

**LATVIJAS UNIVERSITĀTE**

Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte

Pirmsskolas un sākumskolas skolotājs

**LAURA ĀBOLIŅA**

**Labvēlīgas adaptācijas sekmēšana 2 – 3 gadīgiem bērniem  
pirmsskolas izglītības iestādē**

**Bakalaura darbs**

**Darba vadītājs**

Docente  
Akadēmiskais  
amats

Dr.paed.  
Zinātniskais/  
akadēmiskais grāds

Inga Stangaine  
Vārds, uzvārds

Paraksts

CĒSIS 2020

# Anotācija

**Darba autore:** Laura Āboliņa

**Darba zinātniskā vadītāja:** Docente, Dr.paed. Inga Stangaine

**Darba temats:** Labvēlīgas adaptācijas sekmēšana 2 – 3 gadīgiem bērniem pirmsskolas izglītības iestādē

**Darba mērķis:** Teorētiski un praktiski izziņāt labvēlīgas sociālās adaptācijas veicināšanas iespējas pirmsskolas izglītības iestādē 2 – 3 gadu vecumā

**Pētījuma hipotēze:** Bērnu sociālā adaptācija noritēs labvēlīgāk, ja pedagoģiskajā procesā izmantos rotaļas labvēlīgas adaptācijas sekmēšanai un, ja veiksmīgi noritēs pedagogu un vecāku sadarbība adaptācijas procesā.

Darba 1. nodaļā, balstoties uz tādu autoru, kā V. Golubina, S. Gailuma, D. Dzintere, I. Stangaine, u.c., tiek pētīts adaptācijas jēdziena skaidrojums, sadarbība un adaptācijas veicināšana rotaļās.

Darba 2. nodaļa ir empīriskais pētījums, kurā, balstoties uz teoriju, tiek izvirzīti kritēriji, lai noteiktu bērnu adaptāciju, veicot bērnu novērošanu, kā arī tiek aptaujāti vecāki par adaptācijas procesu pirmsskolā. Tiek veikta pedagoģiskā izmēģinājuma darbība, iekļaujot rotaļas, labvēlīgas adaptācijas sekmēšanai.

**Darba apjoms:** Darbs sastāv no 50 lpp., tajā iekļauti 12 attēli un 5 tabulas. Izmantoti 45 literatūras avoti, no kuriem 12 ir svešvalodā. Darbam pievienoti 2 pielikumi.

**Atslēgas vārdi:** adaptācija, pirmsskola, rotaļa, sadarbība

## Annotation

**Author of the work:** Laura Āboliņa

**Scientific superior:** Docent, Dr.paed. Inga Stangaine

**Title of the work:** Beneficial adaptation for 2 – 3 year old children in a pre-school educational institution

**Aim of the work:** To theoretically and practically find out the possibilities of promoting beneficial social adaptation in a pre-school educational institution at the age of 2 – 3 years

**Hypothesis of the research:** Children's social adaptation will be more favorable if games are used in the pedagogical process to promote favorable adaptation and if the cooperation between teachers and parents in the adaptation process is successful.

In Chapter 1, based on such authors as V. Golubin, S. Gailuma, D. Dzintere, I. Stangaine, etc., the explanation of the concept of adaptation, cooperation and promotion of adaptation in games are studied.

Chapter 2 is an empirical study, in which, based on theory, criteria are set to determine children's adaptation by observing children, as well as parents are asked about the process of adaptation in preschool. A pedagogical experiment is carried out, including games to promote benevolent adaptation.

**The paper consists:** The work consists of 50 pages, it includes 12 images and 5 tables. 45 literature sources were used, of which 12 are in a foreign language. 2 attachments are attached to the work.

**Key words:** adaptation, preschool, play, cooperation

# Saturs

Ievads.....	5
1. Teorētiskās literatūras analīze .....	7
1.1. Adaptācijas skaidrojums pedagoģiskajā un psiholoģiskajā literatūrā .....	7
1.2. 2 – 3 gadīgu bērnu psiholoģiski pedagoģiskais raksturojums problēmas skatījumā ...	11
1.3. Pieaugušo sadarbība – labvēlīgas adaptācijas norises priekšnoteikums.....	19
1.4. Sociālās adaptācijas veicināšana rotaļās.....	22
2. Pedagoģiskais pētījums par labvēlīgas adaptācijas sekmēšanu 2 – 3 gadīgiem bērniem pirmsskolas izglītības iestādē .....	28
2.1. Pētījuma metodes, to izvēles pamatojums .....	28
2.2. Bērnu grupas raksturojums pētījuma skatījumā .....	29
2.3. Skolotāju un vecāku darbība adaptācijas grūtību pārvarēšanai .....	35
2.4. Pētījumā iegūto rezultātu analīze.....	44
Secinājumi .....	49
Priekšlikumi.....	50
Izmantotā literatūra un informācijas avoti.....	51
Pielikumi.....	54

## Ievads

Katra bērna un vecāku dzīvē viens no svarīgākajiem posmiem ir pirmsskolas izglītības iestādes gaitu uzsākšana. Ir maz vecāku, kuri neraizējas brīdī, kad bērnam jānododas uz pirmsskolas izglītības iestādi. Stress ir gan bērniem, gan vecākiem. Tādēļ vecākiem nepieciešama liela pacietība un miers, atbalstot savu bērnu.

Adaptācijas periodā bērni noskaidro, vai apkārtni izpētīt ir droši, vai cilvēkiem var uzticēties. Attiecības ar apkārtējiem cilvēkiem atstāj lielu iespaidu uz viņu emocionālo ievirzi. Parasti tie bērni, kuru attiecības ar pieaugušajiem aprūpētājiem ir drošas un stabilas, ir atsaucīgi, motivēti, optimistiski, pašpārliecināti un enerģiski, stājas pretī grūtībām. Bērnus, kurus pieaugušie nav lolojuši, mēdz būt pasīvi, viegli iebiedējami un baidās no jaunām situācijām (Gailuma, 2002, 89).

Adaptācijas perioda norise atkarīga no vecāku izjūtas. Adaptācija noris veiksmīgāk, ja vecāki samīļo bērnu, nerausta un nesteidzina viņu. Bērniem drošības un gandarījuma sajūtu sniedz, ja vecāki aktīvi un patiesi piedalās bērna dzīvē (palīdz sagatavoties dažādiem pasākumiem, šuj tērpus u.tml.), kā arī, ja vecāki atbalsta bērna radošo darbību. (Kājiņa, Aunīte, 2006, 63).

Pirmsskolas izglītības iestādes apmeklēšana ir pirmās lielās izmaiņas bērna sociālajā vidē. Cilvēka sociālā piemērošanās, kas veidojas visas dzīves laikā, pirmo reizi izpaužas tieši tad, kad bērns kā sociālo attiecību subjekts nokļūst no ģimenes atšķirīgā sociālā vidē.

Bērnu došanās uz pirmsskolas izglītības iestādi ir ļoti lielas pārmaiņas viņu dzīvē. Pat pašiem līdzsvarotākajiem bērniem tas ir nopietns pārbaudījums, nerunājot pat par kautrīgajiem, bailīgajiem, slimīgajiem vai īpaši kustīgajiem. Adaptācija problēmas bieži vien neaprobežojas tikai ar emocionālajām reakcijām (asarām, dūsmām, u.tml.). Šīs problēmas sniedzas krietni dziļāk – līdz par organisma psihofizioloģisko procesu izmaiņām. Vecāki bieži vien tikai vēlāk pamana, ka viņu bērns ir kļuvis pavisam cits bērns. Adaptācijas periodā kāds kļūst agresīvs, sāk kauties, citam raksturā un uzvedībā parādās jaunas, līdz tam nebijušas īpašības, kas saglabājas pat uz visu mūžu. Tātad – pirmsskolas izglītības iestādes sākums ir nopietnāks posms bērna dzīvē, nekā mums tas šķiet ārēji (Vecgrāve, 1996, 143).

Lai adaptācijas process noritētu veiksmīgāk svarīga ir vecāku un pedagoga sadarbība. Ja bērns jūtīs, ka vecāki neuzticas pedagogam un nejūtas droši, atstājot savu bērnu pirmsskolas izglītības iestādē, arī bērns nejūtīsies droši. Ne mazāk svarīgi pedagogam ir radīt drošības sajūtu bērnam un ar katru bērnu strādāt ar individuālu pieeju.

## **Pētījuma objekts**

Pedagoģiskais process pirmsskolā

## **Pētījuma priekšmets**

Labvēlīga sociālā adaptācija

## **Pētījuma mērķis**

Teorētiski un praktiski izziņāt labvēlīgas sociālās adaptācijas veidošanās iespējas pirmsskolas izglītības iestādē bērniem 2 – 3 gadu vecumā

## **Hipotēze**

Bērnu sociālā adaptācija noritēs labvēlīgāk, ja

- pedagoģiskajā procesā izmantos rotaļas labvēlīgas adaptācijas sekmēšanai;
- veiksmīgi noritēs pedagogu un vecāku sadarbība adaptācijas procesā.

## **Pētījuma uzdevumi**

1. Analizēt adaptācijas skaidrojumus pedagoģiskajā un psiholoģiskajā literatūrā.
2. Raksturot 2 – 3 gadīgu bērnu psiholoģiski pedagoģisko raksturojumu problēmas skatījumā.
3. Analizēt pieaugušo sadarbību kā labvēlīgas adaptācijas priekšnoteikumu .
4. Veikt pedagoģisko pētījumu par labvēlīgas adaptācijas iespējām 2 – 3 gadīgu bērnu grupā.

## **Pētījuma metodes**

Teorētiskā: literatūras analīze problēmas skatījumā

Empīriskās:

- bērnu novērošana;
- vecāku aptauja;
- pedagoģiskā izmēģinājuma darbība;
- datu matemātiskā apstrāde.

## **Pētījuma bāze**

Pētījums notiek Valmieras X pirmsskolas izglītības iestādē, tajā piedalās 23 bērni, vecumā no 2 – 3 gadiem.

# 1. Teorētiskās literatūras analīze

## 1.1. Adaptācijas skaidrojums pedagoģiskajā un psiholoģiskajā literatūrā

Jau no pirmās ierašanās dienas pirmsskolas izglītības iestādē sākas bērna adaptācijas periods. Adaptācija ir plašs jēdziens, kas apzīmē organisma pielāgošanos videi, lai saglabātu izdzīvošanai svarīgo līdzsvaru. Adaptācijas procesā indivīds pieņem grupā izveidojušās uzvedības normas, vērtības, darbības un saskarsmes paņēmienus. Adaptācija – pielāgošanās dabas un sociālās vides mainīgajiem apstākļiem. Adaptīvas strukturālas un funkcionālas pārmaiņas notiek gan atsevišķās šūnās, orgānos un to sistēmās, gan visā organismā kopumā, arī psihiskajā darbībā (Gailuma, 2002, 85).

**Adaptācija ir** pielāgošanās (arī pielāgošana) jaunai situācijai, prasībām, noteiktiem apstākļiem, kas nepārtraukti mainās; ar negatīvo, nelabvēlīgo faktoru pārvarēšanu saistīta piemērošanās videi. Adaptācija sekmē organisma darbību uzturēšanu (Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, 2000, 8).

I. Puškarevs (1999, 62) izsaka līdzīgu viedokli, ka adaptācija ir organisma piemērošanās mainīgiem vides faktoriem. Kaut arī adaptācija ir vispār bioloģisks process, tomēr cilvēkam atšķirībā no citām būtnēm tai ir sociāls raksturs. Bērnā kā sociālai būtnei nereti jāpiemērojas mainīgajiem sociālās vides apstākļiem un jāizstrādā savas uzvedības reakcijas attiecībā ar sociālo mikrogrupu.

P. Dako (1999, 503) min, ka cilvēka dzīve prasa neskaitāmas adaptācijas – gan fiziskas, gan psihiskas. Jaunie apstākļi var izraisīt bailes un nedrošību. Darba autore uzskata, ka adaptācijas procesu apgrūtina arī bailes no atšķirtības. Dž. Boulbijs (1998, 33) uzskata, ka tās ir bailes, ko izraisa doma zaudēt cilvēku, šķirties no tā, kuru mīl. Pirmajā brīdī, kad bērns nonāk pirmsskolas izglītības iestādē, kur viņš paliek viens bez mātes un tēva, nezina, kas viņus sagaida. Vai vēlāk vecāki atgriezīsies? Tāpēc pedagogam svarīgi ir izstāstīt bērnam, dienas ritmu un kurā brīdī pie bērna ieradīsies vecāki.

Bērni, kuri nonāk pirmsskolas izglītības iestādē vēl nav gatavi komunicēt, ja viņiem nav bijusi pietiekami liela pieredze saskarsmē ar pieaugušajiem un vienaudžiem. Ne visi bērni, kuri ir jaunāki par trīs gadiem ir gatavi mikrovides maiņai. Darba autore uzskata, ka arī no vecāku attieksmes, bailēm, drošības sajūtas ir atkarīgs tas, cik veiksmīgi bērns spēs iejusties jaunajā vidē. Bērni redz un izjūt vecāku satraukumu un nepatiku un pārņem to. Dž. Boulbijs (1998, 16) uzsver, ka vecāku uzdevuma būtība ir būt pieejamiem, gataviem atsaukties, lai savu bērnu iedrošinātu, un atrasties viņam līdzās, taču tas jā dara tikai tad, ja patiešām rodas nepieciešamība.

**Adaptācijas process** un tā ilgums ir atkarīgs no daudziem apstākļiem, taču dažos gadījumos tas var būt pat līdz trijiem mēnešiem. Adaptācijas periods, pierašana un iedzīvošanās jaunos, neierastos apstākļos katram bērnam rada lielāku vai mazāku psihisku spriedzi, kuras sekas individuāli ir ļoti atšķirīgas (Golubina, 2007, 156).

S. Gailuma (2002, 87) min R. Tonkova – Jampoļskaja pētījumu par izmaiņām veselībā adaptācijas perioda laikā. To iedala trijās pakāpēs:

- **viegla adaptācija** – novērojama bērniem, kuri auguši sociāli labvēlīgās ģimenes optimālos apstākļos un ir veseli, psiho fiziski attīstīti un pirmsskolas izglītības iestādi sākuši apmeklēt pēc pusotra gada vecuma;
- **vidēja adaptācija** – raksturīga vai nu veseliem mazuļiem, kuri auguši labvēlīgās ģimenēs un pirmsskolu apmeklē pēc pusotra gada vecuma, vai arī jebkura vecuma bērniem no sociāli nelabvēlīgām ģimenēm, vai tādām, kurās pieļautas audzināšanas kļūdas;
- **smaga adaptācija** – bieži ilgst vairākus mēnešus. Bērns atkārtoti slimo, pēc tam kļūst jūtīgāks, nelabprāt atgriežas pirmsskolas izglītības iestādē.

Tas atspoguļojas 1. tabulā, kurā attēlota viegla, vidēja un smaga adaptācija un tās simptomi.

*1.tabula. Adaptācijas procesa iedalījums (Gailuma, 2002, 88)*

Simptomi	Viegla adaptācija	Vidēja adaptācija	Smaga adaptācija
Laiks, kurā normalizējas bērna miegs, apetīte, emocionālais stāvoklis, saskarsme ar pieaugušajiem, vienaudžiem, u. c. reakcijas uz vides maiņu	10 – 20 dienas	20 – 40 dienas	Līdz 60 dienām un vairāk
Neiropsihiskā attīstība	Atpaliecība vai izmaiņas nav novērotas	Vienu divus mēnešus pazeminās runas aktivitāte	Strauji samazinās augšana un svara pieaugums, attīstība var atpalikt no vienaudžiem par

			trim līdz sešiem mēnešiem
Saslimšanas biežums un ilgums, sākot apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi	Saslimšana nav novērojama vai arī ir tikai vienu reizi. Ilgst ne vairāk kā desmit dienas	Saslimšana var atkārtoties. Ilgst septiņas līdz desmit dienas	Atkārtotas, ilgstošas slimības ar sarežģījumiem, neirotiskas reakcijas. Ilgst vairāk nekā desmit dienas
Svars un augšana	Bez izmaiņām	Svara zaudēšana 30 – 40 dienas	Augšanas tempa un svara samazināšanās līdz pat sešiem mēnešiem

Darba autore uzskata, ka bērna adaptācijas spējas ir vājākas nekā pieaugušajiem, tāpēc brīdī, kad bērns nonāk citā, sev neierastā sociālā vidē, rodas sasprindzinājums, samazinās spēja pretoties slimībām, tāpēc arī slimošana ir ļoti bieža parādība pirmsskolas izglītības iestādes jaunākajās vecuma grupās.

Pirmsskolas izglītības iestādē bērns ierodas no sev ierastās sociālās vides – ģimenes un nokļūst atšķirīgā sociālajā vidē. **Sociālā vide** – indivīda dzīves sabiedriskā apkārtnē; eksistences un darbības sociālo, materiālo un garīgo apstākļu kopums; noteikts sabiedrisko attiecību kopums, kurā attīstās personība (Pedagoģijas terminu skaidrojoša vārdnīca, 2000, 160).

