļoti grūti un sāpīgi padodas adaptācijas process un adaptēties cita vidē, lai bērnam būtu vieglāk un labāk adaptēties pirmsskolas izglītības iestādē ir nepieciešama vecāku un pedagoģu sadarbība.

Pētījumam par adaptācijas procesa norisi vidējā pirmsskolas vecumā ir izvēlēta Salaspils pirmsskolas izglītības iestāde “X” bērnu grupa, grupu apmeklēja 23 bērnu, bet darba autore pētīja 11 no tiem. Šie 11 bērni atbilda pētāmajam vecumposmam 3-4 gadi. No šiem bērniem 8 ir zēni un 3 ir meitenes. Pētījuma laiks ir no 2021. gada septembra līdz 2021 gada novembrim.

Lai praktiski izpētītu 3-4 gadus vecu bērnu adaptāciju pirmsskolas izglītības iestādē, tika izmantotas sekojošais plāns:

- bērnu novērošana adaptācijas laikā;
- vecāku anketēšana;
- diskusija ar pedagogiem un vecākiem;
- iegūto novērojumu informāciju analīze.

Novērošana ir viena no visizplatītākajām pedagoģisko pētījumu metodēm. To plaši lieto pedagoģiskajā praksē. Tā palīdz pedagogam iepazīt savus audzēkņus tiešas uztveres ceļā. Novērojot bērnu, var iegūt informāciju par viņa attīstību, uzvedību un emocionālo stāvokli, kā arī bērna raksturojumu. Vērojot bērnu pedagogs mēģina atrast īpašu pieeju konkrētam bērnam un tad cenšas atvieglot adaptācijas procesa norisi, ja tas ir nepieciešams.

Vecāku anketēšana. Anketas ir viena no ērtākajām un biežāk izmantotajām datu iegūšanas metodēm. Lai noskaidrotu nepieciešamu un svarīgu informāciju par bērniem, kas vajadzīga kvalitatīvai adaptācijas procesa izpētei, tika izveidota anketa vecākiem. Atkarībā no informācijas iegūšanas veida var būt dažādi anketēšanas tipi: atlases un vispārējais (*Albrehta, 1999, 67*). Praktiski pētnieciskajā daļā tika izmantota vispārējā anketēšana, anketējot visu bērnu vecākus, kuri apmeklē pirmsskolas grupu. Visi jautājumi tik izstrādāti atsaucoties uz iepriekš izanalizēto psiholoģisko un pedagoģisko literatūru par adaptāciju.

Diskusija ar pedagogiem un vecākiem. Pārrunas ir kā informācijas ieguves avots, parasti darbojas ar citām psiholoģiski pedagoģiskajām pētīšanas metodēm: ar anketēšanu, novērošanu, darbības rezultātu analīzi u.c. Gatavojoties pārrunām, nepieciešams izvēlēties mērķtiecīgus jautājumus, ko pedagogs iecerējis uzdot pārrunas laikā. Pārrunas tika izmantotas informācijas ieguvei ar vecākiem ikdienas situācijās. (*Albrehta, 1999, 71*). Saruna ir vienkāršākais un ātrākais informācijas nodošanas veids. Sarunā vienmēr ir skaidri redzama cilvēka pozīcija, viņa jūtas un emocijas.

Pētījumā posmi:

- Pētījumā pirmajā posmā balsoties uz bērnu novērojumiem un vērtēšanu, tiek atspoguļots bērna adaptācijas periods.
- Pētījumā otrajā posmā tiek veiktie vecāku anketēšana, notiek vecāku konsultācijas un pārrunas par bērnu adaptācijas sekmēšanu, kā arī tiek veiktie novērojumi par bērnu adaptācijas pirmsskolas iestādes.
- Pētījumā trešajā posmā tiek veikta iegūtas informācijas un datu apstrāde, lai precīzi izstrādāt ieteikumus vecākiem un pirmsskolas pedagogiem, ka labāk sekmēt bērnu adaptācijas procesu pirmsskolas izglītības iestāde.

3.2. Pētāmas grupas raksturojums un izstrāde

Pētījumu par bērnu adaptācijas procesu darba autore veica Salaspils pirmsskolas izglītības iestāde “X” darba autores grupas, kur uzsāka mācības 23 bērni (17 zēni un 6 meitenes) vecumā no 3 līdz 4 gadi.

Izvēlēti tādi vērtēšanas kritēriji, kā – emociju atpazīšana, pašvērtējums, sadarbības prasmes ar grupas biedriem un pedagogiem, grupas noteikumu ievērošana. Visi rezultāti tiek atspoguļoti tabula. (Skat. 3.1.tabula „Bērnu personības attīstība”)

3.1 tabula „Bērnu personības attīstība”

BĒRNU VĀRDS	BĒRNU SOCIĀLI-EMOCIONĀLO PRASMJU ATTĪSTĪBAS NOVĒROŠANAS KRITĒRIJI					
	<i>Emociju atpazīšana</i>	<i>Pašvērtējum</i>	<i>Saskarsmes ar grupas biedriem</i>	<i>Saskarsmes prasmes ar pedagogiem</i>	<i>Grupās noteikumu ievērošana</i>	<i>Kopā</i>
Anastasija	3	3	3	3	3	15
Bogdans	2	2	3	2	2	11
Sergejs	1	0	1	1	0	3
Arsenijs	1	2	2	2	2	9
Anna	2	2	2	3	3	12
Marija	3	3	3	3	3	15
Dāmiris	1	0	2	1	0	4
Staņislavs	2	2	1	1	0	6
Ričards	1	1	1	3	2	8
Vlads	2	3	2	3	3	13
Kirills	2	1	2	2	3	10

Vērtēšanas kritēriji: 3 - labi; 2-dāļēji, 1- vāji , 0-nespēj.

Pamatojoties uz izstrādātajiem kritērijiem, tika izveidota tabula, pēc kuras autore izstrādāja sekojošas vērtēšanas pakāpes:

- 10-15 punkti – viegla adaptācijas pakāpe;
- 5-9 punkti – vidēja adaptācijas pakāpe;
- 1-4 punkti – smaga adaptācija pakāpe.

Anastasija 3.5 gadi, ļoti gudra un aktīva meitene. Spēj atpazīt un izjūt emocijas, bez pedagoga palīdzības. Viņa droši pauž savas domas un nebaidās izteikt savu viedokli. Sazinās ar citiem bērniem bez agresijas, prot savaldīt dusmas, problēmu gadījumā vēršas pēc pedagoga palīdzības. Visas grupas noteikumus kārtīgi ievēro.

Bogdans 3 gadi, mierīgs un kluss puika, spēj atpazīt emocijas ar pedagoga palīdzību. Dažreiz viņam grūti izteikt savas domas, bet ar atbalstu viņam izdevās izteikt savas domas. Sazinās ar citiem bērniem bez jebkādas agresijas, pagaidām grūti lūdz palīdzību pedagogam. Grupas noteikumus ievēro, bet dažkārt neievēro, taču cenšas labot kļūdas.

Sergejs 3 gadi, nemierīgs un kautrīgs zēns, vienmēr klusē un baidās izteikt savas domas, emocijas neatpazīst. Pret citiem bērniem kontaktē ar agresiju, nemāk palūgt pedagogu ja ir nepieciešams. Grupas noteikumus neievēro, pedagoga prasības ignorē.

Arsenijs 3 gadi, kautrīgs puika, emocijas nespēj atpazīt, nav intereses. Dažkārt bērnam grūti izteikt savas domas, taču ar atbalstu viss izdevās. Ar grupas biedriem daļēji sazinās, agresijas nav, dusmas arī. Saskarsme ar pedagogiem arī daļēja, vilcinās lūgt palīdzību. Grupas noteikumus ievēro, bet ne vienmēr.

Anna, 4 gadi, laipna un jautra meitene, spēj atpazīt emocijas, bet nepieciešams atbalsts un pedagoga palīdzība. Bērns ir drošs, bet dažkārt nepieciešams pedagoga atbalsts, lai izteikt savu viedokli. Saskarsme ar grupas biedriem laba, bet ne izcili, ir kautrības, uzvedības problēmu nekādu nav. Uz pedagoga aizrādījumiem reaģē ar dusmām, bet cenšas atvainoties un izlabot kļūdas.

Marija, 4 gadi, smaidīga un atvērta meitene, bez pedagoga palīdzības spēj atpazīt emocijas. Savu viedokli un domu izteikt nebaidās. Saskarsme ar visiem bērniem ir laba, lieto paškontroli. Labas attīstības ar pedagogiem, nav nekādas agresijas un dusmu izpausmes.

Dāmiris, 3 gadi, bērns vispār neprot izteikt savas domas, emocijas neatpazīst. Dienas laikā uzvedas sevi klusi, bet īpaši nekādas emocijas viņš nerāda. Ir kautrības sazināties ar citiem bērniem un lūgt palīdzību.

Staņislavs 4 gadi, aktīvs un jautrs puika, spēj lieliski atpazīt emocijas, bet ar skolotājas palīdzību, mazliet baidās un uztraucas. Ar skolotājas iedrošinājumiem izdevās izteikties. Ar grupas biedriem ir problēmas, bērns nespēj kopā spēlēt, diezgan agresīvi pret viņiem izturas.

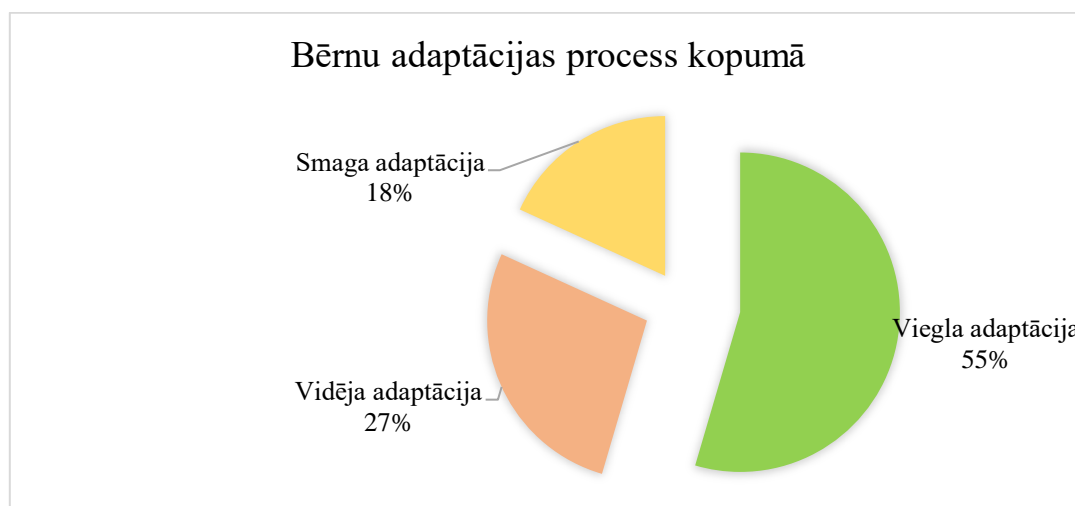
Ričards 3.5 gadi, noslēgts puika, nav intereses atpazīt emocijas, nereaģē uz pedagoga iedrošinājumiem. Saskarsme ar bērniem ir vāja, dod priekšroku spēlēt viens pats, sākas histērijas ja kaut kas traucē spēles laikā.

Vlads 4 gadi, aktīvs, jautrs un gudrs puika. Spēj atpazīt emocijas bez skolotājas palīdzības, savas domas nebaidās izteikt. Ar grupas biedriem spēlējas ar prieku un interese, nekādas problēmas nav.

Kirills 3 gadi, ļoti baidās izteikt savas domas. Ar skolotāju palīdzību un iedrošinājumiem spēj atpazīt un nosaukt emocijas. Ar grupas biedriem diezgan vāji komunicē.

Analizējot bērna personības attīstības līmeni, autore var secināt, ka bērnu kopīga personības attīstība ir ļoti laba un tie bērni veiksmi adaptējas un ar prieku grib uzzināt kaut ko jaunu, iesaistīties rotaļās, komunicēt viens ar otru un ar pieaugušiem. Bērnā jāattīsta un jānostiprina pozitīva attieksme pret pieaugušajiem un citiem cilvēkiem, jācenšas panākt, lai bērni apgūtu elementāros uzvedības noteikumus, lai izprastu, ko drīkst darīt, ko nedrīkst darīt.

Bērnā jāattīsta prasme būt atbildīgam par uzdoto, iesākt pabeigto līdz galam un pārvarēt grūtības atbilstoši bērna spēkiem.



3.1. att. "Adaptācijas process kopumā"

Novērojot bērnus viena mēneša laikā, darba autore var secināt, ka no viesiem grupas dalībniekiem samērā viegla adaptācija ir bijusi – 55%, vidēja adaptācija - 27% un smaga adaptācija 18%. Rezultāti ir atspoguļoti diagramma. (Skat. 3.1. attēlu "Bērnu adaptācijas process kopumā")

3.3. Pētāmās mērķauditorijas apraksts adaptācijas procesā

Lai pētītu un analizētu bērna adaptācijas norisi pirmsskolā, autore izstrādāja šādus kritērijus:

1. viegla adaptācija,
2. vidēji adaptācija,
3. smaga adaptācija.

Katram adaptācijas posmiem, tika izstrādāti šādi nosacījumi:

1. Vieglas adaptācijas nosacījumi:
 - 1.1. Bērns ar prieku un labu garastāvokli apmeklē pirmsskolas izglītības iestāde;
 - 1.2. Viegli un bez histērijām atvedas no vecākiem;

- 1.3. Dienas laikā ir aktīvs un darbaspējīgs;
 - 1.4. Labprāt spēlējas kopā ar saviem grupas biedriem;
 - 1.5. Nav apetītes un miega traucējumu.
2. Vidējas adaptācijas nosacījumi:
 - 2.1. Bērns apmeklē pirmsskolas izglītības iestāde bez īpašas gribas un labu noskaņojumu;
 - 2.2. No vecākiem atvedas vidējie viegli, nedaudz rauda;
 - 2.3. Dienas laikā ir uzvedības nestabilitāte;
 - 2.4. Neizrāda lielu iniciatīvu spēlēs kopa ar grupas biedriem;
 - 2.5. Dažreiz guļ dienas miegu, vidēja apetīte.
 3. Smagas adaptācijas nosacījumi:
 - 3.1. Bērns negrib apmeklēt pirmsskolas izglītības iestāde;
 - 3.2. No vecākiem atvedas ar histērijām, asarām un kliegšanu;
 - 3.3. Dienas laikā ir uzvedības traucējumi, dusmīgs un nespējīgs;
 - 3.4. Nav intereses spēlēties kopā ar saviem grupas biedriem;
 - 3.5. Dienas miegu neguļ, apetītes nav.

Visā adaptācijas perioda autore seko bērna emocionālas un veselības stāvoklim, miegam un apetītei, sadarbībai ar grupas biedriem, dienas aktivitātēm. Tabulā parādīti sākotnējie bērnu rezultāti no septembra mēneša. (Skatt.3.2. tabula “Adaptācijas process bērniem”)

3.2. tabula “Adaptācijas process bērniem”

BĒRNU VARDI	KRITĒRIJI				ADAPTĀCIJAS VEIDS
	<i>Bērna emocionālais un veselības stāvoklis</i>	<i>Miegs un ēstgriba</i>	<i>Sadarbība ar grupas biedriem</i>	<i>Dienas aktivitātes</i>	
Anasatasija	No rītas bērns viegli atvedas no vecākiem, histērijas nekādas nav. Uz	Apetīte ir brīnišķīga, bērns ēd visu, kas viņām garšo.	Izrāda interesi spēlēties ar citiem bērniem. Saziņa ar bērniem ir	No rītiem ar prieku piedalās nodarbībās, visus darbus dara rūpīgi	Vieglais adaptācijas veids. Šī bērna adaptācija ilga apmēram nedēļu. Bērns