Ir divi vides jēdzieni: mikrovide un makrovide. Mikrovide ir bērna attīstības tuvākā apkārtnē – ģimene, dzīvesvieta, cilvēki tuvumā u.c. Makrovide ir bērna attīstības apkārtnē plašākā nozīmē – sabiedrība, kultūrvide kopumā, zīmes, simboli, priekšmeti un to lietojums, iepriekšējo paaudžu pieredze, morāle, audzināšana, kas veido ievirzes cilvēka psihē, īpaši pirmajos piecos dzīves gados (Svence, 1999, 14).

**Sociālā adaptācija** skaidrota kā cilvēka pielāgošanās sociālās sfēras nosacījumiem, kas sevī ietver:

- adekvātu apkārtējās vides un sevis paša uztveri;
- atbilstīgu attiecību sistēmu un saskarsmi ar apkārtējiem;
- spēju strādāt, mācīties, organizēt brīvo laiku un atpūtu;
- pašapkalpošanās, pašorganizācijas un savstarpējās apkalpošanas kolektīva prasmi;

- uzvedības izmaiņu atbilstoši citu cerībām (Gailuma, 2002, 85).

Pedagoģijas terminu skaidrojošajā vārdnīcā (2000, 161) socializācija tiek skaidrota kā process, kurā persona apgūst sabiedrības kultūru, sociālās normas, sociālo pieredzi un zināšanas, tradīcijas, vērtības, uzvedības un izturēšanās prasmes, lai vieglāk iekļautos (integrētos), atrastu savu vietu un spētu pilnvērtīgi dzīvot noteiktā sabiedriskā vidē, vienlaikus attīstot arī savas individuālās dotības, garīgo būtību. Visintensīvāk šis process notiek bērnībā un pusaudža gados.

J. Steckley, G. K. Letts (2010, 97) raksta, ka socializācija ir mācību process, kas iekļauj attīstību vai izmaiņas indivīda pašapziņā. Tas attiecas gan uz agrāko socializāciju, ko indivīds piedzīvo bērnībā, parasti to sauc par primāro socializāciju, gan uz socializāciju, kas notiek vēlāk dzīvē, ko dažkārt dēvē par sekundāro socializāciju.

I. Jurgena (2002, 12) uzsver, ka socializācija ir cilvēka sociālā veidošanās apkārtējas vides ietekmē, tā uzskatāma par kulturizācijas procesa sastāvdaļu. Tas ir nemitīgs process, kuram pakļauti visi cilvēki un tas jāuzskata par specifisku un speciālu kulturālu atklājumu cilvēku sabiedrībā, jo šajā procesā tiek saglabāta pati sabiedrība. Socializācijas process norit divās fāzēs:

- primārajā fāzē – no dzimšanas līdz 5/6 gadiem;
- sociālajā fāzē – no 5/6 līdz 14/15 gadiem.

I. Puškarevs (1999, 12) uzskata, ka personības socializācija ir process, kurā indivīds, pastāvot ļoti plašām izvēles iespējām, apgūst uzvedības veidu. Tas ir atkarīgs no tuvākās sociālās grupas tradicionālā uzvedības veida. Bērni socializējas, vērojot un atdarinot paraugus, līdzdarbojoties, mācoties. Gūtos iespaidus bērns iekšēji pārstrādā.

L. Braše (2010, 13) raksta, ka socializācija ir process, kurā indivīds apgūst uzvedības modeļus, sociālās normas un vērtības, kas nepieciešamas viņa veiksmīgai funkcionēšanai sabiedrībā. Darba autore uzskata, ka gan ģimene, gan pirmsskolas izglītības iestāde ir vieta, kur bērns apgūst sociālās prasmes.

R. Andersone (2004, 21) min, ka veidojoties bērna attiecībām ar citiem cilvēkiem, tiek apgūtas sociālās prasmes. Un savukārt, apgūstot sociālās prasmes, veidojas attiecības ar citiem cilvēkiem un vide, kurā bērns dzīvo.

Prasmes, ko sāk apgūt bērnudārzā, tiek pilnveidotas tālāk skolā, augstskolā, darbavietā – jebkur! Apjaušana, ka manas intereses un manas vēlmes ir jāsaskaņo ar citu interesēm un vēlmēm ir milzīgs trieciens ikvienam bērnam, taču tas ir nepieciešams, lai veidotu jebkādas attiecības, kas turpmāk dzīvē gaidāmas. Spēt iekļauties grupā, nepazaudējot individualitāti, ir bērnudārza vecuma posma augstākā pilotāža (Gulbe, 2019, 110).

Darba autore, balstoties uz, S. Gailumas (2002), I. Jurgenas (2002), I. Puškareva u.c. autora atziņām, uzsver, ka socializācijas process nebeidzās, tas turpinās līdz mūža galam, nemitīgi mainoties sociālajai videi. Sākumā bērna sociālā vide ir viņa ģimene, pēc tam tā ir pirmsskolas izglītības iestāde, kurā atrodas vienaudži un citu vecuma bērni, kā arī pedagogi. Visplašākā vide bērnam ir visa sabiedrība, ar kuru bērns sastopas ikdienas dodoties uz pirmsskolas izglītības iestādi, apmeklējot pasākumus un publiskas vietas.

*No šajā apakšnodaļā ievietotās informācijas var secināt, ka adaptācija ir process, kurā cilvēkam ir jāpielāgojas jauniem apstākļiem. Adaptācijas ilgums ir atkarīgs no dažādiem apstākļiem un tas var ilgt pat līdz trīs mēnešiem. Lai adaptācijas process būtu veiksmīgāks, pedagogam nepieciešams izziņāt katra bērna pašsajūtu un vajadzības.*

## **1.2. 2 – 3 gadīgu bērnu psiholoģiski pedagoģiskais raksturojums problēmas skatījumā**

Pedagoģiskajā un psiholoģiskajā literatūrā bērnu attīstību vecumposmā no viena līdz trim gadiem sauc par mazbērna periodu jeb agro bērnību. Šim periodam ir jāvelta vislielākā uzmanība, jo šajā laikā sāk attīstīties bērna personības galvenās kvalitātes:

- *es koncepcija;*
- pašvērtējums;
- saskarsmes prasmes un iemaņas;
- sociālās lomas uz atdarināšanas un empātijas pamata;
- priekšmetu nosaukumu apguve;
- egocentriskās runas apguve (Svence, 1999, 62).

D. Lieģeniece (1992, 6) min H. Aizenka uzskatu, ka personība ir rakstura, temperamenta, intelekta un ķermeņa vairāk vai mazāk stabila un noturīga organizācija, kuru nosaka tās vienīgā un individuālā adaptācija vidē.

Pirmsskolēna personība attīstās, apgūstot vecāko paaudžu sociālo pieredzi nepārtrauktā saskarsmē un sadarbībā ar citiem cilvēkiem (vecākiem, un citiem radniekiem, pirmsskolas izglītības skolotājiem, svešiem cilvēkiem). Iegūtā pieredze veido emociju un jūtu, iemaņu, prasmju, paradumu un zināšanu dinamisku sistēmu (Lieģeniece, 1992, 7).

Darba autore uzskata, ka tieši pirmsskolas izglītības iestāde ir vieta, kurā attīstās bērna personība, jo bērns lielāko savas dienas daļu pavada tieši tur, mācoties gan no bērniem, gan pieaugušajiem.

Bērna attīstība – tā noris kā likumsakarīgi posmsecīgas un pēctecīgas kvantitatīvas un kvalitatīvas pārmaiņas (bioloģiskās evolūcijas pamat stadijas un cilvēka kultūratīstības posmi) viņa bioloģiskajās un garīgajās struktūrās, un tās atklājas viņa attieksmes maiņā pret māti, tēvu, citiem cilvēkiem un lietu pasauli (Romenkova, 2008, 27).

I.Puškarevs (1999, 10) min, ka jēdzienam attīstība ir divējāda nozīme. Pirmkārt, tas ir kvalitatīvs process, kas saistīts ar organisma strukturālām pārmaiņām – ķermeņa šūnu diferencēšanos jeb specializēšanos un jaunu šūnu grupu jeb audu veidošanos. Otrkārt, šis jēdziens ietver sevī gan kvalitatīvo, gan arī kvantitatīvo augšanu.

Bērna augšana ir kvantitatīvs process – bērna ķermeņa masas, garuma, un citu izmēra palielināšanās, kas notiek šūnu skaita un šūnu lieluma pieauguma rezultātā. Bērna attīstība ir daudz plašāks jēdziens. Tas ietver gan fiziskā ķermeņa (bioloģisko) attīstību, gan garīgo (psihosociālo) attīstību (Geske, 2005, 6).

Darba autore secina, ka attīstība nav tikai ķermeņa augšana, bet gan arī garīgā attīstība, kas ir saistīta ar nervu sistēmas attīstību.

Mazu bērnu neirālajā darbībā raksturīga zināma nelīdzsvarotība – uzbudinājuma procesa pārsvars pār kavēšanu. Šie procesi ātri nomaina viens otru. Tāpēc bērni ir kustīgi, emocionāli, nesavaldīgi (Puškarevs, 1999, 30). Tāpēc pedagogam pirmsskolas izglītības iestādē rotaļnodarbības vajadzētu izplānot atbilstoši vecumposma attīstības likumsakarībām, jo bērni nespēj ilgi koncentrēt savu uzmanību un nosēdēt vai nostāvēt mazkustīgi ilgu laika posmu.

Nepārtrauktajā augšanas un attīstības procesā kvalitatīvi izmainās bērna ķermeņa izmēri, pilnveidojas visi orgāni un to funkcijas. Bērna fiziskā attīstība ir cieši saistīta ar viņa neiropsihisko attīstību. Mazbērna periodā bērns attīstās ļoti strauji, līdz 3 gadiem rit ļoti strauja smadzeņu attīstība, intensīva vielu maiņa un ir paātrināta sirds darbība (Golubina, 2007, 113).

I.Puškarevs, A. Golubeva (1999, 34) uzsver, ka agrajā bērnībā izteikta kustību aktivitāte ir dabiska. To nevajadzētu ierobežot, bet ievirzīt pareizajās slīdēs. Bērniem šajā vecumā jebkurā gadalaikā vairākas stundas dienā jāpavada svaigā gaisā, pastaigājoties un rotaļājoties.

Tā kā šajā vecumposmā bērni vēlas un viņiem ir nepieciešams aktīvi kustēties, pilnveidojas viņu koordinācijas spējas, un viņi spēj veikt sarežģītas kustības, pirmsskolas izglītības iestādei jānodrošina vide, kurā bērns var attīstīties, līst, skriet, lēkt, rāpot, kāpt. Kā arī jānodrošina droša āra vide, kurā bērni var aktīvi darboties. Līdz ar kustībām bērns izjūt, apzinās sevi kā indivīdu, personību, jo kustību prasme piemīt tieši viņam. Tādējādi kustību tālākā attīstība veicina neatkarības un pašapziņas veidošanos

Psihiskā attīstība ir ģenētiski noteikta un neiespējama bez cilvēciskas saskarsmes, tādēļ tiek lietots termins “psihosociālā attīstība”. Tā ir saistīta ar bērna personības intelektuālo, emocionālo un gribas procesu attīstību un pilnveidošanos (Geske, 2005, 29).

A. Cohen (2015, 1) raksta, ka šajos pirmajos gados bērni pastāvīgi mācās no visa, kas notiek apkārt. Viņi ir jutīgi pret emocionālo atmosfēru savā ģimenē un apgūst savas sociālās prasmes no pieredzes, kas viņiem ir ar vecākiem, pirmsskolas izglītības skolotājiem un spēlējoties ar citiem bērniem. Jo vairāk pozitīvas pieredzes bērnam ir, jo vairāk attīstīsies viņa smadzenes.

Bērna psihiskā attīstība ietver – uztveres, uzmanības, atmiņas, iztēles, domāšanas, runas, sajūtu, gribas, emociju attīstību.

**Uztvere** ir psihisks izziņas process, kurā atspoguļojas to priekšmetu un parādību īpašību kopums, kuri iedarbojas uz maņu orgāniem. (Vorobjovs, 2000, 79)

Uztvere ietver sevī sajūtas, tā atspoguļo priekšmetus un parādības, to pazīmju kopumā. Beidzoties kairinātāja iedarbībai, paliek uztveres tēli, ar kuriem joprojām var operēt. Uztveres spēja palīdz uzkrāt un veidot personīgo pieredzi, iepazīt apkārtējo pasauli. Pirmsskolas vecuma bērna sajūtas un uztvere attīstās ciešā saistībā un vienlaikus ar viņa intelektuālās darbības pilnveidošanos (Golubina, 2007, 65).

Šajā vecumā bērni parasti nespēj priekšmetus un parādības uztvert un novērtēt veselumā. Bērns uztver kādu vienu īpašību vai parametru – formu, krāsu. Bērni lietas un parādības uztver un novērtē tikai no savas redzes punkta. Bērnu domāšanā pietrūkst loģikas (Puškarevs 1999, 35).

G.Svence (1999, 63) uzskata, ka šajā periodā bērniem jau ir izveidojušies priekšstati, kas ir tuvākajā apkārtnē un kā to sauc – par rotaļlietām, ķermeņa daļām, ēdienu, utt., taču bērni izprot tikai atsevišķas lietas, ne kopsakarības un nianšes.

Darba autore secina, ka svarīgi to zināt ir strādājot pirmsskolas izglītības iestādē, lai varētu uzdot jautājumus, kas rosinātu bērnu domāšanu, taču nevar aizmirst, ka katram bērnam piemīt tikai viņam raksturīgās individuālās īpašības, tāpēc katram bērnam uztveres spējas var būt dažādas.

**Uzmanība** ir cilvēka apziņas koncentrētība un virzība uz ārējās vai iekšējās (psihiskās vai fiziskās) pasaules atspoguļošanu (Vorobjovs, 2000, 117).

V. Golubina (2007, 113 – 114) atzīmē, ka otrajā dzīves gadā palielinās nervu sistēmas darba spējas. Savukārt trešajā dzīves gadā nervu sistēmas pilnveidošanās palielina bērna darba spējas, viņš var jau ilgāk koncentrēt savu uzmanību.

Mazbērna vecumā dominē bērnam piemītošā netīšā uzmanība. Viņus piesaista viss spilgtais, lielais. Tīšā uzmanība veidojas pamazām. Uzmanībai piemīt vairākas īpašības, kas jāņem vērā, strādājot ar bērniem:

- apjoms – informācijas daudzums, ko cilvēks spēj ietvert savas uzmanības lokā, un tas dažādiem cilvēkiem ir atšķirīgs, tas var būt atkarīgs no pieredzes un iepriekšējām zināšanām;
- uzmanības koncentrācija – tā ir spēja noturēt uzmanību, nepievēršoties kam citam (Golubina, 2007, 68).

No tā var secināt, ka mazākam bērnam ir mazāks uzmanības apjoms, tāpēc pirmsskolas izglītības iestādes skolotājam svarīgi apzināties, cik ilgi bērns atbilstošajā vecumposmā spēs pilnvērtīgi pievērsties darbībai. Kā arī pedagogam vajadzētu novērst citus blakus faktorus, kas var traucēt uzmanības koncentrāciju, piemēram, izslēgt mūziku, ja tāda fonā skan, lai citi bērni netraucē darboties. Taču jāņem vērā, ka arī interese un nogurums ietekmē bērna uzmanības koncentrāciju.

**Atmiņa** ir psihisks izziņas process, kurā cilvēks iegaumē, reproducē un aizmirst domas, tēlus, kustības, t. i., pieredzi (Vorobjovs, 2000, 127).

Šajā vecumposmā dominē netīša atmiņa. Pirmsskolas vecuma bērni galvenokārt izmanto atkārtošānu, ka arī spēju atrast līdzīgo un atšķirīgo. Šajā laikā notiek arī tēlainās, kustību un verbālās atmiņas attīstība.

Parasti vecāki bērni spēj atcerēties vairāk informācijas nekā jaunāki bērni. Turklāt vecāki bērni labāk spēj atsaukt atmiņā pagātnes notikumus. Tas nozīmē, ka pēc kāda uzdevuma bērni spēj atsaukt atmiņā notikumu, izmantojot ilgtermiņa atmiņu. Spēja izmantot ilgtermiņa atmiņu liecina par smadzeņu attīstību, jo tā ilgstoši atmiņā nepieciešams izmantot vairākus smadzeņu reģionus (Hakes, 2015). Tiek secināts, ka svarīgi, kad tiek spēlēta kāda rotaļa, lasīta pasaka, to izdarīt ne tikai vienā dienā vienu reizi, bet gan atkārtot vairākas dienas, jo tā bērns to sāk iegaumēt.