	<p>pirmsskolas iestādi viņa nāk ar labu noskaņojumu, tas nemainās visas dienās garumā. Veselības stāvoklis bērnam ir labs, hronisku slimību nav, visa novērošanas periodā slimo tikai vienu reizi.</p>	<p>Miega laikā ātri un cieši aizmiegs.</p>	<p>draudzīga, atvērta.</p>	<p>un cītīgi. Pa dienu viņa spēlē un zīmē, citas aktivitātes apmeklē ar prieku (mūzika, sports, ritmika). Ļoti gudra un aktīva meitene</p>	<p>ātri pielāgojās, uzvedībā nav ārēju izmaiņu, bērns aktīvi un ar prieku piedalās aktivitātēs un spēlēs.</p>
Arsenijs	<p>Lēni pierod pie atšķirtības no māmiņas, iestādi apmeklē līdz gulēt iešanai, no rīta ir neliela histērija, grupa aizmirst par rīta slikto garastāvokli.</p>	<p>Apetīte ir atkarīga no garastāvokļa, dažreiz ēd, un dažreiz nē.</p>	<p>Saziņa ar citiem bērniem tieši atkarīga no noskaņojuma. Dažās dienās viņam patīk spēlēties ar visiem, un dažās dienās viņš dod priekšroku spēlēt vienam</p>	<p>Viņš ar interesi piedalās visās nodarbībās, patīk mācīties un darīt jaunumus. Viņš ir diezgan nemierīgs par vietas maiņu, jūtams satraukums.</p>	<p>Vidējais adaptācijas veids. Adaptācijas process notiek diezgan lēni, bērnam ir noskaņojuma nestabilitāte un šķiršanas no matēs notiek sāpīgi.</p>
Anna	<p>Jautra, patstāvīga un</p>	<p>Dažreiz viņa guļ un</p>	<p>Ļoti klusa, pirmā uz</p>	<p>Uzmanība un interese</p>	<p>Vieglais adaptācijas</p>

	bez problēmām apmeklē pirmsskolu, bet dienas laikā ir nestabilais garastāvoklis.	dažreiz neguļ. Zema apetīte, atkarībā no garastāvokļa un vēlmēm	kontakta ar citiem bērniem, neiet. Ja kāds viņai tuvojās, viņa spēlējās ar prieku. Ir ļoti draudzīga un laipna pret citiem bērniem.	nodarbības laikā ir atkarīga no noskaņojuma, reizēm aktīvi piedalās nodarbībās, un reizēm neizrāda interesi.	veids. Adaptācijas process ilgst apmēram nedēļu. Bērnam nebija paredzētas nekādas īpašas uzvedības izmaiņas, tikai nestabils garastāvoklis, bet pēc apmēram nedēļu viss normalizējās, apetītē un miegs arī.
Marija	No pirmās dienas meitene apmeklē bērnudārzu bez asarām un negatīvam reakcijām uz pirmsskolu.	Labs miegs. Bērns ātri un bez problēmām aizmiga, miegas laikā maz pamodās.	Aktīvi spēlējās ar visiem bērniem. Interese ir komunicēt ar visiem grupas bērniem. Ļoti mierīga, smaidīga un draudzīga.	Radoši un ar prieku piedalās nodarbībās. Ļoti gudra meitene, patīk izteikt savas domas.	Vieglais adaptācijas veids. Bērns ātri un bez problēmām pielāgojas, nekādas izmaiņas ar uzvedību, miegu, ēšanu un veselību nebija.
Bogdans	Bērns nāk uz pirmsskolu ar	Miegas laikā vispār nepamodās,	Ar grupas biedriem spēlējās, bet ļoti	Aktīvi piedalās nodarbībās,	Vieglais adaptācijas veids.

	labu noskaņojumu. Šķiršanas ar mammu notiek bez histērijām, mierīgi un bez problēmām	aizmīga ātri un bez problēmām. Apetīte bērnam ir laba, ēd visu.	kluss un noslēgts puika. Nekādas uzvedības problēmas nav.	bet sakara ar to, ka bērns ir ļoti kautrīgs, pirmās nedēļas viņam bija grūti izteikt savu domu.	Adaptācijas laikā bērnam nebija nekādas problēmas. Bērns ātri un nesāpīgi pielāgojas jaunajiem apstākļiem.
Dāmiris	Bērns nāk uz pirmsskolu bez garastāvokļa, Ar liela histērijām atvedas no vecākiem, dažreiz kliez.	Viņš ēd selektīvi, apetīte vāja. Miega laikā viņš nevar aizmigt ilgu laiku, periodiski pamostas.	Diezgan noslēgts un nekomunikabls.	Nodarbībās nepiedalās, nav intereses kaut ko darīt. Pa dienu viņš bieži jautā, kad atbrauks mamma.	Smags adaptācijas veids. Bērnam ļoti grūti palāgoties. Adaptācijas laiks norit ilgi un sāpīgi.
Sergejs	Nav vēlmes iet uz bērnudārzu, visu dienu staigā nomākts un bez garastāvokļa. Ik pa laikam slimo.	Neko neēd, miega laikā neguļ un traucē citiem	Nav kontakta ar citiem bērniem. Izvēlas rotaļlietas un neprot sazināties ar vienaudžiem. Ir dusmīgs un agresīvs pret citiem bērniem	Nav intereses piedalīties nodarbībās, visu dara bez iniciatīvas un piepūles.	Smags adaptācijas veids. Adaptācijas periods vēl nav beidzies, bērns neapmeklē iestādē 2 mēnešus, daudz slimo. Ir uzvedības problēmas – agresīvs pret citiem bērniem

					Nodarbības laikā intereses nekādas nav, var traucēt bērnus.
Ričards	No rīta uz iestāti bērns nāk bez garastāvokļa, pa dienu nedaudz uzlabojas.	Apetīte ir atkarīga no garastāvokļa . Miegas laikā ļoti ātri aizmīga, problēmas nav.	Labprāt dod priekšroku spēlēt ar vienu pats.	Aktīvi piedalās nodarbības, bet sakara ar to, ka bērns ir ļoti noslēgts, pirmās nedēļas viņam bija problēmas ar runāšanu.	Vidējais adaptācijas veids. Ik pa dienām bērnam bija nestabils garastāvoklis, bet kopumā adaptācijas laikā bērnam nebija paredzētas uzvedības traucējumus.
Vlads	Bērns nāk uz pirmsskolu ar labu noskaņojumu, dienās laikā viņā neminās. Šķiršanas no mātes notiek viegli.	Labs miegs un apetīte.	Ar grupas biedriem paredzētas problēmas nekādas nebija.	Ar prieku iesaistās nodarbības. Patīk uzzināt daudz jauna, visi uzdevumi pilda ļoti rūpīgi un uzmanīgi.	Vieglais adaptācijas veids. Bērns viegli un bez problēmām adaptējas. Adaptācijas laiks ilgst apmēram 7 nedēļas, nekādu uzvedības problēmu nebija.
Kirills	Šķiršanas no matē notiek nesāpīgi un bez	Problēmas ar miegu un apetīte nebija.	Ar grupas biedriem spēlējās, bet	Patīk iesaistīties nodarbībā, ļoti liela	Vieglais adaptācijas veids. Bērnam nebija

	histērijām. Uz iestādi bērns nāk ar labu noskaņojumu.		ļoti kluss un noslēgts puika.	interese pret jauniem darbiem	paredzētas nekādas ārējas uzvedības traucējumus. Adaptācijas laiks ilgst apmēram 7 dienas.
Staņislavs	Uz pirmsskolas iestādi viņš nāk ar labu noskaņojumu, tas nemainās visas dienās garumā.	Apetītes traucējumu nav, bērnam ir laba apetītē. Ar miegu pirmās dienās bija problēmas – bērns vispār negribēja gulēt.	Pirmajā nedēļā ar bērniem komunikācija vispār nebija, bet pēc pāris dienām komunikācija pamazām uzlabojās	Radoši un ar prieku piedalās nodarbības.	Viegls adaptācijas veids. Bērns viegli un bez problēmām adaptējas.

Pēc autores novērojumiem vieglas adaptācijas periods ilga apmēram 7 dienas. Šajā laikā bērniem bija nelieli miega un apetītes traucējumi, kas ātri atgriezās normālā stāvoklī. Bērnu emocionālais stāvoklis ātri stabilizējās, sāka uzlaboties attiecības ar vienaudžiem un pieaugušajiem. Bērni, kuri labi pielāgojas pirmsskolām, sāka aktīvi mijiedarboties ar vienaudžiem, viegli iesaistījās pedagogu organizētajās grupu spēlēs. Bērni aktīvi iesaistās mācību aktivitātēs, ir dzīvespriecīgi, uzmanīgi klausās pedagoga norādījumus, izpilda tos ar prieku un interesi un vēlas parādīt, ka spēj labi paveikt uzdevumu.