**Iztēle** ir izziņas process, kurā uz veco tēlu pārstrādes pamata veidojas jauns tēls (Vorobjovs, 2000, 111)

Iztēle veido jaunus tēlus no iepriekš uztvertajiem, bet domāšanas procesā vispārināti vai pastiprināti atspoguļojas apkārtējā īstenībā. Pirmsskolas vecumā bērna iztēle ir ļoti dzīva un radoša, jo viņš neprot norobežot īstenību no fantāzijām, realitāte nereti saplūst ar izdomu (Golubina, 2007, 69).

Agrīnās bērnības perioda beigās – 3 gadu vecumā – veidojas spējas vispārināt, atrast jaunas asociācijas starp jau zināmo priekšmetu funkciju vai nozīmi un jauno. Iztēle ir nozīmīgs psihiskais process agrīnās bērnības periodā. Iztēles attīstībai ir nozīme arī abstraktās domāšanas attīstībā. Tā kā iztēle saistās ar asociācijām, tēliem, kopīgā meklēšanu parādībās. Tad, attīstot asociatīvo iztēli, domāšanu, (likt sameklēt līdzīgo), var sākt attīstīt asociatīvo (abstrakto) domāšanu 3 gadu vecumā (Svence, 1999, 68)

**Domāšana** ir psihisks izziņas process, kurā ar runas palīdzību notiek vispārināta un netieša atspoguļošana (Vorobjovs, 2000, 97).

Pirmsskolas vecuma bērniem ir raksturīga uzskatāmi konkrētā domāšana – bērns uztver, iegaumē un izprot labāk to informāciju, kuru viņš var iegūt caur sajūtām. Ir arī tēlainā domāšana, jo šis ir vecums, kad ir ļoti liela iztēle.

Pedagogam stāstot kādu pasaku vai garāku tekstu vajadzētu to rādīt ar dažādiem priekšmetiem, izspēlējot sižetu, kā arī dodot iespēju tos aptaustīt, lai bērns labāk atcerētos un uztvertu tekstu.

G. Svence (1999, 63) min, ka psihes jaunveidojums agrajā bērnībā ir runa, uzskatāmi tēlainā domāšana. Runu bērni apgūst ļoti ātri, īpaši pēc tam, kad viņi paši ir sākuši izrunāt pirmos vārdus. Attīstās arī fonemātiskā runa – gramatisko formu saskaņošana. Tā sāk attīstīties 1 gada vecumā un ilgst līdz 3 gadu vecumam, kad gandrīz vienmēr bērni jau saskaņo gramatiskās formas, locījumus un galotnes. 2 gadu vecumā pasīvais vārdu krājums ir 3 reizes lielāks nekā aktīvais. Bērni sākumā labāk reaģē nevis uz vārdu nozīmi, bet uz situāciju, ar ko vārds saistījies vai pašlaik saistās. Vārdu bērns uztver kopā ar žestiem, mīmiku, pantomīmu, balss intonāciju.

Divu gadu vecuma bērna vārdu krājumā ir no 200 līdz 300 vārdiem. Trīs gadu vecumā bērnu vārdu krājumā ir jau 1200 – 1500 vārdu. Runa veido arī emocionālās saiknes ar cilvēkiem. Bērna runa attīstās tikai saskarsmē ar pieaugušo (Golubina, 2007, 114).

J. North, T. Carter (2019, 206) uzsver, ka bērniem šajā vecumā būs attīstījusies spēja būt ziņkārīgam un uzdot tādus jautājumus kā „kas?” un „kāpēc?”. Un viņi visu laiku jautās par dažādām lietām. Lai gan tas var būt nogurdinoši, ar siltumu un iejūtību ir jāatbild bērnam, bezgalīgi dodoties papildus atbilžu meklēšanā uz šiem jautājumiem. Patiesība ir tāda, ka jo vairāk jūs reaģējat, jo pozitīvāk jūtaties un jo vairāk jūsu smadzenes iedegas apstiprinoši, kad jūs saskaraties ar bērnu, jo vairāk viņi arī iedegsies un jo vairāk attīstīsies viņu smadzenes. Viņu attīstība ir „prāts prātā” pieredze, kuras galvenais iemesls šai attīstībai ir jūsu prāts. To ir pierādījuši neurozinātnieki.

Darba autore uzskata, ka svarīgi ir, lai pieaugušais darbotos kopā ar bērnu, sarunātos, stāstītu un skaidrotu visu, jo tikai tādā veidā attīstīsies bērna runa. Īpaši nozīmīgi šajā vecumā bērniem ir lasīt grāmatas un rādīt dažādus attēlus, kas bagātinās bērna vārdu krājumu.

Sajūtas kā psihisks process atspoguļo priekšmetu vai parādību īpašības tajā momentā, kad tās tieši iedarbojas uz mūsu sajūtu orgāniem, sniedzot informāciju par vienu pazīmi. Sajūtas zūd momentā, kad kairinātāja darbība beidzas, tātad tās ir tiešas. Tas norāda arī, ka sajūtas rada uztveres tēlus un ka sajūtas un uztvere ir nedalāmas tāpat, kā visi pārējie psihiskie procesi.

Pirmsskolas vecuma bērna sajūtas un uztvere attīstās ciešā saistībā un vienlaikus ar viņa intelektuālās darbības pilnveidošanos (Golubina, 2007, 65).

Visa cilvēka izziņas darbība ir saistīta ar sajūtām un uztveri, kuras savukārt veido un attīsta uzmanību, atmiņu un tās struktūru, iztēli, domāšanu un valodu.

Ē. Ēriksone personības attīstībā izšķir astoņas stadijas, katrā no tām indivīdam jāapmierina noteiktas vajadzības. Atkarībā no tā, cik pilnīgi tās tiek vai netiek apmierinātas, var izpausties psihosociālās attīstības konflikts jeb krīzes. Otrajā un trešajā dzīves gadā konflikts var veidoties starp autonomiju, no vienas puses, un kautrību, šaubām, no otras. Attīstās bērna balsta – kustību aparāts. Viņš mācās staigāt un darboties, cenšas kļūt neatkarīgāks. Svarīgi šai laikā neapspiest bērna patstāvības autonomijas tieksmes, palīdzēt viņam pārvarēt bailes un nedrošību (Puškarevs, 1999, 36). Tāpēc pieaugušajam ar savu rīcību un emocijām vajag parādīt, kas ir droši un kas nav. Ja pieaugušais būs ļoti uztraukts, nedos iespēju bērnam darboties pēc paša iniciatīvas, tādā veidā apspiedīs viņa vēlmes un radīs bailes no jaunā, nezināmā.

Savukārt S. Gailuma (2002, 90) izsaka viedokli, ka pāreja no viena attīstības perioda uz citu saistīta ar krīzēm, tātad jebkurš jaunveidojums arī saistās ar izpausmēm, kuras nav novērotas iepriekš – krīzēm. 3 gadu krīzē novērots – negatīvisms, ietiepība, patvaļas un nepaklausības izpausmes, bērns it kā par spīti dara tieši to, ko pieaugušais ir aizliedzies. Krīzes atklāj personībai intensīvas pašattīstības iespējas. Krīze izpaužas kā ātra un vētrains augšana. Trīs gadus veca bērna krīzes jēga ir savas neatkarības un patstāvības apjaušana. Bērns pret viņam nevēlamu darbību protestē ar kliegšanu, tādā veidā vēloties atjaunot taisnību. Trīs gadus vecam bērnam var piemist vēlmes, kas raksturīgas pieaugušajiem:

- izjust savu vajadzību;
- būt līdztiesīgiem;
- vismaz kādā jomā būt pārākam, bet labāk neaizstājamam;
- izvēlēties;
- pārvaldīt savu ķermeni;
- pretendēt uz personiskām lietām.

V. Golubina (2007, 86) balstoties uz D. Eļkoņina uzskatiem min, ka vadošā darbība 1 – 3 gadu vecam bērnam ir priekšmetiskā manipulācija. Darba autore secina, ka pirmsskolas izglītības iestādē bērni aktīvi izzina lietas un priekšmetus, rotaļājas ar tiem. Šajā vecumā bērni vēl nespēlējas kopā bet “blakus”. Mazbērna periodā rotaļās bērniem ir grūti ievērot noteikumus, tādēļ viņi labāk rotaļājas vienatnē. Šajā vecumā bērni savās rotaļās sāk atkārtot visu, ko pieaugušie dara ar viņiem, - mazgā, samīļo, apģērbj, liek gulēt. Bērniem ir svarīgs pieaugušā

tuvums, lai viņš justos droši. Konflikti starp bērniem rodas rotaļlietu dēļ, kuras bieži cenšas viens otram atņemt.

Šajā vecumā bērnus var novērot kā egocentriskus, kas nozīmē, ka viņi patiešām var domāt tikai vienā veidā, un tas ir, ka pasaule griežas ap viņu prātā esošo. Tas liek viņiem parādīties kā maziem diktatoriem. Šī vecuma bērni patiesībā ir izmisuši, lai viņus labi pārvaldītu. Viņi nespēj sevi pārvaldīt - viņiem vajag, lai pieaugušais būtu ļoti tuvu, lai pēc iespējas pārdomātāk un prātīgāk pastāstītu, kad apstāties (North, Carter, 2019, 207).

Savukārt G. Svence (1999, 69) balstoties uz Ē. Ēriksona uzskatiem uzsver, ka šajā periodā par valdošo kļūst vēlēšanās paust patstāvīgumu, apņēmīgums vai kauna un šaubu izjūta. Tiek uzskatīts, ja pieaugušais ļauj bērnam veikt dažādas darbības, kas atbilst viņa personīgajai attīstībai, un nesteidzina viņu, tad bērnam rodas patstāvīgums, sajūta, ka viņš pats var un prot. Savukārt, ja bērns tiek steidzināts, kritizēts vai izdarīts viņa vietā, bērnam rodas sajūtu, ka viņš pats neko izdarīt neprot un iespējams nākamajā reizē vairs nevēlēsies veikt šo uzdevumu. Tieši no pieaugušā ir atkarīgs vai bērnam veidosies kompetences apziņa vai vainas un šaubu izjūtas.

V. Golubina (2007, 100) balstoties uz Ē. Ēriksonu min, ka šajā stadijā pretpoli ir patstāvīgums un apņēmīgums vai kauna un šaubu izjūta. Tas ir bērna saskarsmes laiks ar pieaugušo pasauli un tās ierobežojumiem. Bērns sāk staigāt un runāt, aktīvi darboties ar dažādiem priekšmetiem, bet pieaugušais izvirza prasības, radina bērnu pie kārtības.

Darba autore uzskata, ka bērns šajā vecumposmā eksperimentē ar apkārtējiem, gan ģimeni, gan pedagogiem, pārkāpj noteikumus, pārbauda, ko viņš var un nevar darīt un kas tiek no viņa sagaidīts. Tāpēc pedagogam svarīgi būtu noteikt robežas un būt savaldīgam.

Attīstoties bērna patstāvībai, it īpaši trīs gadu vecumā, parādās bērna vēlēšanās apliecināt savu "es". Šī vēlēšanās norāda uz apzinātās uzvedības iedīgļu parādīšanos (Lieģeniece, 1992, 17). Agrīnajā vecumā bērnam pakāpeniski rodas tieksme pašam darboties, izteiktāka kļūst viņa patstāvības tendence. Viņa darbības un rīcības izraisās neapzināti, to pamatā ir jauni iespaidi, kustību aktivitāte, tieksme pēc patstāvības, saskarsme ar pieaugušajiem, dabiskās iekšējās vajadzības, kuras bērns jau mēģina patstāvīgi apmierināt (Lieģeniece, 1992, 17).

2 gados bērnam ir ļoti augsts pašvērtējums, viņš tic, ka tā kā to darīja vecāki kopš viņa dzimšanas, tā arī visiem pārējiem notikumiem un cilvēkiem ir jābūt tikai ap viņu (Rosemond, 2000). Darba autore uzskata, ka, attīstoties bērna *es koncepcijai*, viņš bieži vien nonāk konfliktā ar pieaugušo, kurš nevēlās pieņemt bērna vajadzības, domas un vēlmes.

Šajā vecumā bērni atdarina un modelē to, ko redz. Ja bērns ir dusmīgs un apkārtējie atbild bērnam arī ar dusmām, viņiem būs grūti atrast veidu kā tikt galā ar savām dusmām. Ja

mazs bērns ir neapmierināts, ir vienkārši jāatceras, ka viņi tikai mācās emocionālo valodu un viņiem ir maza jūtu pieredze (Greenberg, 2010).

Darba autore uzskata, ka bērns ne tikai pirmsskolas izglītības iestādē, bet arī mājās apgūst savas emocijas un mācās kā tikt ar tām galā. Un tas pedagoga darbu padara grūtāku, jo, ja mājā uz viņa dusmām reaģēs ar dusmām, bērns arī gaidīs, ka tā darīs pedagogi pirmsskolas izglītības iestādē. Pedagogam ir svarīgi saglabāt emocionālo stabilitāti, lai mācītu kā tikt galā ar savām emocijām, kas ietekmēs viņu spējas vadīt attiecības ar cilvēkiem nākotnē.

Svarīgs pamats bērna attīstībai ir ikdienas rutīnas ievērošana. Rutīnas un rituāli palīdz bērniem saprast secību, laiku un uzzināt par gaidāmo (Cohen, 2015, 3). Darba autore uzskata, ka rituālu un dienas kārtības ievērošana dod iespēju bērniem saprast dienas secību, kāda darbība sekos nākamajai, tai sagatavoties, kas mazina bērnos satraukumu un rada drošības sajūtu.

D. Lieģeniece (1992, 125) uzsver, ka sekmīga pedagoģiskā darbība nav iedomājama bez pieaugušā lietpratīgas saskarsmes ar bērniem. Panākumus un neveiksmes bieži vien nosaka saskarsmes kultūra, kas ir saistīta ar prasmi uztvert otru cilvēku un organizēt mijiedarbību ar viņu.

J. North un T. Carter (2019, 197) raksta, ka bērnība ir nepārtraukts process, nevis vienas pieturas pasākums. Vecāki, kuri ir jutīgi pret saviem bērniem, ievēros šo procesu. Bērni aug fiziski, bet viņi aug arī psiholoģiski, emocionāli un kā sociālas personas. Viņi mācās ļoti smalko mākslu mijiedarboties ar citiem vislabākajā iespējamajā veidā, lai nodrošinātu savu izdzīvošanu un labklājību.

*Kopumā pēc apzinātās literatūras var secināt, ka pedagogam, strādājot pirmsskolas izglītības iestādē, ir svarīgi zināt vecumposmu attīstības likumsakarības, lai sekmīgi varētu veikt pedagoģisko procesu. Taču jāatceras arī, ka katrs bērns attīstās savā tempā ar savām individuālajām attīstības likumsakarībām, tāpēc pedagogam ir jāņem vērā arī katra bērna individuālā attīstība.*

### 1.3. Pieaugušo sadarbība – labvēlīgas adaptācijas norises priekšnoteikums

Sadarbība ir divu vai vairāku cilvēku darbs uz kopīgu mērķi, saskaņotiem mērķa sasniegšanas līdzekļiem, tuvinātu novērtējumu un pašnovērtējumu par sasniegtajiem rezultātiem. Sadarbība ir pieredzes pārņemšanas forma, iespēja labāko paraugu atdarināšanai, pašpieredzes pilnveidošana ar jaunām zināšanām, prasmēm un attieksmēm (Šteinberga, 2013, 59).

Adaptācijas periodā svarīga loma ir skolotāja, bērna un viņa vecāku saskarsmei. Pozitīvu pedagoga un bērna saskarsmi veido savstarpējās saprašanās mehānismi, piemēram, empātija, kad partneri iedziļinās viens otra pārdzīvojumos. Pedagoga pozitīva attieksme un nostāja bērnam rada labvēlīgu iespaidu un vēlēšanos sadarboties. Pirmajā saskarsmes reizē vizuālais izskats, mīmika, acu skatiens, balss intonācija var būt noteicošais tam, vai bērns vēlas kontaktēties ar pedagogu vai nē (Gailuma, 2002, 103).

Skolotājam ir nepieciešama liela pacietība un empātija, jāizrāda sirsnība un pretimnākšana, skaidrojot, atbalstot, palīdzot pārvarēt jebkuras grūtības. Ir svarīgi radīt bērnos drošības izjūtu un vēlmi nākt uz pirmsskolas izglītības iestādi un sadarboties ar visiem (Golubina, 2007, 156).

Darba autore uzskata, ka pedagogam adaptācijas perioda sākumā bērnam ir jārada sajūta, ka viņš ir gaidīts un drošībā. Tāpēc svarīgi, lai pedagogs bērnu sagaidītu ar smaidu, paņemtu savā klēpī un samīļotu. Tad bērns sajūtīs, ka arī tur par viņu rūpējas un viņš var justies droši. Brīdī, kad tiks radīta šī drošības sajūta, bērns sāks izzināt pirmsskolas izglītības iestādes vidi un aktīvi darboties.