Vidējā adaptācijas pakāpe ilgst ilgāk - no divām nedēļām līdz 1 mēnesim. Šajā laikā bērna garastāvoklis ir nestabils: viņš bieži raud, lūdz doties mājās, jautā, vai mamma nāks pēc viņa. Vidējās adaptācijas periodā bērniem bija traucēts miegs un apetīte, kas atjaunojas tikai pēc 2-3 nedēļām, samazinās bērna runa un vispārējā aktivitāte, rodas saaukstēšanās. Pirmajās dienās un nedēļās bērni bija nedaudz pasīvi un neaktīvi, dažiem bērniem rokās varēja redzēt no mājām atvestu

rotaļlietu. Bērni reti uzņēmas iniciatīvu sazināties – gan ar vienaudžiem, gan ar pieaugušo. Dažiem bērniem sagādā grūtības nodibināt kontaktu ar grupas biedriem.

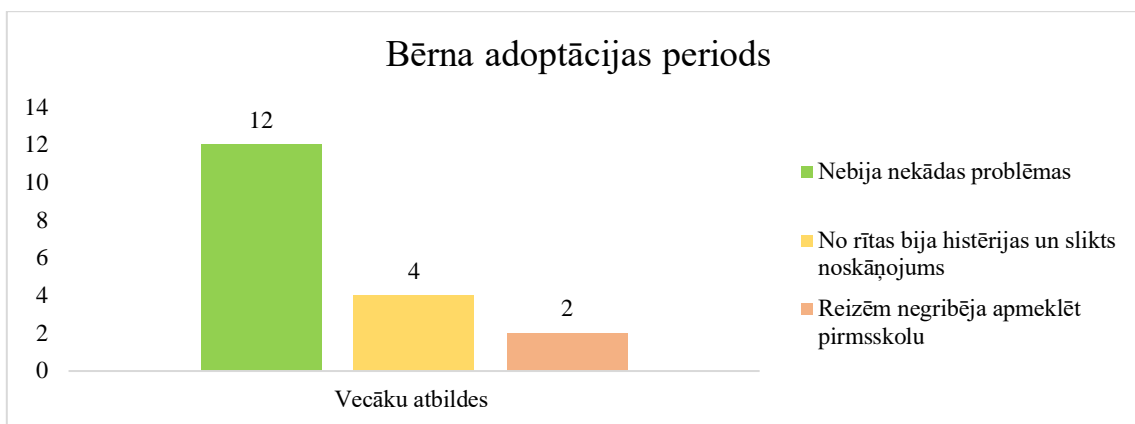
Vērojot bērnus, kuriem ir smagas adaptācijas pakāpe, autore var secināt, ka ar smagu adaptāciju ir izteikti uzvedības traucējumi - bērns ir nomākts, vai ļoti satraukts, tiek novērota neadekvāta uzvedība. Bērns bieži raud, dusmojas, agresīvi uzvedas pret vienaudžiem un pieaugušajiem, izkaisa rotaļlietas, atņem tās no citiem bērniem. Bērnu stāvokļa uzlabošanās notika ļoti lēni - pusotra līdz divu mēnešu laikā. Šajā laikā bērni vairākas reizes slimojuši. Nodarbības šīs grupas bērni bieži ir izklaidīgi, zaudē interesi par apkārt notiekošo, pārstāj sekot pedagoga norādījumiem, dara to, ko vēlas.

Apkopojot, kā šīs grupas bērniem norit adaptācijas periods, autore var secināt, ka bērni no vieglas adaptācijas grupas ātri un nesāpīgi iziet visus bērnudārza pierašanas posmus: viņi ātri apgūst nepazīstamas grupas apstākļus, veido saziņu ar skolotāju, interesējas par jaunām rotaļlietām un ar prieku spēlējas, bērni atklāj sev līdzinieku, izturas pret viņu emocionāli un cenšas ar viņu sazināties.

3.4. Pedagogu un vecāku aptaujas rezultāti

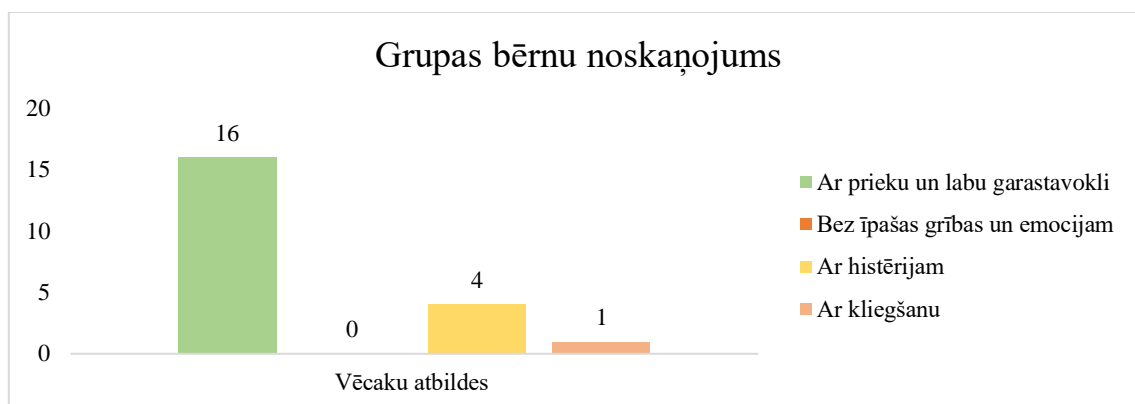
Darba autores veiktais pētījums norisinājās Salaspils pirmsskolas izglītības iestādē un pētījumā piedalījās 23 bērnu vecāki. Pētījumā ietilpst anketēšana, sarunas ar vecākiem un iegūto informācijas apstrāde.

Apkopojot vecāku aptauju par to, kā bērnam ir pagājis adaptācijas periods, diagrammā redzams, ka adaptācijas process lielākajai daļai bērnu noritēja labi bez jebkādām sekām. Daudziem bērniem, kā redzams diagrammā, adaptācijas process bija mērens, bērni sāpīgi uztvēra šķiršanos no mātes, bija asaras, bija arī histērijas un pirmsskolas iestāde viņi apmeklēja ar sliktu noskaņojumu. Daļēji no bērniem vispār negribēja apmeklēt pirmsskolas iestādi. (*skat.3.2.attēls. "Grupās bērna adaptācijas periods"*).



3.2. att. "Grupās bērnu adaptācijas periods"

Darba autore secina, ka vairāk nekā pusi no grupas bērniem apmeklē pirmsskolas iestāde ar prieku, un pavisam maz bērnu, kuri apmeklē pirmsskolas iestāde ar histērijām vai kliegšanu, nav neviena bērna, kurš apmeklē iestādi bez emocijām. Visas emocijas ir svarīgas, gan pozitīvas, gan negatīvas, jo šajā vecumā bērns tikai mācās paust emocijas un sasaistīt tos ar notikumiem un parādībām. (skat. 3.3. attēls "Grupās bērnu noskaņojums")

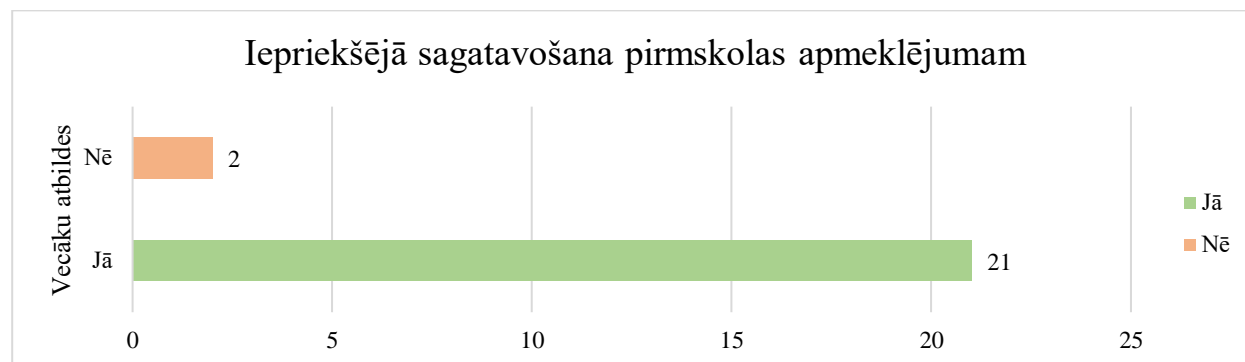


3.3. att. "Grupās bērnu noskaņojums"

Pirmsskolas iestādes apmeklējuma sagatavošanas posmā ir ļoti svarīgi bērnam izraisīt interesi un vēlmi pēc iespējas ātrāk apmeklēt pirmsskolas iestādi. Ir nepieciešams pēc iespējas labāk raksturot iestādi, paskaidrot bērnam, ka šī ir vieta, kurā viņš iemācīsies daudz jauna un aizraujoša, kā arī spēlēsies un sazināsies ar citiem bērniem.

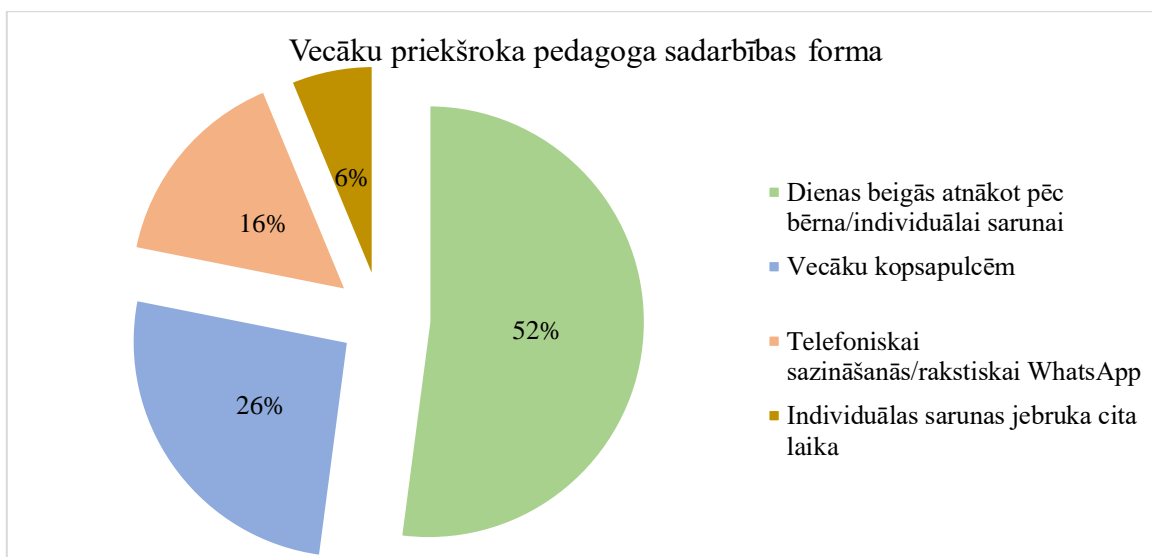
Kā redzams diagrammā, lielākā daļa šīs grupas vecāku jau iepriekš sagatavoja savus bērnus pirmsskolas apmeklējumam. (3.4. attēls. "Iepriekšējā sagatavošana pirmsskolas apmeklējumam").

Vecāku un bērna sarunas mērķis par gaidāmo pirmsskolas iestādes apmeklējumu iedvesīs viņā pārliecību un mieru par gaidāmo apmeklējumu uz pirmsskolas iestādi



3.4. att. "Iepriekšējā sagatavošana pirmsskolas apmeklējumam"

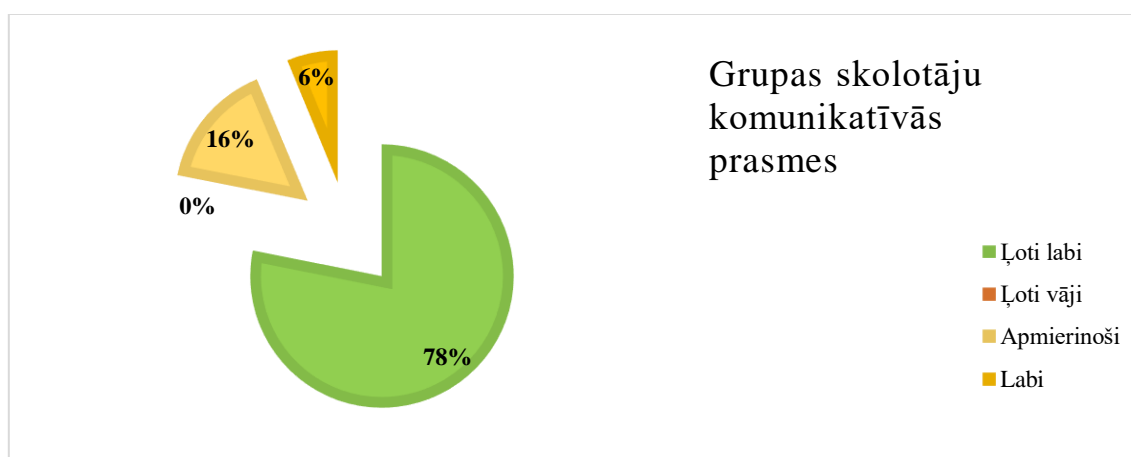
Lai saprastu, kā vecāki dod priekšroku saziņai ar audzinātājiem, autore izskatīja visu saņemto informāciju un izvirzīja sekojošo galveno uzdevumu: analizēt pirmsskolas pedagogu sadarbību ar vecākiem veicinošas komunikatīvās prasmes. Darba autore apkopojot aptaujas rezultātus, secina, ka lielākā daļa vecāku dod priekšroku saziņai un informācijas saņemšanai sapulcē vai individuālās sarunās. Neliela daļa vecāku devuši priekšroku informācijas saņemšanai pa telefonu vai ziņām.(skat. 3.5.attēls. "Vecāku priekšroka pedagoga sadarbības forma")



3.5. att. "Vecāku priekšroka pedagoga sadarbības forma"

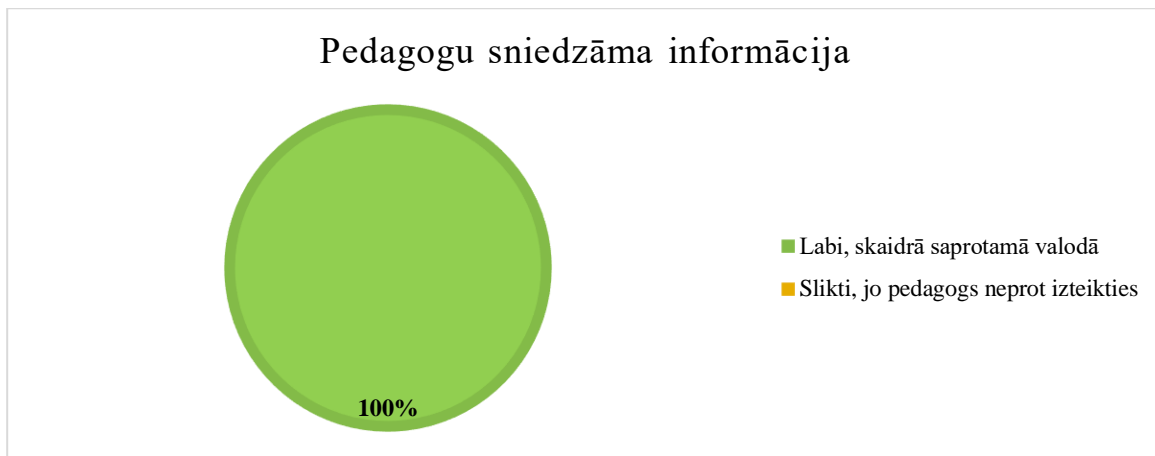
Pamatojoties uz iegūtajiem rezultātiem no diagrammas (skat. 3.6.attēls "Skolotāju komunikatīvas prasmes"), autore var secināt, ka lielāka daļa no vecākiem uzskatā, kā grupas skolotāju komunikatīvas prasmes ir ļoti labas. Šie grupas vecāki uzskata, kā viņu sadarbība ar pedagogiem notiek bez jebkādam problēmām. Daļējā grupas vecāki atzīmēja, kā grupas skolotāju komunikatīvas prasmes ir apmierinošas.