Uzsākot gaitas pirmsskolas izglītības iestādē, bērnam ir traucētas vismaz trīs līmeņu vajadzības:

- vajadzība pēc drošības (kas mani sagaida, vai nebūs briesmīgi, vai nebūs grūti, vai mani nebārs);
- sociālās vajadzības (vai bērni mani pieņems, vai ar mani draudzēsies, vai es patikšu);
- izziņas vajadzības (ko darīsim, vai būs interesanti, ko es jaunu uzzināšu) (Kājiņa, Aunīte, 2006, 63).

No rīta atvadoties, noteikti jāapsola bērnam, ka atnāks viņam pakaļ un kurā brīdī tas būs, lai bērns skaidri zinātu, ka tā būs un zinās, ka, piemēram, pēc launaga, viņam būs pakaļ. Ne mazāk svarīgi gan pedagogam, gan vecākiem bērnam izstāstīt par dienas gaitu, kas bērnu sagaida, kāda ir kārtība, noteikumi.

Ja ir iespēja, tad pirmajā dienā, nevajadzētu atstāt bērnu pirmsskolas izglītības iestādē uz visu dienu, jo pirmajai reizei tas būtu pārāk ilgs šķiršanās laiks. Pakāpeniski vajadzētu iepazīstināt bērnu ar bērnudārzu, audzinātāju, grupas biedriem, katru dienu viņu atstājot tur arvien ilgāku laiku. Kāds paņemts priekšmets no mājām var palīdzēt bērnam paturēt vecākus atmiņā prombūtnes laikā un sniegt viņam mierinājumu (Vecgrāve, 2005, 104). Svarīgi, lai skolotājas neiebilstu pret to, ka bērns sev ņem līdzīgu kādu svarīgu lietu (rotaļlietu vai kādu citu priekšmetu, kas bērnam ir svarīgs), jo tādā veidā bērns izjūt drošību.

Mazam bērnam pat nelielas pārmaiņas var likties kā pasaules gals. Apkārtnē, kur ir tik daudz nepazīstamu lietu, jābūt drošībai un kārtībai – kaut vai pazīstamiem ēdieniem, “manai krūzītei” Šajā laikā bērnam rodas spēcīga tieksme būt neatkarīgam, taču vienlaikus pastāv arī šķiršanās (no mātes) trauksme. Iespējams, ar bailēm maziem bērniem vislabāk tikt galā palīdz iztēles rotaļas – tā bailēm iespējams piešķirt veidu un fantāzijā uzveikt tās; iztēlē bērns spēj būt noteicējs par apkārtējām norisēm (Smita, 1995, 39).

Vecāku attieksme, bailes, nedrošība, vainas apziņa, varbūt arī nepatika, ietekmē to, cik veiksmīgi mazulis spēs iekļauties vidē. Bērns izjūt vecāku satraukumu un pārņem to. 2 – 3 gadu vecumā mazuļi šķiršanos no tuva cilvēka uztver visjūtīgāk (Kājiņa, Aunīte, 2006, 63). Darba autore uzskata, ka bērnam labāk ir īsas atvadas, lai nesāktu uztraukties vairāk. Ja vecāks no rīta pats nevar atvadīties no bērna, ilgi mīļo, ja raud, tad ilgi cenšas pats nomierināt un tādā veidā vēl vairāk satrauc bērnu, jo bērns jūt, ka arī vecāks ir uztraucies par to, ka viņš ir tur jāatstāj.

Pedagogi var palīdzēt vecākiem pielāgoties jaunajiem apstākļiem, radīt viņos pārliecību, ka viņu bērns ir drošībā. Kaut būtiska ir arī vajadzība pēc saskarsmes ar citiem bērniem, adaptācijas periodā bērns orientējas uz pieaugušo. Bērns neizjūt sevišķu vajadzību pēc saskarsmes ar citiem bērniem (Kājiņa, Aunīte, 2006, 63).

Būtiski, lai bērns justos gaidīts, lai viņa ierašanās grupā būtu liels notikums ne tikai viņam, bet arī pārējiem bērniem un pieaugušajiem. Tikai tad, ja pedagogs spēj nodrošināt katra audzēkņa individuālās vajadzības un vecāku intereses, var veidoties pozitīva saskarsme ar bērnu un viņa vecākiem. Liela nozīme ir iepriekšējai pozitīvai noskaņošanai pret bērnudārzu, stāstot, ko viņš iegūs, to apmeklējot (Kājiņa, Aunīte, 2006, 63).

Bērnam ir svarīgi būt patstāvīgam, ieņemt savu vietu ģimenē, sociālā grupā. Ja bērns jūties drošs par sevi, viņš tiks respektēts arī tad, ja netiks pieņemts simtprocentīgi (Leimane, 1998, 9). Ja bērns nejūtas droši pats par sevi, viņš norobežosies no apkārtējiem un apkārtējie nevēlēsies kontaktēties arī ar viņu.

Skolotāja – bērna – vecāku sadarbības mērķis ir bērna personības attīstības veicināšanai. Vēsturiski ir izveidojušās dažādas sadarbības formas: individuālās sarunas, vecāku sapulces,

svētku koncerti, uz kuriem tiek aicināti arī vecāki, vecāku padomes un biedrības, vecāku dienas (Šteinberga, 2013, 58).

**Sadarbības formas** klasificējamās pēc dažādām formālām pazīmēm, piemēram, sadarbībā iesaistīto pušu, indivīdu skaits, sadarbības norises vieta, sadarbībā iesaistīto pušu status utt.

Individuālās formas:

- rakstiska, telefoniska sazināšanās;
- atbildes uz jautājumiem;
- individuālās pārrunas;

Grupālās:

- grupas vecāku sapulce;
- vecāku komiteja;

Frontālās:

- vecāku kopsapulce;
- ģimeņu vakari;
- svētki un pasākumi iestādē;
- pārgājieni, ekskursijas (Baldiņš, Raževa, 2001, 13).

Visas minētās sadarbības formas ir veiksmīgas, ja visu iesaistīto pušu mērķi ir tuvināti, mērķa sasniegšanas līdzekļi ir pieejami un saprotami, kā arī motivācija ir apzināta, kas nodrošinātu darbībai jēgu.

Bērna sekmīga attīstība var risināties tikai pedagogu un bērna ģimenes pārdomātas un saskanīgas sadarbības rezultātā. Sadarbības centrā ir jāliek bērna intereses. Skolotājam kā personībai ir ievērojama loma bērna attīstīšanas procesos, taču ģimenei ir galvenā nozīme bērna audzināšanā un attīstībā (Golubina, 2007, 146).

*Darba autore secina, ka bērna vecākiem ir jābūt tiem, kuri bērnam rada drošības sajūtu, stāsta par pirmsskolas izglītības iestādi, tajā notiekošajām darbībām. Savukārt skolotājam un skolotāja palīgam jārada labvēlīga vide, lai vecāki justos droši atstājot savu bērnu pirmsskolas izglītības iestādē un bērns justos droši tajā ierodoties.*

## 1.4. Sociālās adaptācijas veicināšana rotaļās

Pirmsskolas vecumā rotaļai ir noteicoša un attīstoša loma, jo rotaļa šajā periodā ir bērna dzīves veids, bērna dzīves organizācijas pamatforma, kas attīsta un pilnveido viņa prātu. Rotaļa pirmsskolā ir bērna audzināšanas un attīstīšanas līdzeklis (Golubina, 2007, 169).

Jau agrīnā bērnībā veidojas jaunas darbības veids, kas vistiešāk iespaido bērna psihisko attīstību, tā ir rotaļa un produktīvie darbības veidi – zīmēšana, konstruēšana, veidošana (Plaude, 2009, 7). Bērni savu rotaļu elementus pārņem no apkārtējās pieaugušo vides. Spēlējot spēles, bērni apmierina savu sociālo vajadzību – būt dzīvē kopā ar pieaugušajiem. Bērniem vairs nepietiek vienkārši būt klāt pieaugušo darbībā, viņi paši savā starpā organizē īpašu rotaļu dzīvi, veidojot to no savas vides sociālo attiecību un pieaugušo darba dzīves galvenajiem elementiem, iedalot sev novērotās pieaugušo lomas. Dodot iespēju bērnam rotaļāties, mēs dodam iespēju normālai psihes attīstībai, jo tieši rotaļa ir vadošā darbība pirmsskolas vecumā.

C. Gestwicki (2010) raksta, ka rotaļa ir svarīgs līdzeklis pašregulācijas attīstībai, kā arī valodas, izziņas un sociālās attīstības veicināšanai. Rotaļā bērni aktīvi veido savas zināšanas par pasauli, pilnvērtīgāk izvērs savas iztēles robežas, kā arī apgūst jaunas prasmes.

Rotaļājoties bērns gan atdarina, gan parodē – arī šīs prasmes lieti noder dzīves gaitās. Rotaļā bērns apgūst toleranci pret rotaļbiedriem, attīsta savu iztēli un radošumu. Bērni visu iemācas rotaļājoties: caur rotaļu izzina sevi, pasauli, lietas, parādības un likumsakarības (Brice, 2013, 9).

Ir dažādi rotaļu klasifikācijas veidi, F. Keira klasificē rotaļas:

- pēc to rašanās, izdalot instinkta – iedzimtās un atdarinošās rotaļas, kas balstās uz bērnu iztēli;
- pēc to attīstošās nozīmes, izdalot kustību rotaļas, sajūtu, intelekta, emocionālās, gribas, artistiskās rotaļas, kas ietver zīmēšanu, veidošanu, dramatizējumus, celtniecību (Dzinteres, Stangaine, 2005, 27).

B. Brice (2013, 36) raksta, ka skandējot dažādas vārdu spēles un dzejoļus, mēs ne tikai attīstām bērnu radošumu un ritma izjūtu, vingrinām atmiņu un artikulāciju, bet vienlaikus tiek likti vērtīgi pamati muzikālo prasmju, kā arī dzimtās un citu valodu (ritms, intonācijas, akcenti) apguvei. Skaitāmpanti var uzmundrināt nogurušu bērnu, labestīgi paķircināt niķu poli, noderēt kā ritma pavadījums kustību rotaļās u.c.

Pirkstiņu rotaļas un spēles ir specifiski mērķtiecīgi virzīti roku vingrinājumi runas kustību analizatora sekmēšanai. Šīs rotaļas palīdz attīstīt atmiņu un koncentrēt uzmanību, tāpēc pirkstiņu rotaļai un uzmanības koncentrēšanai izšķir šādas saistītas fāzes:

- sagatavošanās uzmanībai – fāze, kas liek bērnam būt modram, sagatavoties aktivitātei ar motivāciju;
- uzmanības koncentrēšana, kurai ir nepieciešama modrība un enerģija, lai rūpīgi izpētītu problēmu un attīstītu interesi par to;
- uzmanības noturēšanas fāze, kurā bērniem jākoncentrējas ilgstošā laika periodā.

Šo uzmanības noturēšanu bērna pirkstiņu rotaļas attīsta neapzināti, jo ir interese izpildīt rotaļu līdz galam (Šternfelde, 2017, 10).

Darba autore uzskata, ka rotaļas ar dziedāšanu, pirkstiņ spēles un kustību rotaļas ir svarīgas bērnam uzsākot pirmsskolas izglītības iestādi. Pedagoģi dziedot un rosinot iesaistīties kustību rotaļas, veicina bērna aktivitāti, rada bērnos komfortu, līdzsvaru, apmierinājumu, prieku.

Agrā bērnībā sāk rasties un attīstīties lomu rotaļas elementi. Lomu rotaļās bērni apmierina savas ambīcijas kopīgai dzīvei ar pieaugušajiem, spēļu forma pavairo attiecības un darba prieku ar pieaugušajiem cilvēkiem (Мухина, 1985, 115).

Sākumā bērna iekļaušanās sabiedrībā notiek spēles formā. Kopīgās spēlēs grūti iekļauties bērniem ar mazvērtības izjūtu, psiholoģisku traumu vai fizisku defektu dēļ, kā arī izlutinātiem un bezsirdīgiem bērniem (Leimane, 1998, 8).

Adaptācijas perioda sākumā bērniem ir grūti uztvert vairākus norādījumus uzreiz, tāpēc rotaļas noteikumu skaidrošana jāveic kopā ar demonstrējumu un nav jāpasaka visi uzreiz, bet spēles gaitā. Jārada priecīgs, emocionāli bagāts noskaņojums, jāmaca rotaļu paņēmieni un sadarbība ar citiem. Skolotāja pienākums ir iepazīstināt bērnu ar rotaļu un spēļu variantiem, darbībām, jārada gaiša atmosfēra un jāizmanto rotaļas daudzveidīgās funkcijas bērnu patstāvīgas darbības veicināšanai (Golubina, 2007, 147).

Tā kā sākumā, nonākot pirmsskolas izglītības iestādē, bērns vēl ir novērotāja lomā, pedagogam ir jāierāda bērnam dažādās rotaļlietas un jāparāda, ko ar tām var darīt. Protams, būs bērni, kas uzreiz dosies un paši visu izpētīs, taču daudzi tikai vēros un baidīsies paši iepazīt.

Psiholoģiski vesels bērns ar stabilu drošības izjūtu vienmēr grib spēlē izmēģināt visu jauno, ko viņš ir uzzinājis, kas viņu ir emocionāli ietekmējis. Ja bērna rotaļas ir aktīvas, tas nozīmē, ka bērns ir drošs un atraisīts, viņš trenē gan savu ķermeni, gan arī attīsta dažādas iemaņas un izpēta savas emocijas, kompensē vai izpilda savas vēlmes. Izspēlējot rotaļā savas vēlmes, indivīds mazina iekšējo sasprindzinājumu. Savukārt, ja bērna rotaļāšanās ir pasīva, tas nozīmē, ka viņš izdzīvo savas emocijas tikai iekšēji, baidīdamies tās paust vai pārvērst darbībā, izjūzdams sevi dzīvē kā skatītāju, nevis kā aktīvu tās dalībnieku. Šis bērns neuzdrīkstas aktīvi darboties. Tāds stāvoklis var būt normāls adaptācijas procesā jaunos apstākļos, bet, ja tā tas ir vienmēr, tad liecina par bērna iekšējām problēmām (Vecgrāve, 2005, 185).

Lai rotaļa sasniegtu vēlamo mērķi, tai jābūt piemērotai bērnu fiziskajām un garīgajām spējām, augumam, vecumposmam. Līdz ar bērnu fizisko un garīgo spēju pieaugšanu attiecīgi jākāpina arī viņiem paredzēto rotaļu saturs (Ošs, 1993, 4).

M. Cowdray (2012, 27) raksta, ka pieaugušajiem ir jābūt skaidram, ko bērns iemācās katrā rotaļā, un kā to iekļaut dažādās mācību jomās ar mūsu pieaugušo palīdzību:

- izpētīt apkārtējo pasauli - spēlēties ar to, sajūst, nogaršot, iesaistīties, absorbēt un mēģināt to saprast;
- iekļaut valodu pamatus, matemātiku un dažādas citas mācību jomas;
- apgūt dažādas vispārējās prasmes, kas būs kā pamats tālākiem gadiem.

Rotaļā bērni:

- nonāk saskarsmē, nodibina kontaktu ar citiem rotaļniekiem (jaunākiem un vecākiem bērniem, vienaudžiem, pieaugušajiem);
- komunicējas, notiekot informācijas apmaiņai starp bērniem, izmantojot valodu vai citas zīmes;
- sadarbojas, veicot kopīgu, savstarpēji saskaņotu darbību, vajadzības gadījumā cits citam palīdz, cits citu atbalsta;
- mijiedarbojas, kas izpaužas personu savstarpējā iedarbībā, kas rada noteiktu attiecību modeli un pārmaiņas šo personību mērķos, motīvos, attieksmēs, rīcībā (Dzintere, Stangaine, 2007, 124).

Socializācijas procesā rotaļa palīdz bērnam iesaistīties jau eksistējošā attiecību sistēmā pirmsskolas izglītības iestādes bērnu grupā, veidot jaunas attiecības.

Kopīgas rotaļas ar citiem bērniem sekmē bērna socializāciju. Bērns rotaļā apgūst uzvedības modeļus, sociālās normas un vērtības, jūtas, zināšanas, kas nepieciešamas kopīgo rotaļu savstarpējo attiecību regulēšanai. Noteicoša loma bērna iekļaušanās kopīgā rotaļā ir viņa pieķeršanās modelim ģimenē, bērna temperamentam.

D. Dzintere un I. Stangaine (2007, 130 – 131) balstoties uz V. Kasperu, S.Tomasu atbilstoši izdala trīs temperamenta kategorijas:

“Vieglais” vai lokāmais bērns

- bioloģiskās funkcijas noris regulāri;
- pozitīva attieksme pret jauniem stimuliem;
- viegla adaptēšanās jaunos apstākļos;
- reakciju intensitāte no vājas līdz mērenai.

“Grūtais” vai problemātiskais bērns

- bioloģiskās funkcijas neregulāras;

- pārsvarā negatīvas reakcijas attieksmē pret jauniem stimuliem;
- lēna adaptēšanās pārmaiņām;
- gan pozitīvo, gan negatīvo reakciju intensitāte ļoti augsta.

“Bailīgais” vai bērns ar lēnu iesildīšanos

- reaģē uz jauniem stimuliem, ieraujoties sevī, bet ne intensīvi;
- lēni adaptējas jaunās situācijās – tikai pakāpeniski vai pēc atkārtotiem kontaktiem. Ja izmaiņas notiek pārāk ātri, tad bērns ieraujas sevī;
- attīstās bioloģisko funkciju regularitāte.

Bērns socializāciju pirmsskolas izglītības iestādes grupā ietekmē gan bērna Es attīstība, gan viņa temperaments – bērna individuālo īpatnību komplekss, kas nosaka viņa psihiskās aktivitātes, uzvedības pašregulāciju. Pirmsskolas vecums ir tas posms, kad bērns vēro, mācās un apgūst savstarpējās attiecības. Rotaļājoties bērns ir pētnieks. Viņš izpēta pats sevi, savus biedrus un apkārtējo pasauli.

Pāreja no rotaļāšanās vienam uz rotaļāšanos ar citiem bērniem notiek pakāpeniski. To, kā mainās sadarbības veidi rotaļā var aplūkot 2. tabulā. Taču ne visi bērni vēlas rotaļāties kopā ar citiem. V. Romenkova (1999, 12) raksta, ka pielāgojoties citiem, bērni it kā speciāli samazina savu rotaļāšanās līmeni. Bērns, kurš tikai manipulē ar priekšmetiem nevar pievienoties kopīgai rotaļai, jo tajā viņš izjauc iekārtojumu, pārbaudot kā trokšņo, kā skan, kā lokās rotaļlietas. Būtībā viņš arī rotaļājas savā līmenī, kas nesaskan ar kopīgo.

**2.tabula. Bērnu sadarbības veidi rotaļā (Dzintere, Stangaine, 2007, 147 – 149)**

Aptuvenai vecums gados	Sadarbības veids	Paskaidrojums
0 – 2 gadi	<b>Vienpatās rotaļas</b> Bērns rotaļājas vienatnē un manipulē ar priekšmetiem, vērojama prāta darbība.	Vienpatā rotaļa ir pirmā stadija. Tas ir egocentriski orientēts aktivitātes tips, kurā bērns apmierina savas vajadzības. Tā ir rotaļas dominējošā stadija zīdaiņa vecumā, bet mazākā mērā – pirmsskolas vecumā. Protams, šī stadija var ilgt līdz 5 – 6 gadiem. Tas ir atkarīgs no bērna sociālās pieredzes un temperamenta.
1 gads	<b>Novērotāja rotaļa</b> Bērns uzturas rotaļājošos bērnu tuvumā, vēro citus,	Pēc vienpatās rotaļas seko otrā attīstības stadija – novērotāja rotaļa. Šī stadija ir raksturīga jaunākajā vecumā. Bērns paliek citu bērnu

	vēlāk imitē novēroto uzvedību.	tuvumā, uzmanīgi vērojot viņu darbošanos, bet fiziski tajā neiekļaujoties.
2 gadi	<b>Paralēlā (blakus) rotaļa</b> Bērns rotaļājas blakus, bet ne kopā. Nav materiālu un ideju apmaiņas.	Skatītāja rotaļa pāriet paralēlā (blakus) rotaļā, kurā divi vai vairāki bērni piedalās vienādās vai līdzīgās aktivitātēs, bet bez domu, jūtu, materiālu un mērķu apmaiņas. Šajā momentā bērns ir aizgājis no pasīvā skatītāja stadijas, tagad tas ir darītājs un aktīva individualitāte, bet vēl joprojām sociāli izolēts no jebkādām grupas attiecībām un piederības
3 gadi	<b>Asociatīvā rotaļa</b> Bērns vēl joprojām ir izolēts, bet savstarpēji iedarbojas uz pastāvīgu ideju un rotaļlietu apmaiņu. Bērns imitē citu uzvedību, bet turpina strādāt individuāli.	Tālāk bērns pāriet asociatīvajā rotaļā. Bērns vēl ir izolēts, bet savstarpēji iedarbojas uz pastāvīgu ideju un rotaļlietu apmaiņu. Bērns imitē citu uzvedību, bet turpina darīt savas lietas, nekā nedara kopīgās darbošanās nolūkā.
4 gadi	<b>Kooperatīvā (kopējā) rotaļa</b> Indivīds – bērns rotaļājas ar citiem bērniem.	Nākamais solis ir kooperatīvā rotaļa, kurā bērni apmainās domām. Ir sociāla mijiedarbība lomu starpā.
6 gadi	<b>Saskarsmes jeb sociālā rotaļa</b> Bērns var plānot un radīt notikumus, lai sasniegtu mērķi, lietojot simbolus, lai radītu un paplašinātu pieredzi. Noteikumi ir atzīti.	Bērns var izjust sociālās kooperācijas un sacensību koncepcijas. Bērns var būt objektīvāks, tādēļ var rīkot spēles, kuras balstās uz ārējiem noteikumiem, kuras ietver sevī komandas kooperāciju un sacensības ar konkurējošo komandu.

Rotaļā bieži vien var pamanīt bērna emocijas un pārdzīvojumus, pedagogam to vajadzētu ievērot, lai piedāvātu bērnam rotaļu, kurš viņš var izpausties ar savām emocijām, netraucējot citiem un lai pats varētu savas emocijas izspēlēt. Viens vai kopā ar citiem, tas atkarīgs no tā, kas bērnam tajā brīdī nepieciešams un skolotāja piedāvātās rotaļas.

*Pēc apakšnodaļā ievietotās informācijas, darba autore secina, ka rotaļa ir svarīgs posms bērna dzīvē gan pirmsskolas izglītības iestādē, gan mājās. Tāpēc ne tikai pedagogiem vajadzētu domāt par to, bet arī vecākiem, jo mūsdienās arvien populārāka kļūst nevis bērna rotaļdarbība, bet tas, ka bērns pavada savu laiku pie televīzijas vai viedtālruņa. Rotaļa sekmē gan bērna fizisko, gan psihisko, gan sociālo emocionālo attīstību, kas ir ļoti svarīgi bērna tālākajai nākotnei.*

## 2. Pedagoģiskais pētījums par labvēlīgas adaptācijas sekmēšanu 2 – 3 gadīgiem bērniem pirmsskolas izglītības iestādē

### 2.1. Pētījuma metodes, to izvēles pamatojums

Darba autore pētījumu veica Valmieras X pirmsskolas izglītības iestādē, kuru apmeklēja 23 bērni vecumā no 2 – 3 gadiem, no kuriem 14 ir meitenes un 9 zēni.

Pētījuma mērķis: analizēt 2 – 3 gadīgu bērnu labvēlīgas adaptācijas sekmēšanu pirmsskolas izglītības iestādē.

Empīriskajā daļā tiek izmantotas šādas pētīšanas metodes:

- bērnu novērošana;
- vecāku anketēšana;
- pedagoģiskā izmēģinājuma darbība;
- datu matemātiskā apstrāde.

**Novērošana** – viena no visizplatītākajām pedagoģisko pētījumu metodēm. Tā palīdz pedagogam iepazīt savus audzēkņus tiešā uztveres ceļā dabiskos apstākļos (Albrehta, 1998, 32). Novērošanas centrā ir cilvēks ar savu gribu, sajūtām un izjūtām, darbīgs un zināt gribošs. Novērojums ir nozīmīgs tāpēc, ka šī metode ļauj precīzāk izprast cilvēka rīcības nianšes un jēgu. Novērojumam būs nozīme, ja fakti tiks fiksēti sistemātiski (Kristapsone, 2008, 270). Darba autore šo metodi izmanto 3.2. apakšnodaļā. Novērošana tiek veikta, lai noskaidrotu bērna adaptāciju grupā. Novērošana ilgst 3 nedēļas visas dienas garumā. Novērotie dati tiek pierakstīti un atspoguļoti 3. tabulā.

**Anketēšana** – grupveida pētniecības metode, kuru var lietot gan anonīmi, gan pieprasot anketējamās personas vārdu un uzvārdu. Anketās norādāms to nosaukums un adresāts (Jurgena, 2002, 47). Šī metode tiek izmantota 3.3. apakšnodaļā ar mērķi noskaidrot bērnu vecāku viedokli par bērna adaptācijas procesu pirmsskolas izglītības iestādē.

**Pedagoģiskā izmēģinājuma darbība (eksperiments)** – tas dod ievērojamākos atzinumus mūsdienu zinātnē, jo ļauj izziņāt analizēt cēloņseku sakarības, izziņāt vai precizēt jaunas parādības un faktus, uzkrāt tos nepieciešamā apjomā (Albrehta, 1998, 16). Šī metode tiek izmantota 3.3. apakšnodaļā ar mērķi veicināt bērnu adaptācijas procesu pirmsskolas izglītības iestādē.

**Datu matemātiskā apstrāde un analīze** – šī metode tiek izmantota 3.3. un 3.4. apakšnodaļās, lai analizētu un novērtētu pētījumā iegūto informāciju un veiktu secinājumus.

Pētījuma posmi:

1. kritēriju izstrāde bērnu adaptācijas noteikšanai;
2. bērnu novērošana pēc izveidotajiem kritērijiem;
3. vecāku anketēšana;
4. pedagoģiskā izmēģinājuma darbība;
5. bērnu atkārtota novērošana pēc iepriekš izvirzītajiem kritērijiem;
6. iegūto datu matemātiskā apstrāde un analīze.

## **2.2. Bērnu grupas raksturojums pētījuma skatījumā**

Valmieras X pirmsskolas izglītības iestādē tika veikts pētījums, kurā piedalījās 23 bērni. Lai izstrādātu katra bērna iespējamo adaptācijas procesa prognozi, balstoties uz tādu autoru kā V.Romenkovas (2002), V.Golubinas (2007), S.Gailumas (2002), A.Vecgrāves (2005) u.c. atziņām, tiek noteikti 6 kritēriji:

1. pašapkalpošanās prasmes
2. sadarbība ar pieaugušajiem
3. sadarbība ar vienaudžiem
4. drošības izjūta
5. iztikšana bez mīļmantiņas
6. patstāvība

Katra prasme tika vērtēta no 1 līdz 3 punktiem, ņemot vērā konkrētus rādītājus. Tie ir:

- 1 punkts – zems līmenis, nepieciešamā prasme ir sākuma stadijā un visbiežāk tā netiek novērota;
- 2 punkti – vidējs līmenis, nepieciešamā prasme ir novērojama neregulāri, tā izpaužas bērnam zināmās situācijās;
- 3 punkti – augsts līmenis, bērns vienmēr dažādās situācijās demonstrē pētāmo prasmi.

Bērni tika novēroti visas dienas garumā, lai varētu noteikt pētāmo prasmju atbilstošus rādītājus. Iegūtie rezultāti atspoguļoti 3.tabulā. Bērnu vārdi ir mainīti.

3.tabula. Adaptācijas vērtēšanas kritēriju rezultātu atspoguļojums pētījuma sākumā

	Pašapkalpošanās prasmes	Sadarbība ar pieaugušajiem	Sadarbība ar vienaudžiem	Drošības izjūta	Iztikšana bez mīļmantības	Patstāvība	Punkti
Samanta	3	2	2	3	1	2	13
Megija	1	1	1	2	3	1	9
Gustavs	2	2	2	2	2	2	12
Emīlija	2	2	2	2	1	2	11
Kaspars	1	1	1	1	2	1	7
Nora	2	2	2	2	2	2	12
Agija	3	3	2	2	2	3	15
Marta	3	3	2	1	2	3	14
Katrīna	3	2	2	2	2	3	14
Rihards	3	2	1	2	1	2	11
Pauls	3	2	2	2	1	3	13
Mārtiņš	2	1	1	1	3	2	10
Linards	2	1	1	1	2	2	9
Dārta	1	2	1	3	3	1	11
Melānija	3	1	1	1	1	2	9
Ance	2	2	3	3	2	2	14
Jānis	3	1	1	1	1	2	9
Gabriels	1	1	2	2	3	1	10
Kārlis	3	3	2	2	3	2	15
Enija	2	2	2	2	3	2	13
Alise	3	2	1	1	1	2	10
Beāte	2	1	1	1	2	1	8
Linda	1	1	1	1	1	2	7

Iegūtie punkti tiek iedalīti trīs prognozējamās adaptācijas pakāpēs:

- 6 – 9 punkti – smagas pakāpes adaptācija;
- 10 – 13 punkti – vidējas pakāpes adaptācija;
- 14 – 18 – vieglas pakāpes adaptācija.

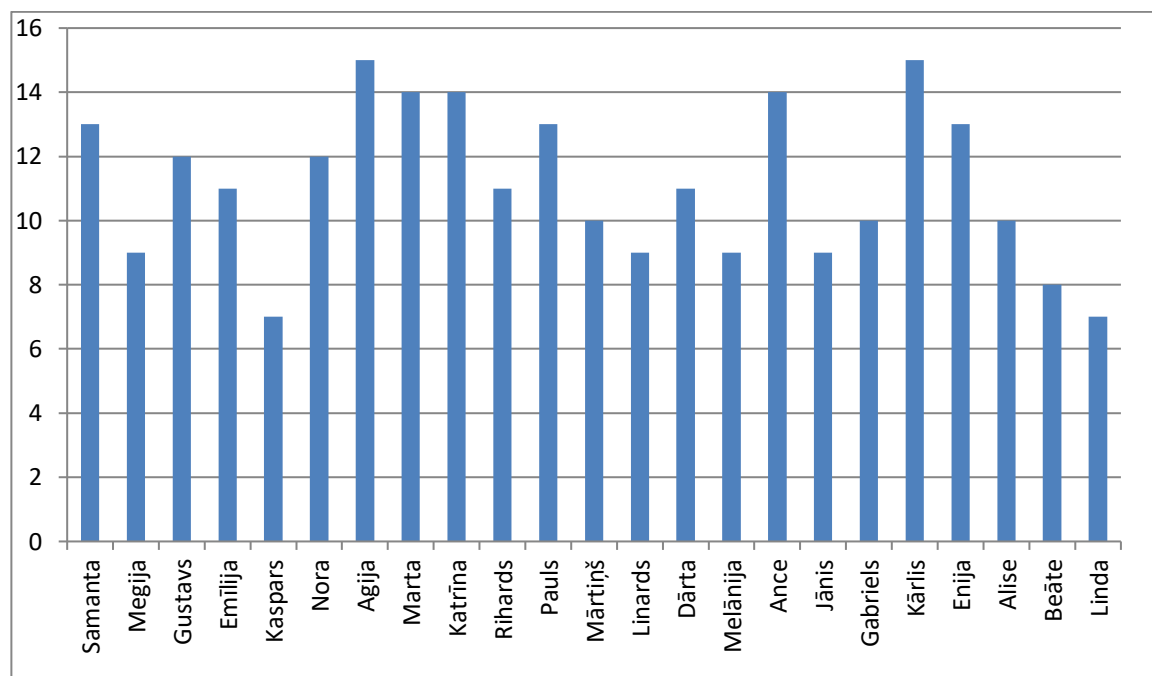
Adaptācijas sākumā septiņiem bērniem tiek novērota smaga adaptācija. Bērniem no rīta ir grūtības šķirties no vecākiem, dienas gaitā nevēlas iesaistīties kopīgās aktivitātēs un rotaļās. Dažiem bērniem nav novērojama komunikācija ne ar pieaugušajiem, ne bērniem. Ir nepieciešama palīdzība ēšanā. Dienas laikā nepieciešama mīļlieta.

Vienpadsmit bērniem tiek novērota vidēja adaptācija. Bērniem no rītiem ir grūtības atvadīties no vecākiem, taču dienas laikā bērni neatsakās iesaistīties kopīgās darbībās. Ir nelielas

grūtības ar ēšanu, daži bērni nevēlas ēst, citiem tas jāpalīdz. Ir uzsākts podiņapmācības process. Rotaļājoties vēlas atrasties pedagoga tuvumā.

Pieciem bērniem tiek novērota viegla adaptācija. No rītiem bērni viegli atvadās no vecākiem, tikai dažos rītos novērotas grūtības atvadīties. Dienas laikā rotaļājas gan vienatnē, gan kopā ar citiem bērniem. Izsaka savas vēlmes pieaugušajiem. Patīk iesaistīties dažādās radošās aktivitātēs un rotaļās. Ir uzsākuši, kā arī daži jau apguvuši podiņ apmācību, patstāvīgi ēd. Brīvi darbojas ar grupā pieejamiem materiāliem.

Iegūtie rezultāti uzskatāmi atspoguļoti 1.attēlā.