Autore var secināt, kā šiem vecākiem trūkst pedagoga komunikatīvas prasmes, vecāki vēlas detalizētāku saziņu ar grupas pedagogu. (skat. 6.attēls "Skolotāju komunikatīvas prasmes")



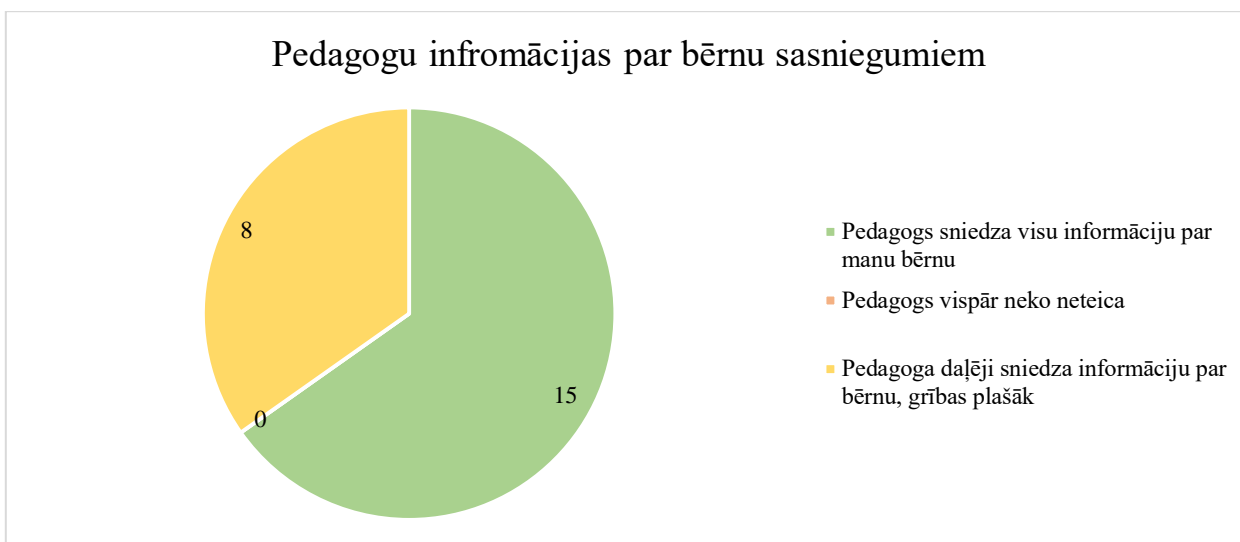
3.6. att. "Skolotāju komunikatīvas prasmes"

Visu nepieciešamo informāciju vecākiem, pedagogi izskaidro pieejamā valodā. Visi vecāki, saņēmuši informāciju, lieliski visu saprot un strādāt ar saņemtās informācijas tālāk. Kā parādīts zemāk esošajā diagrammā (skat. 3.7.attēls "Pedagogu sniedzama informācija"), uz jautājumu par to, kā pedagoga sniedz informāciju, visa vecāku grupa atzīmēja, ka visa informācija tiek pārraidīta pieejamā valodā. Var secināt, ka šīs grupas vecākiem nav problēmu ar saņemto informāciju un sadarbību ar pedagogiem.



3.7. att. "Pedagogu sniedzama informācija"

Pedagogam ir svarīgi dalīties informācijai par bērna attīstību. Neapšaubāmi, katram vecākam ir svarīgi zināt par sava bērna sasniegumiem. Tādējādi katram vecākam būs pilnīga informācija par to, kas notiek bērna dzīvē, kā notiek viņa attīstība, kā viņš socializējas sabiedrībā un kā notiek viņa komunikācija ar vienaudžiem. Apkopojot aptaujas rezultātus, autore var secināt, ka lielākā daļa vecāku atzīmēja, ka pirmsskolas pedagogi sniedza visu informāciju par bērna sasniegumiem. Tikai 8 no visiem vecākiem atzīmēja, kā pedagogs visu nepieciešamo informāciju sniedzā daļēji un viņiem grības, lai informācija būtu plašāk. (skat.3.8.attēls "Pedagogu informācija par bērnu sasniegumiem").



3.8. att. “Pedagogu informācija par bērnu sasniegumiem”

Papildus vecāku anketai tika organizēta kopsapulce par tēmu “Bērna adaptācija bērnudārzam, kurā iepazīstināja vecākus ar pirmsskolas iestādes normatīvajiem dokumentiem un ar pedagogiem. Vecāki saņēma noderīgu informācijas saturu par darbu ar bērniem. Sakara ar Covid-19, tālākas sadarbības ar vecākiem tiek organizēts attālināti. Individuālās sarunas procesā vecākiem tiek dota iespēja noskaidrot visus sev interesējošos jautājumus, kas saistīti ar bērna adaptāciju pirmsskolas izglītības iestādei. (skat. 1. pielikums). Viņi uzdod jautājumus, piedāvā savas iespējas to risināšanai. Diskusijas veidā pārrunājam bērnu adaptācijas problēmu, vecāki stāsta par bērna audzināšanas pieredzi ģimenē. Nepieciešamības gadījumā konsultēju vecākus, lai palīdzētu atrisināt problemātiskus ar bērna adaptāciju saistītus jautājumus. Vecāku stūrītī ievietoju konsultācijas "Bērna adaptācija bērnudārzā". (skat. 2. pielikums), ka arī ieteikumus vecākiem, kā padarīt adaptācijas periodu vieglāk. (skat. 3. pielikums)

Pētījumā laikā sadarbība starp pedagogiem un vecākiem parādīja, ka dialoga veidošanai ar bērnu ģimenēm ir svarīgi, lai pedagogi aktīvi lietotu atbalsta un līdzdalības valodu, lai vecākiem būtu skaidrs, ka viņi tiek uzmanīgi uz klausīti. Tas tiek panākts, izmantojot dažādas komunikācijas metodes (aktīva klausīšanās, acu kontakts, atbilstošs kompliments, smaids u.c.), taču nevis tādēļ, lai atstātu labu iespaidu vai apliecinātu sevi pareizi, bet gan lai radītu emocionāli pozitīvu sarunas atmosfēru, kopīgu problēmu risināšanu.

4. IETEIKUMI VECĀKIEM

Pielāgošanās pirmsskolas iestādei ir grūts periods gan bērniem, gan pieaugušajiem: vecākiem, skolotājiem. Lai bērns ātri un nesāpīgi pielāgotos pirmsskolas iestādes apstākļiem, ir nepieciešams sagatavot viņu uzņemšanai bērnudārzā. Vecāki ne vienmēr adekvāti apzinās, ka, atnākot uz bērnudārzu, bērns tajā nokļūst citi apstākļi, kas būtiski atšķiras no mājas apstākļiem.

Bērniem ir grūti pierast pie jaunas iestādes, nepazīstamam vienaudžiem, prasības no pieaugušajiem, režīmam. Vecāki uztraucas par savu bērnu un arī pierod pie bērnudārza prasībām. Un pedagogiem dažreiz ir grūti atrast pieeju bērniem un viņu vecākiem. Lai bērns veiksmīgi pielāgotos pirmsskolas iestādes apstākļiem, pieaugušajiem ir jāveido viņā pozitīva attieksme pret bērnudārzu, pozitīva attieksme pret viņu. Tas ir atkarīgs no audzinātāju profesionālās prasmēm, siltuma, laipnības atmosfēras, uzmanību.

Adaptācijas grūtības rodas, kad bērns saskaras ar pārpratumu, viņu cenšas iesaistīt komunikācijā, kuras saturs neatbilst viņa interesēm un vēlmēm. Bērnam jābūt gatavam komunikācijas līmenim, kas nosaka bērnudārza atmosfēru. Bērniem ne vienmēr ir konkrētai bērnudārza grupai nepieciešamās komunikācijas prasmes.