*1.attēls. Bērnu adaptācijas rādītāji pētījuma sākumā*

Padziļinot pētījumu, darba autore sniedz bērnu raksturojumu adaptācijas sākumposmā.

**Samanta** (vecums 2, 10 gadi) - no rīta no vecākiem viegli atvadās, samīļojas un dodas grupā rotaļāties, taču līdz katru dienu ir sava mīļlieta, kura ir svarīga visas dienas garumā. Ja tā ir pazudusi, raud, kamēr tā tiek atrasta. Patstāvīgi ēd, dodas uz podiņu, nelieto pamperu. Vēlas visu darīt pati, ir ģērbšanās prasmes. Prot savas vēlmes izteikt vārdos, komunicē gan ar pieaugušajiem, gan bērniem.

**Megija** (vecums 2, 8 gadi) – ir rīti, kad viegli atvadas no vecākiem, taču lielākajā daļā, atvadoties no vecākiem, raud. Mīļmantiņu nelieto, taču vēl joprojām ir māneklītis, kas ir nepieciešamas no rītiem ierodoties grupā un dodoties gulēt. Rotaļājas viena, kopīgās rotaļās neiesaistās. Podiņu nelieto ne pirmsskolas izglītības iestādē, ne mājās. Ēšanai nepieciešama palīdzība. Par ģērbšanos interesi neizrāda.

**Gustavs** (vecums 2 gadi) – Grupā ierodas smaidīgs, dažus rītus ar mīļmantu, taču dienas laikā tā nav nepieciešama. Patstāvīgi ēd, izrāda interesi par podiņa lietošanu. Ir apgūtas pirmās ģērbšanās iemaņas. Rotaļājas gan viens, gan kopā ar citiem bērniem, iesaistās kopīgās aktivitātēs. Lūdz palīdzību pieaugušajiem, ja nepieciešams.

**Emīlija** (vecums 2 gadi) – Dažus rītus ierodas raudot pirmsskolas izglītības iestādē un līdzī vienmēr ir mīļlietņa, kura ir nepieciešama visā dienas garumā. Gan ēdot, gan rotaļājoties, gan guļot, lieto mānekli. Patstāvīgi ēd, cenšas patstāvīgi ģērbties. Ir sākusi lietot podiņu, taču vēl izmanto pamperu. Rotaļājas gan viena, gan ar citiem bērniem. Patīk atrasties pedagoga tuvumā.

**Kaspars** (vecums 2, 1 gads) – No rītiem ierodas histēriski raudot, nespēj atvadīties no vecākiem. Neiesaistās kopīgās darbībās ne ar bērniem, ne ar pieaugušajiem. Atsakās no pieaugušā tuvuma un mīļuma. Aizmieg pedagogam klēpī, jo histēriski atsakās kāpt guļiņā. Dienas gaitā, raudot gaida vecākus pie loga. Kā mierinājums ir līdzī paņemtā pudele ar piena maisījuma, kurš dienas laikā tiek nomainīts pret ūdeni. Pirmsskolas izglītības iestādē ēd tikai saldus ēdienus. Par podiņa lietošanu interesi neizrāda. Pēcpusdienas cēlienā nerotaļājas, pie durvīm gaida vecākus.

**Nora** (vecums 2 gadi) – Ar interesi ierodas grupiņā, no rītiem nepieciešams pedagoga tuvums, pēc tam brīvi rotaļājas gan viena, gan ar citiem bērniem. Taču nesaskaņu gadījumā otram kož. Patīk iesaistīties dažādās aktivitātēs, radoši izpausties. Par podiņu interesi neizrāda. Ēdot dažreiz nepieciešama pieaugušā palīdzība.

**Agija** (vecums 2, 10 gadi) – No rītiem jāpārņem no mammas klēpja, pati grupiņā neienāk, taču neraud. Līdzī mēdz ņemt savas rotaļlietas. Darbojas pārsvarā kopā ar pieaugušo, izsaka savas vēlmes, sarunājas. Ar citiem bērniem rotaļājas reti. Patstāvīgi ēd, pilnībā ir atteikies no pampera un pati apmeklē podiņu. Vēlas visu veikt patstāvīgi, bez palīdzības.

**Marta** (vecums 2, 9 gadi) – No rītiem ierodas raudot, lieto mānekli, līdzī vienmēr ir mīļlieta, kas dienas gaitā nav nepieciešama. Atrodas blakus pieaugušajiem, ar bērniem kopā darbojas, ja pedagogs rotaļājas ar citiem grupas bērniem. Prot izteikt savas vēlmes. Patstāvīgi ēd, zeķes un kurpes prot un vēlas uzvilkt pati. Lieto pamperu, un izrāda interesi par podiņu.

**Katrīna** (vecums 2, 11 gadi) – Grupā ienāk viegli, līdzī ir mīļsedziņa, taču tā ir nepieciešama tikai guļot diendus. Kārtīgi un patstāvīgi ēd. Apguvusi pamata ģērbšanās prasmes. Pati apmeklē podiņu. Pati prot atrast sev nodarbošanos. Klusa, komunicē ar pieaugušo tikai tad, ja tiek uzdots kāds jautājums. Patīk rotaļāties vienai, taču darbojas arī kopā ar citiem bērniem.

**Rihards** (vecums 2, 11 gadi) – pirmsskolas izglītības iestādē apmeklē kopā ar savu dvīņu brāli. Ierašanās grupā ir mainīga, dažus rītus ierodas smaidīgs, taču pārsvarā raud, un nevēlas atvadīties no vecākiem. Līdzī vienmēr ir mīļmanta, ar kuru rotaļājas dienas laikā. Savas

vēlmes izsaka pieaugušajiem. Rotaļājas kopā tikai ar brāli, bieži konfliktē savā starpā, tad situāciju risina kožot. Patstāvīgi apmeklē podiņu. Par ģērbšanos izrāda daļēju interesi.

**Pauls** (vecums 2, 11 gadi) – Riharda dvīņu brālis. No rītiem bieži ierodas priecīgs, taču redzot, ka brālis raud un pārdzīvo, sāk raudāt līdz. Līdzīem ņem savu mīļlietu, kura nepieciešama visas dienas laikā. Patstāvīgi apmeklē tualetei ēd, ir apguvis pamata ģērbšanās prasmes. Sarunājas ar pieaugušo, prot paust savas vēlmes, izjūtas. Rotaļājas kopā arī ar citiem bērniem. Konfliktos ar brāli ir cietēja lomā, Rihardam pāri nedara, nekož vai nesit pretim, ja to dara viņam.

**Mārtiņš** (vecums 2, 8 gadi) – Grupā katru rītu ierodas raudot, atsakās no pedagoga tuvuma. Pedagogam jautā tikai to, kad būs mamma. Rotaļājas vienatnē, ar bērniem nesarunājas. Ir apguvis ēšanas un ģērbšanās prasmes. Baidās aizmigt un gulēt diendusu, tāpēc gulēt sākam sēž, kad sēdus ir aizmizis, skolotāja noliek guļus. Pamperu nelieto, taču visas dienas garumā nepieciešams atgādinājums apmeklēt podiņu.

**Linards** (vecums 2, 5 gadi) – no rītiem ienāk grupā raudot, lieto māneklīti, kas ir nepieciešams visas dienas garumā. Ir apguvis ēšanas prasmes, izrāda interesi par ģērbšanos un podiņa lietošanu. Grupā ir izvēlējis uzticības personu – skolotāja palīgu, ar citiem pieaugušajiem nekomunicē, izvairās no tiem. Raud, ja uzticības persona pievēršas citiem bērniem vai nav tuvumā. Ar citiem bērniem nerunā, ir agresīvs pret tiem, kož un sit.

**Dārta** (vecums 2, 4 gadi) – grupā ierodas smaidīga, lieto mānekli, kas ir svarīgs ikdienā. Nav nepieciešama mīļmantiņa. Nepieciešama palīdzība ēdot, ģērbjoties, podiņu neizmanto, nevēlas to apmeklēt. Rotaļājas pārsvarā viena, konfliktsituācijās ar bērniem, kož. Patīk darboties kopā ar pieaugušo.

**Melānija** (vecums 2, 9 gadi) – pirmās dienas pavada kopā ar mammu. Nāk no krievvalodīgas ģimenes, saprot un runā tikai krievu valodā. Kad mamma līdzī vairs nenāk, no rītiem raud. Pieaugušajiem savas vēlmes izsaka krievu valodā, rotaļājas tikai viena. Patstāvīgi un kārtīgi ēd, lieto podiņu, saģērbjas un noģērbjas ar nelielu palīdzību. Ikdienas gaitās visur nepieciešama līdzī mīļmanta. Pirms gulēšanas klusām pie sevis raud, uztraucas, ka mamma neatnāks viņai pakal.

**Ance** (vecums 2, 5 gadi) – Grupā ierodas droša un priecīga. Rotaļājas kopā ar citiem grupas biedriem. Nelieto māneklīti, reizēm no rīta līdzī ir sava rotaļlieta, kura nav nepieciešama dienas gaitā. Patstāvīgi ēd, izrāda interesi par ģērbšanos, pati prot uzvilkt zeķes, kurpes. Vēl lieto pamperu, izrāda interesi par podiņu. Grupas vidē jūtas droša un sabiedriska.

**Jānis** (vecums 2, 7 gadi) – No rītiem, atvadoties no vecākiem, raud un pārdzīvo. Līdzī ir lācītis, kuru neizlaiž no rokām. Dienas laikā neraud, bet iekšēji pārdzīvo. Ar pieaugušajiem un bērniem nesarunājas, taču mājās runā. Rotaļājas vienatnē un lielu dienas daļu pavada vērojot notiekošo. Patstāvīgi apmeklē podiņu, ēd, izrāda interesi par ģērbšanos.

**Gabriels** (vecums 2, 8 gadi) – Ierodoties grupā neraud, neizrāda emocijas. Ir nepieciešams māneklītis. Nevēlas fizisku kontaktu ar pieaugušo. Ikdienas situācijas novēro, tajās neiesaistās, pēcpusdienās rotaļājās ar kādu no grupas bērniem. Nepieciešama palīdzība ēdot. Par podiņu un ģērbšanos interesi neizrāda. Emocijas patur sevī, satraukuma brīžos šūpojas sēdus vai stāvus no vienas kājas uz otru.

**Kārlis** (vecums 2, 11 gadi) – Pārsvarā ierodas grupā priecīgs, dažus rītus ir grūtāk atvadīties no vecākiem, taču neraud. Ierodas bez līdzī paņemtas rotaļlietas. Ir apguvis podiņu apmācību, pats ēd. Grūtības sagādā ģērbšanās, neizrāda par to interesi, gaida, kad kāds nāks viņam palīdzēt. Sarunājas un rotaļājas gan ar pieaugušajiem, gan citiem grupas bērniem. Ir sabiedriska patīk iesaistīties kopīgās aktivitātēs.

**Enija** (vecums 2 gadi) – no rītiem ir raudulīga, redzams arī mamma pārdzīvojums. Pieķērusies vienam grupas pedagogam, bet neatraida arī pārējos pieaugušos. Prot spēlēt gan viena, gan ar citiem. Ar prieku iesaistās dažādās aktivitātēs. Kārtīgi patstāvīgi ēd, pareizi tur galda piederumus. Lieto pamperu, bet izrāda arī interesi par podiņu. Apģērbties vēl nesanāk, bet mēģina to darīt.

**Alise** (vecums 2, 8 gadi) – grūti atvadīties no vecākiem, ienākot grupiņā raud, līdzī ir mīļmanta, kuru neizlaiž no rokām. Visas dienas garumā atrodas blakus pieaugušajam, savas vēlmes izsaka pedagogam, ar bērniem kopā nerotaļājas. Patstāvīgi prot ēst, taču pirmsskolas izglītības iestādē ēd minimāli, apmeklē podiņu bez atgādinājuma. Nevēlas iesaistīties kopīgās darbībās ar citiem, komunicē tikai ar pieaugušo, visas dienas garumā vaicā, kad būs mamma.

**Beāte** (vecums 2, 4 gadi) – grupā ierodas raudot, pieķērusies konkrētam pedagogam. Ja no rīta viņa nav, tad raud līdz brīdim, kamēr atnāk. Pieķeršanās ir ļoti spēcīga, pedagogs nevar atiet no viņas ne brīdi, ne ēdot, ne gulot, ne rotaļājoties, jo tad sāk uzreiz raudāt, un norāda, ka jāatrodas viņai blakus. Ja diendusas laikā pamostas un pedagogs nav blakus, histēriski sāk raudāt. Nerotaļājas, nedarbojas kopā ar citiem bērniem. Vēlas atrasties tikai ar pedagogu, izrāda nepatiku un sit citam bērnam, ja arī viņš vēlas būt tuvumā šim pedagogam. Ēd pati, lieto pamperu, neizrāda interesi par podiņu.

**Linda** (vecums 2, 9 gadi) – pirmās dienas mamma pavada kopā. Kad mamma vairs grupā nenāk, Linda ļoti raud, pārdzīvo. Līdzī vienmēr ir mīļieta un māneklītis, kuri nepieciešami visas dienas garumā. Pirmsskolas izglītības iestādē neko neēd, par podiņu interesi neizrāda. Dienas gaitu pavada vērojot pārējos, kopīgās aktivitātēs iesaistās nelabprāt. Izrāda interesi par ģērbšanos, patstāvīgi mēģina apģērbties.

*Tiek secināts, ka tikai pieciem bērniem ir viegla adaptācija, pārējiem tā ir vidēja vai smaga. Bērni no rītiem raud, atvadoties no vecākiem. Daži bērni pieķeras konkrētam pedagogam un citus atraida. Tiek novērots, ka sākumā bērni vēlas atrasties tuvumā pieaugušajam,*

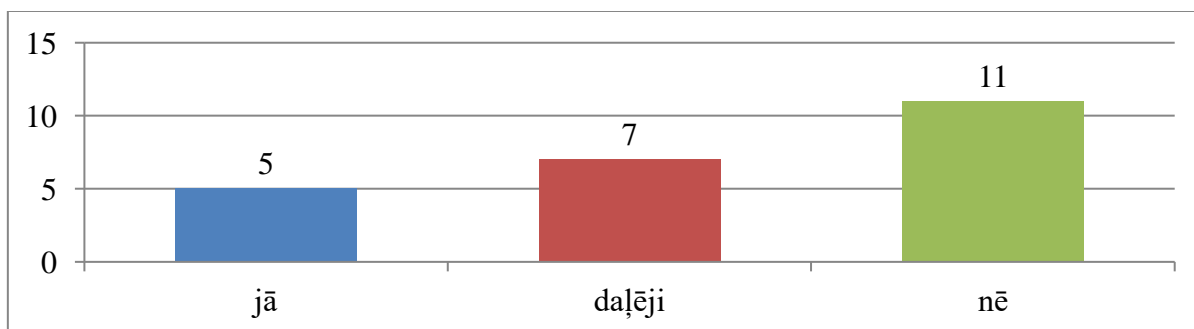
tādā veidā jūtoties drošībā. Lielākā daļa bērnu rotaļājās vienatnē. Arī kopīgās aktivitātēs visi bērni neiesaistās, tikai novēro no malas notiekošo.

Notiekot darbības maiņai, bērni raud, jo nezina, kas sekos tālāk. Visbrīvāk bērni jūtas ārā. Lielai daļai bērnu nepieciešama palīdzība ēdot, tāpēc pie katra galda sēž pieaugušais un palīdz, ja tas ir nepieciešams. Lielā daļā bērnu novērojams satraukums, viņi ir ierāvušies sevī, neizrāda emocijas.

### 2.3. Skolotāju un vecāku darbība adaptācijas grūtību pārvarēšanai

Lai noskaidrotu vecāku viedokli par bērna adaptācijas procesu, vecākiem tika lūgts aizpildīt anketu (sk.1.pielikumu) ar 12 jautājumiem un iespēju katru jautājumu komentēt. Tika izdalītas 23 anketas, no kurām 23 tika aizpildītas. Vecāku atbildes uz jautājumiem apkopotas 1. – 10.attēlā. Vecāku atbildes uz jautājumiem dos iespēju labāk izprast bērna adaptāciju, kā arī sekmēt to.