Bērna adaptācijas procesu ietekmē sasniegtais līmenis garīgo un fizisko attīstību, veselības stāvokli, pašapkalpošanās prasmju veidošanos, saskarsmes ar pieaugušajiem un vienaudžiem, pašā bērna personības iezīmes, kā arī trauksmes līmeni un vecāku personības iezīmes. Bērniem ar novirzēm šajās jomās ir grūtāk pielāgoties jaunajiem apstākļiem. Viņiem var rasties emocionāli saspringta reakcija, kas var izraisīt veselības problēmas.

SECINĀJUMS

Pirmsskolas izglītības iestāde bērniem ir nopietns izaicinājums dzīvē, liels pārbaudījums. Šajā laikā bērns pārdzīvo emocionālu diskomfortu – viņam ir nenoteikti priekšstati par pedagoga prasībām, par mācību procesu, par uzvedības normām grupā. Tāpēc šobrīd ir aktuāla pirmsskolas izglītības un ģimenes sadarbība bērnu adaptācijas laikā.

Darba autores darbā bija aplūkoti aspekti, kas pierāda, ka ir daudz nosacījumu, kas ietekmē bērna adaptāciju pirmsskolas iestādē. Pēc darba autores domām, pedagogam ir liela pieredze, kas ļauj uzlabot bērna adaptāciju, palīdzēt viņam un vecākiem šajā grūtajā momentā. Adaptācijas laikā pedagogs projektē saziņu ar vecākiem, sniedz nepieciešamos ieteikumus vecākiem un pats ievēro noteikumus. Lai uzlabotu adaptācijas periodu bērniem, audzinātāju un pašu vecāku galvenais uzdevums šajā periodā ir, lai viņi kopā pēc iespējas ātrāk palīdzētu bērnam pielāgoties jaunajai videi.

Faktors, kas ietekmē bērna uzvedības raksturu adaptācijas procesā, ir paša audzinātāja personība, kurai jāmīl bērnus, jābūt uzmanīgiem un atsaucīgiem pret katru bērnu, jāprot piesaistīt viņa uzmanību. Audzinātājam jāprot novērot un analizēt bērna attīstības līmeni, jāprot vadīt bērna uzvedību tiem sarežģītā pieraduma periodā pie bērna iestādes apstākļiem. Savā darbā audzinātājiem jāizmanto anketas, konsultācijas vecākiem, sarunas ar vecākiem, vecāku sanāksmes. Tādējādi pedagogs var panākt vienošanos ar vecākiem, savukārt vecāki var uzzināt vajadzīgo un svarīgo informāciju par bērna attīstību, par viņa panākumiem un par to, kā notiek bērna adaptācija. Vecāku galvenais uzdevums bērna adaptācijas brīdī ir to, lai viņi ieklausās audzinātāja rekomendācijās, dara visu iespējamo, lai atvieglotu šo sarežģīto un grūto bērnu ceļu.

Dzīvojot ģimenē, bērns pierod pie noteiktiem apstākļiem. Kad viņš ierodas bērnudārzā, daudzi viņa dzīves apstākļi mainās. Bērns ir stresa un spriedzes stāvoklī, jo viņš ir atrauts no pazīstamas situācijas, tuvām personām, ierastas saskarsmes un dienas režīma. Gan pedagogiem, gan vecākiem ir jāsaprot, cik atbildīgs ir bērna pielāgošanas brīdis bērnudārzā, cik nopietnas, lai gan ne uzreiz acīs krītošās sekas var būt. Nepieciešamais un svarīgākais bērna adaptācijas nosacījums bērnudārza apstākļiem ir pedagogu un vecāku aktīva sadarbība.

Vecāku un pedagogu rīcības koordinācija, pieeju attiecībā uz bērna individuālajām īpašībām ģimenē un pirmsskolas izglītības iestādē ir garantija ātram bērna pielāgošanās tempam pedagogam, vienaudžiem un dzīves apstākļiem grupa. Vecāku un pedagogu vienotās prasības summējas pirmsskolas izglītības iestādes un ģimenes mijiedarbības process. Tieši ciešā sadarbībā ar viņu ir iespējams radīt nepieciešamos apstākļus bērna labvēlīgai attīstībai.

Adaptācijas periods bērnam ir grūts laiks. Taču grūti ir ne tikai bērniem, bet arī viņu vecākiem. Tāpēc ļoti svarīgs ir kopīgs audzinātājas darbs ar vecākiem. Adaptācija ir veiksmīga tikai pareizas pieejas gadījumā, galvenokārt no vecāku puses. Pareizi noskaņot bērnu, emocionāli sagatavot viņu dzīves pirmās sociālās iestādes apmeklējumam – tas ir galvenais vecāku uzdevums.

Tādējādi var secināt, ka bērnudārza mijiedarbības ar vecākiem galvenie mērķi ir radīt bērnudārzā nepieciešamos apstākļus atbildīgu un savstarpēji atkarīgu attiecību veidošanai ar audzēkņu ģimenēm, kas nodrošina vienotu bērna personības attīstību pirmsskolas vecuma bērnu, kā arī palielināt vecāku informatīvo izglītības jomu.

IZMANTOTA LITERATŪRA UN INFORMĀCIJAS AVOTI

1. Grāmatas:

- 1.1. **Albrehta, Dz.** (1998) Pētīšanas metodes pedagogijā. Rīga: Mācību grāmata, 104 lpp
- 1.2. **Bikova, A.,**(2017) Manam bērnam patīk bērnudārzs!, Rīga: izdevējs-apgāds Jumava, 189lpp;
- 1.3. **Dzintere.D** (2000) Bērns kā vērtība ģimenē un pirm skolā, Rīga: SIA Izglītības soļi, 87lpp;
- 1.4. **Dzintere.D** (2002), Bērns kā individualitāte pirmsskolas izglītības iestādē. Rīga: SIA Izglītības soļi, 173lpp;
- 1.5. **Golubina, V** (2007), Pirmsskolas pedagoga rokasgrāmata, Rīga: SIA Izglītības soļi, 308lpp;
- 1.6. **Gailuma, S.,** (2002), Mazbērna adaptācijas īpatnības, Rīga: Izglītības soļi, 173lpp;
- 1.7. **Guseva, S.** (2003). Palīdzi bērnam adaptēties skolēna lomai //”Skolotājs”,Nr.2.,Rīga: RaKa,46.-50.lpp.
- 1.8. **Kostjak,T.,**(2008), Psiholoģiska bērnu adaptācija bērnudārzā, Maskava: Akadēmija,162lpp;
- 1.9. **Kājiņa,.D.** un **Aunīte.I** (2006), Kā izprast bērnu?, Rīga: Izdevniecība “Pētergailis”, 102lpp
- 1.10. Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, (2000, Rīga: Zvaigzne ABC, 248lpp;
- 1.11. **Vecgrāve, A.,** (1996), Kā man saprast savu bērnu? Rīga: Zvaigzne ABC, 187 lpp;
- 1.12. **Алексеева, Е.,** (2007), Проблемы адаптации родителей и детей к детскому саду,60стр
- 1.13. **Белкина, Л.** (2006), Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие» - Воронеж «Учитель», 236стр;
- 1.14. **Битянова М.** (1994), Социальная психология: к самостоятельной работе. М.: Международная педагогическая академия,106стр;
- 1.15. **Заводчикова О.** (2007), 'Адаптация ребёнка в детском саду: взаимодействие дошкол. образоват. учреждения и семьи: пособие для воспитателей ". – М.: Просвещение, 79 стр;
- 1.16. **Зверева, О.** (2014), Общение педагога с родителями в ДОУ: методический аспект /ТЕКСТ, Т.В. Кротова. – М.: Сфера, 80стр;