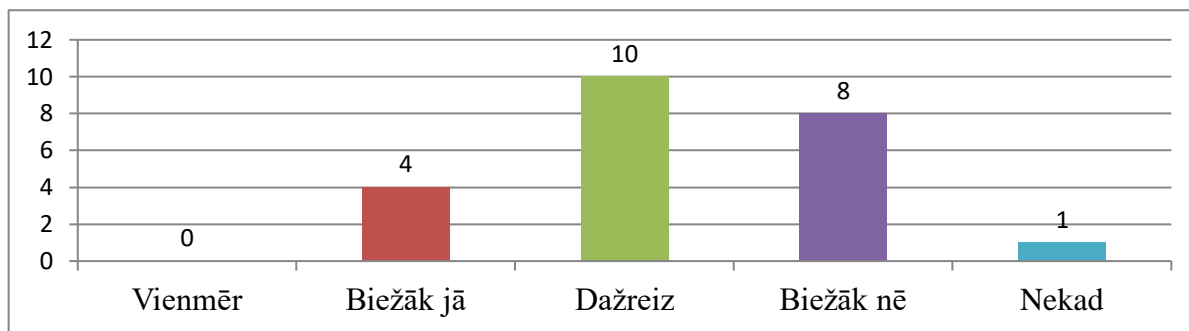
Uz pirmo jautājumu – pirms sākāt vest bērnu uz pirmsskolas izglītības iestādi, bērna dienas ritmu pielāgojāt tam, kāds tas ir pirmsskolas izglītības iestādē apkopotās atbildes redzamas 1.attēlā.



1.attēls. 1.jautājums

Lai vieglāk noritētu adaptācija, psihologi iesaka pirms pirmsskolas gaitu uzsākšanas, bērnu pieradināt pie tāda dienas ritma, kāds tas ir pirmsskolā. Apkopojot jautājuma atbildes tiek secināts, ka lielākā daļa vecāku nav pielāgojuši bērna dienas ritmu. Tas var iespaidot bērna adaptāciju. Iespējams bērns nebūs pieradis tik agri mosties, ēst tādos laikos kā pirmsskolas izglītības iestādē un doties gulēt diendusu noteiktā laikā. Pēkšņa dienas ritma maiņa var radīt bērnam papildus uztraukumu un pārdzīvojumus.

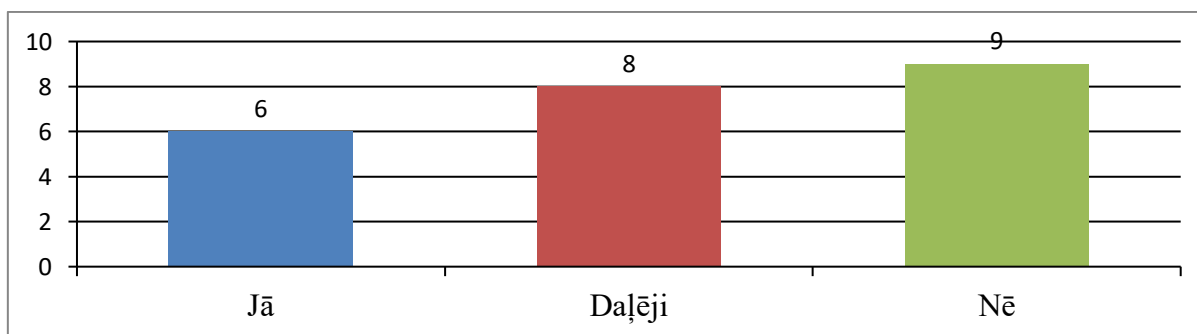
Otrā jautājuma – pirmsskolas izglītības iestādes gaitu uzsākšana ietekmēja arī bērna uzvedību arī ārpus pirmsskolas izglītības iestādes atbildes apkopotas 2.attēlā.



**2.attēls. 2.jautājums**

Nereti nākas saskarties ar viedokli, ka uzsākot gaitas pirmsskolā, saistībā ar jaunajām pārmaiņām, stresu un notikumiem, mainās bērna uzvedība ārpus tās. Apkopojot atbildes tiek secināts, ka lielai daļai bērnu uzvedība mainījās. Iespējams tieši pirmsskolas gaitu uzsākšana to ir ietekmējusi, taču tāpat to varēja ietekmēt arī citi apstākļi.

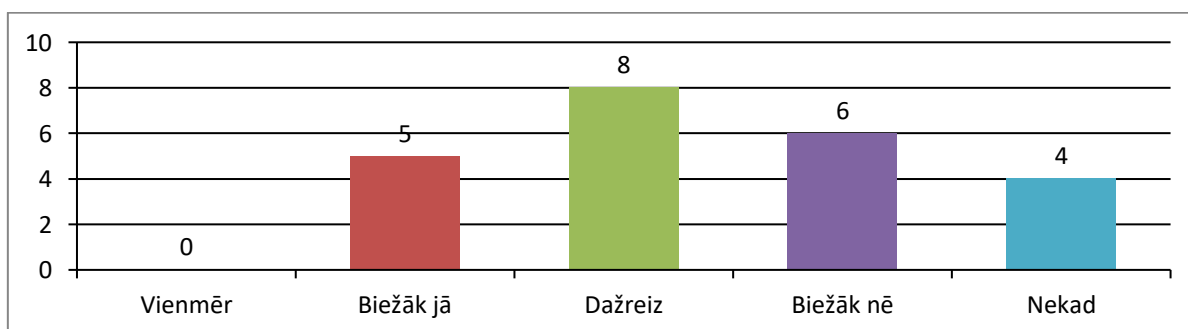
Uz trešo jautājumu – uzsākot pirmsskolas izglītības iestādi, bērns bieži slimoja (vairāk neapmeklēja nekā apmeklēja) atbildes apkopotas 3.attēlā.



**3.attēls 3.jautājums**

Apkopojot atbildes uz jautājumu tiek secināts, ka tikai sešu bērnu vecāki ir atbildējuši, ka bērns ir bieži slimojis uzsākot pirmsskolas izglītības iestādi. Bērni, uzsākot gaitas pirmsskolas izglītības iestādē, nonāk jaunā vidē, kas rada pārdzīvojums un katrs bērna organisms to uztver citādāk. Ārsti uzskata, ka slimošana ir normāla bērna attīstības sastāvdaļa, tā palīdz adaptēties un pielāgoties videi.

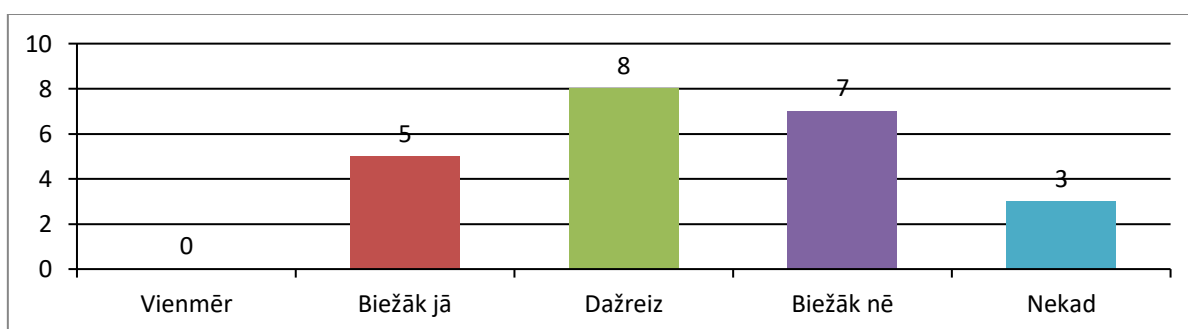
Uz ceturto jautājumu – adaptācijas procesā arī darba dienās ņemāt bērnam kādu brīvdienu apkopotās atbildes redzamas 4.attēlā.



**4.attēls 4.jautājums**

Apkopojot jautājuma atbildes, tiek secināts, ka četri vecāki nekad neņēma bērnam brīvdienu darba dienā, savukārt pieci vecāki bieži ņēma brīvdienu kādā darba dienā. Tā kā bērniem uzsākot pirmsskolas izglītības iestādi, vecākiem bieži vien uzreiz ir jāatgriežas darbā, tāpēc nav iespējams bērnu kādu darba dienu nevest uz pirmsskolu. Bet tā kā adaptācija katram bērnam noris atšķirīgi ne vienmēr bērnam ir nepieciešama papildus brīvdiena, tāpēc vecākiem jāvēro savi bērni un jāpārrunā aktuālais ar pedagogu un jāpieņem labākais lēmums katram bērnam individuāli.

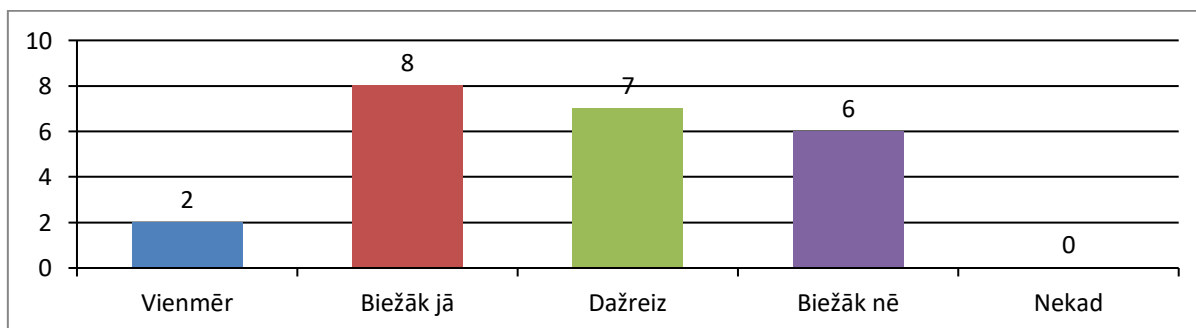
Piektā jautājuma – adaptācijas periodā bērna tika manītas kādas izmaiņas – ēšanas vai miega traucējumi, bērns kļuva nervozs, u.c. apkopotās atbildes redzamas 5.attēlā.



**5.attēls 5.jautājums**

Apkopojot atbildes uz jautājumiem tiek secināts, ka astoņiem bērniem dažreiz manītas kādas izmaiņas adaptācijas periodā. Uzsākot pirmsskolas izglītības iestādi jūtīgāki un emocionālāki bērni var piedzīvot miega traucējumus, naktīs biežāk pamosties, kļūt nervozāki utt. Taču ne visiem bērniem tas raksturīgs, trīs bērnu vecāki atbildēji, ka viņu bērniem nekad nav manītas kādas izmaiņas un septiņiem bērniem biežāk nav manītas izmaiņas.

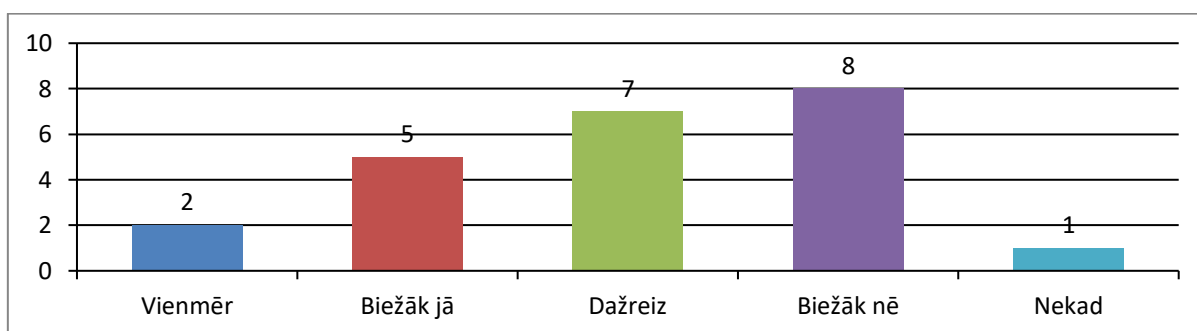
Sestā jautājuma – bērns brīvi jutās grupas vidē, iesaistījās rotaļās un aktivitātēs atbildes apkopotas 6.attēlā.



**6.attēls 6.jautājums**

Apkopojot atbildes uz jautājumiem tiek secināts, ka seši bērni biežāk nav iesaistījušies kopīgās rotaļās un aktivitātēs ar citiem. Rotaļās bērniem sagādā pozitīvas emocijas, prieku, veicina drošības izjūtu, kas ir svarīga adaptācijas sekmēšanai. Astoņi bērni bieži ir iesaistījušies kopīgās rotaļās un divi bērni vienmēr.

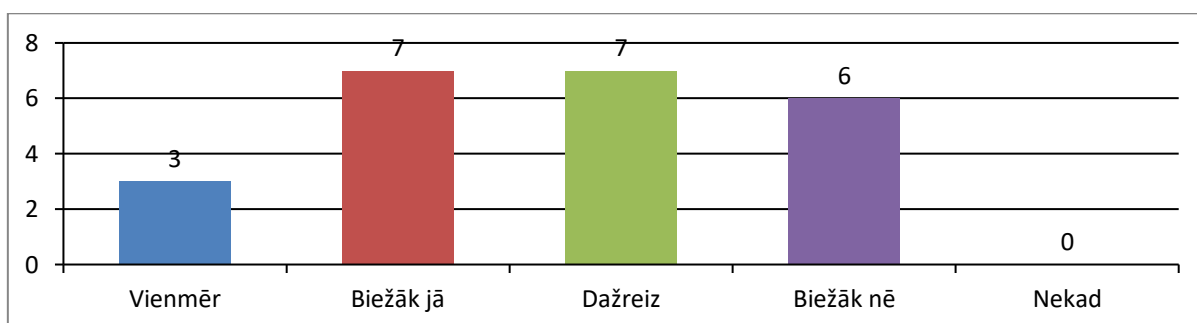
Septītā jautājuma – bērns rotaļājās kopā ar citiem grupas bērniem atbildes apkopotas un redzamas 7.attēlā.



**7.attēls 7.jautājums**

Apkopojot atbildes tiek secināts, ka trešā daļa bērnu biežāk nerotaļājās kopā ar citiem grupas bērniem. Par ko nevajadzētu uztraukties, jo adaptācijas sākumā bērni pamazām iepazīst jauno vidi, apstākļus patstāvīgi visu izpētot. Kā arī šajā vecumposmā bērniem raksturīgs, ka viņi rotaļājas blakus, bet ne kopā.

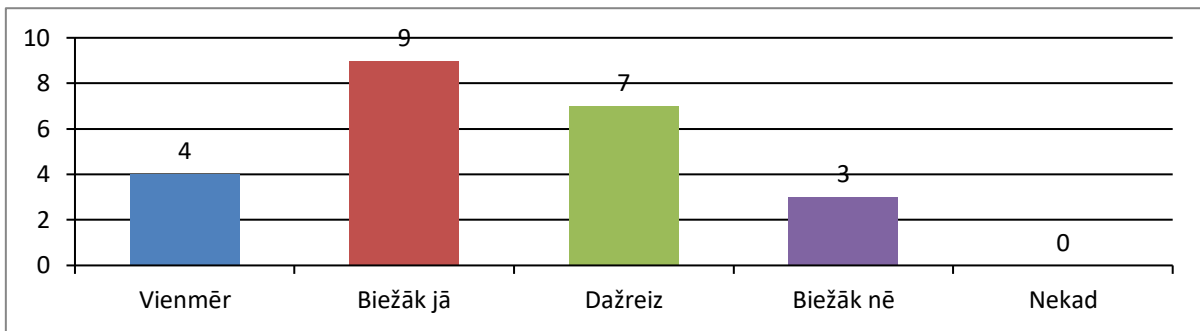
Astotā jautājuma – no rītiem bērns labprāt atvadījās no Jums un devās pie skolotāja un skolotāja palīga atbildes apkopotas un redzamas 8.attēlā.



**8.attēls 8.jautājums**

Apkopojot atbildes, darba autore secina, ka trīs bērniem katru rītu ir bijušas grūtības no rītiem atvadīties no vecākiem un septiņiem bieži ir bijušas grūtības atvadīties. Adaptācijas perioda sākumā bērniem var būt grūtības atvadīties no vecākiem, it īpaši, ja šī ir pirmā bērna pieredze palikt vienam citā vidē bez vecākiem. Tāpēc pedagogam svarīgi ikvienam bērnam sniegt iespēju būt gaidītam un aprūpētam, sagaidīt katru bērnu ar pozitīvām emocijām un smaidu, lai bērns justos gaidīts un drošībā.

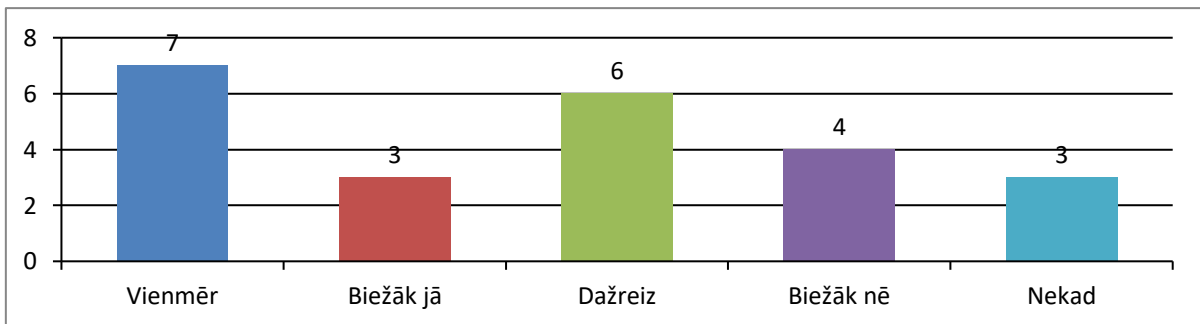
Devītā jautājuma – jūs ar pedagogu pārrunājāt sev interesējošos jautājumus par bērna adaptāciju un dienas gaitu atbildes apkopotas un redzamas 9.attēlā.