- 1.17. **Михайлова, Н.** (2001), Педагогическая поддержки: учебно-методическое пособие, М:Мирос, 208стр;
- 1.18. **Маленкова Л.** (2004). Педагоги, родители, дети (воспитателю, классному руководителю о работе с родителями). Москва: ТОО —ИнтелТех,
- 1.19. **Лапина, И.** (2010), Адаптация детей при поступлении в детский сад, Волгоград: Учитель, 130стр.
- 2. Elektroniskie informācijas avoti:**
- 2.1. **Гузель М.** Адаптация ребёнка в детском саду [tiešsaiste].Kazaņa, 2009 – [atsauce 03.05.2021]. Pieejams internetā: <https://edu.tatar.ru/sovetcki/page595627.htm/psix/2>
- 2.2. МДОУ “Детский сад N27” Адаптация к детскому саду. Как помочь ребёнку? [tiešsaiste]. Rīga: Jaroslavļa, 2017 – [atsauce 03.05.2021]. Pieejams internetā: <https://translate.google.lv/?hl=lv&sl=ru&tl=lv&text=%D0%AF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%8C&op=translate>
- 2.3. Серова И. Проблемы адаптации к детскому саду у детей раннего возраста: анализ и рекомендации. Rīga: Maskava, 2016 – [atsauce 04.05.2021]. Pieejams internetā: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-adaptatsii-k-detskomu-sadu-u-detey-rannego-vozrasta-analiz-i-rekomendatsii/viewer>
- 2.4. Николаева Е. Адаптация ребёнка к садику. [tiešsaiste]. Maskava, 2010 – [atsauce 04.05.2021]. Pieejams internetā: https://dgb15.ru/kzr/stati_o_zdorove/42532/
- 2.5. Skola 2030 <https://www.skola2030.lv/lv/skolotajiem/izglitibas-pakapes/pirmsskola>

PIELIKUMI

1.pielikums. vecākiem



Bērnu sagatavošana uzņemšanai pirmsskolas izglītības iestādēs

Adaptācija ir aktīvs process, kas noved pie vai pozitīvi (pielāgošanās spējas, tas ir, visu labvēlīgo ķermeņa un psihe izmaiņu kopums) vai negatīvi (stress). Bērns adaptācijas laikā – dzīvs stresa modelis. Veiksmīgai adaptācijai ir divi galvenie kritēriji: iekšējais komforts (emocionālā apmierinātība) un ārējā uzvedības atbilstība (spēja viegli un precīzi izpildīt vides prasības). Adaptācijas vissvarīgākā sastāvdaļa ir bērna pašnovērtējuma un centienu saskaņošana ar viņa iespējām un sociālās vides realitāti. Ir vairāki kritēriji, pēc kuriem var spriest, kā bērns pielāgojas dzīvei organizētā bērnu pulciņā.

Galvenie pielāgošanās kritēriji ir:

- uzvedības reakcijas;
- attīstības līmenis;
- saslimstība un slimības gaita;
- galvenie fiziskās attīstības rādītāji (augums, svars).

Prakse rāda, ka galvenie iemesli smagai adaptācijai pirmsskolas izglītības iestādes nosacījumi ir:

- tāda režīma trūkums ģimenē, kas sakrīt ar pirmsskolas režīmu
- iestādes,
- bērna savdabīgo ieradumu klātbūtne,
- nespēja nodarboties ar rotaļlietu,
- pamata kultūras un higiēnas prasmju trūkums,
- komunikācijas prasmju trūkums ar svešiniekiem.

Ieteikumi vecākiem bērna adaptācijas periodā bērnudārzam.

Adaptācijas periods mazuļiem ir nopietns pārbaudījums. Adaptācijas izraisītās stresa reakcijas neatgriezeniski izjauc bērna emocionālo stāvokli. Tāpēc mēs iesakām:

- Mājas režīmu saskaņot ar bērnudārza grupiņas režīmu, kurā bērns apmeklēs;
- Iepazīties ar bērnudārza ēdienkarti un ieviest mazuļa uzturā jaunus ēdienus mazulim;
- Māciet bērnam mājās visas nepieciešamās pašapkalpošanās prasmes: mazgāt, nosusināt rokas; ģērbties un izģērbties; ēst patstāvīgi, ēšanas laikā izmantojot karoti. Nepieciešams apģērbs jābūt ērtai šī vecuma bērnam, labākais variants: bikses vai šorti bez stiprinājumiem un lencēm;
- Paplašiniet bērna “sociālo horizontu”, ļaujiet viņam pierast pie komunikācijas ar vienaudžiem rotaļu laukumos, apciemot draugus, nakšņot pie vecmāmiņas, pastaigāties pa pilsētu utt. Ar šādu pieredzi bērns nebaidīsies sazināties ar vienaudžiem un pieaugušajiem.
- Ir jāveido bērnam pozitīva attieksme, vēlme iet uz bērnudārzu. Bērnam nepieciešams emocionāls atbalsts no vecākiem. Atcerieties, ka mierīgāki un emocionāli pozitīvāki vecāki jutīs tik svarīgu notikumu kā bērna ciemošanās bērnudārzā, jo mazāk sāpīgs būs adaptācijas process;
- Pirmajā dienā labāk nākt uz bērnudārzu ar savu mīļāko rotaļlietu;
- Plānojiet savu laiku tā, lai pirmajā mēnesī bērns iet uz bērnudārzu, jums būtu iespēja viņu tur neatstāt uz visu dienu. Pirmās bērnudārza apmeklējuma nedēļas jāierobežo līdz 2-3 stundām, vēlāk var atstāt bērnu līdz pusdienlaikam, pēc tam (ja iesaka skolotāja un psihologs) atnest mazuli uz visu dienu;
- Adaptācijas periodā mājās nepieciešams ievērot dienas režīmu, brīvdienās vairāk staigāt, mazināt emocionālo stresu;

Atbilstība visiem iepriekš minētajiem ieteikumiem nav obligāti. Bet to darot, tas palīdzēs jūsu bērnam nesāpīgi iziet adaptācijas periodu.

Ieteikumi vecākiem

1. Vispirms vecākiem jāiepazīst ar grupas pedagogiem.
2. Apmēram pēc mēneša var sākt gatavot bērnu psiholoģiski – pastāstīt par to, kas ir bērnudārzs, kas tur iet, kas tur notiek, vēlams pēc iespējas biežāk to apstaigāt, lai bērns pierod pie teritorijas. Tomēr tajā pašā laikā nevajag pārspīlēt – nevajag pārāk bieži pievērsties gaidāmajam notikumam, kas bērnā var radīt bailes un neziņu.
3. pašu spēkiem.
4. Jāgatavojas arī bērnudārza režīmam iepriekš - parasti bērnus atved no 8-9 un ved 18:00, klusā stunda - no 13 līdz 15. Ne visi bērni ir pieraduši celties pulksten 7, tāpēc jāsāk pārbūvēt jaunā veidā vismaz 2-3 mēnešus iepriekš. Labāk iet gulēt pulksten 21.00.
5. Pirmajās dienās nekādā gadījumā nedrīkst atstāt bērnu ilgāk par 2-3 stundām. Vērojot viņa reakciju, jūs varat pakāpeniski palielināt bērnudārzā pavadīto laiku.
6. Šķiršanās laikā ar mammu bērns nereti sāk būt kaprīzs - no visa spēka turas pie mammas, reizēm pat skaļi kliedz, šņukst un uzmet dusmu lēkmes. Ir nepieciešams mierīgi noskūpstīt bērnu, pamāt ar roku un "nodot" skolotāja drošajās rokās (ja viņš pats atsakās
7. iet).
8. Kontaktējies ar pedagogiem – interesējies par bērna uzvedību dārziņā, viņa attiecībām ar pieaugušajiem un vienaudžiem un pārrunāt radušās problēmas.



Kvalifikācijas darbs „Ģimenes un pirmsskolas sadarbība bērnu 3-4 gadu vecumam labvēlīgai adaptācijai” izstrādāts LU Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātes Pirmsskolas un sākumizglītības nodaļā.

Ar savu parakstu apliecinu, ka pētījums veikts patstāvīgi, izmantoti tikai tajā norādītie informācijas avoti.

Autors: Darja Meļņika (22.12.2021)

(paraksts un datums)

Rekomendēju darbu aizstāvēšanai

Vadītāja: Mag.paed. Ineta Aizporite (22.12.2021)

(akad. grāds, ieņemamais amats Vārds Uzvārds, paraksts un datums)

..... darbs aizstāvēts komisijas sēdē

____.____.2021. prot. Nr. _____, vērtējums ____ (_____)

Komisijas sekretāre: _____
paraksts un datums