**9.attēls 9.jautājums**

Apkopojot atbildes tiek secināts, ka tikai trīs vecāki gandrīz nekad nepārrunāja bērna adaptāciju ar pedagogiem. Darba autore uzskata, ka tas ir ļoti svarīgi, lai pedagogs ar vecākiem pārrunātu par bērna dienas gaitā piedzīvoto, savukārt vecāki sniegtu pedagogiem informāciju par bērna paradumiem, īpašībām u.c.. Vecāku un pedagogu veiksmīga sadarbība veicinātu bērnu sekmīgu adaptāciju.

Desmitā jautājuma – lai bērns iejustos grupas vidē, bērnam līdzīgu kādu mīļlietu no mājām atbildes apkopotas un redzamas 10.attēlā.



**10.attēls 10.jautājums**

Apkopojot atbildes darba autore secina, ka liela daļa vecāku vienmēr dod līdzīgu kādu svarīgu lietu no mājām. Darba autore uzskata, ka līdzīgu paņemta mīļlieta no mājām ir svarīga uzsākot pirmsskolas izglītības iestādi, jo tā sniedz bērnam mierinājumu un dod iespēju paturēt atmiņā vecākus un māju prombūtnes laikā. Trīs vecāki atbildēja, ka nekad nedod līdzīgu mīļlietu. Bērniem ir dažādas adaptācijas īpatnības un atšķirīga dzīves pieredze, pedagogam un vecākiem svarīgi to ievērot.

Ne tikai bērniem ir svarīgi radīt drošības izjūtu, arī vecākiem ir jājūtas drošiem brīžos, kad viņi atstāj bērnu pirmsskolas izglītības iestādē, tādēļ svarīga ir pedagogu sadarbība ar vecākiem. Tika rīkota vecāku sapulce, kurā pedagogi pastāstīja par adaptācijas procesu, dienas gaitu un atbildēja uz vecākiem aktuālajiem jautājumiem.

Garderobē pie ziņojuma dēļa tika novietota dažāda aktuālā informācija par bērnu adaptāciju, agresiju, košanu citiem bērniem, slimošanu un cita informācija, kas noderīga konkrētajā

brīdī. Tāpat tur atradās informācija par to, ko ir plānots darīt mēneša ietvaros, kā arī dziesmu un pirkstiņrotaļu vārdi, lai vecāki ar bērniem varētu darboties arī mājās.

Gan no rītiem, gan pēcpusdienā pedagogi pārrunāja ar vecākiem par aktuālo un svarīgāko. Vecākiem tiek pastāstīts par dienas gaitu, bērna adaptāciju, atbildēts uz vecāku interesējošajiem jautājumiem. Vecāki pastāsta pedagogiem informāciju par bērnu, kas dod iespēju vairāk izzināt un sekmēt labvēlīgu adaptāciju. Tāpat arī tika rakstītas zīmītes un ievietotas bērna skapītī par aktuālo, nepieciešamo vai pateicības. Piemēram, pateicība par palīdzību zīļu sagādāšanā, par nepieciešamību atnest pamperus, utt. Tas tiek pateikts arī personīgi, taču uzrakstīta zīmīte, nodrošina to, ka vecāks saņems informāciju, ja pedagogs piemirsīs pateikt nepieciešamo un būs vecākam kā rakstisks atgādinājums.

Lai veicinātu bērna adaptācijas procesu, darba autore uzsāk pedagogiskā izmēģinājuma darbību.

Pirms bērna ierašanās pirmsskolas izglītības iestādē, tiek radīta bērniem labvēlīga un draudzīga vide. Grupa ir iekārota tā, lai bērni paši varētu tikt pie visām rotaļlietām un varētu brīvi ar tām darboties. No rītiem, ierodoties grupā, fonā klusināti skan bērnu dziesmas. Skolotājas un skolotāja palīgs sagaida bērnus ar smaidu.

Ik rītu skolotājs vai skolotāja palīgs sagaida katru bērnu. Pirmajā nedēļā bērni, ierodoties pirmsskolas izglītības iestādē, raud un nevēlās šķirties no vecākiem. Skolotājs samīļo bērnu, paņem klēpī un kopīgi atvadās no vecākiem. Šīs darbības tiek veiktas katru rītu un veidojas bērniem kā rituāls, kas rada bērniem drošību, jo zina, kas notiks, kad ieradīsies pirmsskolā. Kad bērns ir atvadījies, skolotāja nomierina bērnu, pastāsta, ka vecāki ieradīsies viņam pakaļ un ieinteresē bērnu kādā darbībā atkarībā no bērna interesēm. Tā kā puisus, piemēram, bieži aizrauj mašīnas, no rītiem tiek apskatītas grupā pieejamās automašīnas, ar tām braukāts pa paklāju, kā arī celti kluču torņi, skatītas grāmatas. Pirmajās dienās ne vienmēr izdodas bērnam piedāvāt to, kas viņam patīk un interesē, tāpēc dienas gaitā skolotāja vēro, ar ko bērns labprāt spēlējas, ko vēlas darīt, kur iesaistās, lai uzzinātu bērnam interesējošo.

Taču ne visi bērni, atvadoties no vecākiem, vēlas doties pie skolotāja. Kaspars brīžos, kad skolotājs ņēma viņu klēpī, sāka dusmoties vēl vairāk un centās izrauties no klēpja. Tajos brīžos skolotāja neņēma bērnu klēpī, bet atradās viņam blakus, stāstot, ka mamma būs atpakaļ, pastāstīja kādus darbus plāno šajā dienā paveikt, kurā brīdī atnāks viņam pakaļ un aicināja bērnu rotaļāties. Arī šādā veidā bērnam tika radīta drošības sajūta, jo viņš zināja, ka pieaugušais ir viņam blakus un viņš nav atstāts viens.

Pēc novērojumiem pirmajā nedēļā vecāki tika lūgti no rītiem „ilgi” no bērna neatvadīties. Jo tika novērots, ka brīžos, kad mamma nespēj no bērna atvadīties, bērns sāk satraukties

vēl vairāk un atsakās ieiet grupas telpās. Tāpēc tika izveidoti katram bērnam svarīgais atvadīšanās rituāls: kāds no mammas atvadījās jau garderobē, citi samīļoja mammu pie grupas durvīm un devās pie skolotāja, dažos gadījumos bija jāpārņem bērns no vecāku klēpja un jāpamāj pa logu. Katram bērnam bija izstrādājušies un tika ievēroti dažādi rīta atvadīšanās rituāli, taču svarīgi, ka atvadīšanās bija īsa, lai neradītu bērnam papildus pārdzīvojumus.

Rīta aplī gan bērni, gan skolotājas, gan skolotāja palīgi sēdēja aplī. Pirmajās reizēs bērni, kuri izjuta vislielāko nedrošību, bija pieaugušajiem klēpī vai sēdēja blakus. Darbojās visi pieaugušie, bērni novēroja notiekošo. Lai radītu bērnos drošības sajūtu, katru rītu kopīgi tika pārrunāta dienas gaita, katrai darbībai rādot atbilstošu attēlu. Lai radītu bērnos pozitīvas emocijas rīta aplī kopīgi tika skaitīti skaitāmpanti, dziedātas dziesmas. Ar interesi bērni iesaistījās kustību rotaļās. Visvairāk bērnus ieinteresēja darboties, kad tik atskaņota kāda dziesma un veiktas atbilstošās kustības, piemēram, pie dziesmas „Dipu, dapu lāci nāk”, tika attēloti dziesmā nosauktie dzīvnieki un viņu veiktās kustības.

Pirmajās dienās ne visi bērni vēlējās iesaistīties notiekošajā. Piemēram, Jānis stāvēja malā no visiem un tikai vēroja. Gustavs atradās pie visiem, taču arī tikai novēroja skolotāju un bērnu darbības. Šādos brīžos pedagogs deva bērniem iespēju visu no malas novērot. Darbībās vienmēr iesaistījās Marta, Agija un Kārlis. Ikvienu rīta aplī visi bērni atradās kopā, pedagogi aktīvi darbojās un rosināja arī iesaisties bērnus, rādot savu piemēru, arī tie bērni, kuri sākumā tikai novēroja, jau pēc nedēļas sāka pamazām iesaistīties un darboties līdzi.

Daļa no rotaļnodarbībām norisinājās nelielās apakšgrupās. Katra no skolotājām darbojās ar trīs bērnu apakšgrupu, lai varētu katram bērnam sniegt individuālu atbalstu un palīdzību, ja nepieciešams. Tikmēr pārējie bērni darbojās ar skolotāju palīgiem – lika piramīdas, rotaļājās rotaļu virtuvītē, dejoja pie mūzikas un brīvi rotaļājās pēc savām vēlmēm. Rotaļnodarbības ilga, kamēr bērnam bija interese darboties, apmēram 5 – 10 minūtes. Daži bērni, piemēram, Melānija un Mārtiņš, sākumā atteicās piedalīties rotaļnodarbībās. Šādos brīžos bērni tika aicināti novērot no malas, kā darbojās citi bērni. Bija reizes, kad pēc vērotā arī viņi uzreiz vēlējās iesaistīties, jo redzēja notiekošo, citās reizēs, izrādīja interesi iesaistīties tikai pēc dažām dienām.

Dienas gaitā darba autore adaptācijas sekmēšanai izmanto dažādas rotaļas (sk. 4. tabulu).

**4.tabula. Rotaļu apraksts**

Rotaļas nosaukums	Uzdevumi
Lomu rotaļas – „kafejnīcas”, „dakteri”, „veikali”	Veicināt komunikācijas un saskarsmes prasmes ar pieaugušajiem un bērniem, radošās darbības attīstīšana.

Celtniecības rotaļas	Pozitīvu emociju, sadarbības, radošās darbības veicināšana
Kustību rotaļas – „Dzīvnieku burvis”, „Kas es būšu, kad pamodīšos”, „Bumbas spēlē paslēpes” (sk. 2. pielikumu)	Prieka, pozitīvu emociju radīšana, kustību koordinācijas attīstība
Rotaļas ar dziedāšanu – „Pirkstiņi danco”, „Vai jūs zināt”, „Kur ir rokas?”	Drošības izjūtas, pozitīvu emociju radīšana, komunikācijas prasmju veicināšana
Pirkstiņrotaļas – „Mārīte”, „Žagatiņa putru vāra”, „Vāru, vāru putriņu”, „Cepu, cepu kukulīti”, „Pirksti pastaigā”, „Pirkstiņi”	Drošības izjūtas, komunikācijas, saskarsmes veicināšana.

**Lomu rotaļās** bērni iejutās dažādās lomās. Kafējnīcā bērni rotaļu virtuvītē ar rotaļu traukiem gatavo un nes skolotājai dažādus ēdienus. Skolotāja arī izsaka savas vēlmes, ko vēlētos, lai vēl pagatavo. Redzot, kā citi bērni rotaļājās, arī pārējie vēlas iesaistīties un kopīgi darboties.

Spēlējot dakterus bērni dodas pie skolotājas un norāda, ka sāp kakls, skolotāja ar rotaļu daktera komplektu ārstē bērnu, jautājot vai vēl kur nesāp, vai dzer kādas zāles utt. Pēc tam lomas tiek mainītas. Bērniem patika doties lomu rotaļu centrā un spēlēt iepirkšanos. Sakrāmēt groziņā dažādas rotaļlietas, doties pie kases, nopīkstināt preces un samaksāt. Lomu rotaļās varēja manīt, kā atraisās Beāte. Rotaļājoties ar skolotāju viņa kļuva brīvāka, sāka uzticēties, neiebilda, ja rotaļu brīdī ne tikai viņa rotaļājās ar skolotāju.

**Celtniecības rotaļās** no dažāda lieluma un veidu klučiem tika būvētas gan mājas, gan torņi, gan dzīvnieku mājvietas un citi dažādi objekti pēc bērna iecerēm. Skolotāja aicināja bērnus uzcelt visaugstāko torni un bērni ar prieku iesaistījās, lika pa vienam savus klucīšus vienu virs otra. Kad tornis bija tik augsts, ka bērni vairs netika klāt, skolotāja ņēma bērnus klēpī un cēla torņa augšpusē. Kad tornis sabruka visi bērni smējās un priecājās un vēlējās cēla torni no jauna.

Tika spēlētas dažādas **kustību rotaļas**: „*Dzīvnieku burvis*” – bērni kopīgi ar skolotāju attēloja dažādus dzīvniekus, par kuriem skolotāja viņus pārvērta gan kustoties, gan radot atbilstošas dzīvnieku skaņu. Vēlāk bērni teica skolotājai, par ko vēlas, lai viņus pārvērstu.

„*Bumbas spēlē paslēpes*” – kad bērni uzzina, ka bumbas no kastes ir pazudušas, tad visi iesaistās un ātri dodas meklēt, kur ir visas bumbas. Kad bērns ir atradis kādu bumbu, priecīgs un sajūsmināts, ka ir atradis bumbu, dodas pie skolotājas un parāda to viņai, ievieto kastē, un dodas meklēt nākamās.

„*Kas es būšu, kad pamodīšos*” – bērni veica atbilstošas kustības norādījumiem, par ko ir pamodušies, iesaistījās rotaļā, aktīvi kustējās. Kad bija jau apguvuši rotaļu, iesaistījās ne tikai izpildot kustības, bet arī domājot, kas būs, kad pamodīsies.

Gan rīta aplī, gan dienas laikā, kā arī pēcpusdienas cēlienā skolotāja ar bērniem sanāca kopā un **dziedāja dziesmas** „*Pirkstiņi danco*”, „*Vai jūs zināt?*”, „*Kur ir rokas?*”. Šajās rotaļās iesaistījās visi pedagogi, kā arī skolotāja palīgs un visi darbojās kopā. Pirmās reizes bērni tikai vēroja pieaugušo dziedāšanu un darbošanos, drošākie bērni nedaudz iesaistījās. Taču ar katru nākamo reizi bērni ar vien vairāk līdzdarbojās un vēlējās dziedāt un darboties līdz. Tāpat mūzikas pavadījumā bērni kopā ar pedagogu, kā arī savā starpā brīvi dejoja. Arī bērnu dziesmu pavadījumā tika veikti dažādi vingrojumi un kustības.

**Pirkstiņrotaļas** tika spēlētas bērnam atrodoties skolotājam klēpī gan ar seju pret skolotāju, gan ar muguru, bērni smaidīja un bija priecīgi par viņiem individuāli pievērsto uzmanību. Skolotāja skaitīja tekstu un veica atbilstošās darbības ar savām un bērnu rokām. Pēc pāris reizēm daži bērni paši devās pie skolotāja, ielīda klēpī un demonstrēja kustības vai sāka skaitīt pirkstiņrotaļas tekstu, kuru vēlējās ar skolotāju izspēlēt. No rītiem, kad Nora ieradās grupā, šis bija veids, kā viņu nomierināt. Kad klēpī tika izspēlēta kāda no pirkstiņrotaļām, Nora vēl kādu brīdi vēlējās, lai viņu samīļo un tad devās rotaļāties.

Rotaļu laikā pedagogam svarīgi ir līdzdarboties ar bērnu, ja bērns rāpo, tad arī pedagogs rāpo kopā ar bērnu, lai radītu vienlīdzības sajūtu. Ne mazāk svarīgi arī brīžos, kad bērni rotaļājas patstāvīgi vai ar kādu kopā, pedagogam nevajag iejaukties viņu rotaļā, dod bērniem iespēju realizēt sevi un savas idejas. Rotaļu laikā un arī pēc tām svarīgi ir bērnu uzslavēt par izdarīto: „Cik tev labi tas izdevās”, „Ļoti labi esi pastrādājis”. Arī tad, ja bērnam nav kaut kas izdevies svarīgi ir bērnu iedrošināt: „Mēģināsim vēlreiz”, „Nesatraucies, tev izdosies” lai radītu bērnos pozitīvas emocijas un viņš noticētu savām spējām.

*Tiek secināts, ka vecāku un pedagogu sadarbība, veicina labvēlīgu bērnu adaptāciju. Savstarpēja komunikācija starp vecākiem un pedagogiem sniedz iespēju vecākiem noskaidrot par bērna dienas gaitu, adaptāciju un citiem interesējošiem jautājumiem, lai būtu droši par sava bērna atrašanos pirmsskolas izglītības iestādē. Savukārt pedagogiem sniedz iespēju uzzināt par bērna paradumiem, interesēm, individuālām attīstības likumsakarībām, kas dod iespēju sekmēt labvēlīgu adaptāciju.*

*Kā arī rotaļu izmantošana pedagoģiskajā procesā sekmē labvēlīgu adaptāciju, jo kopīgas rotaļas rada bērnos prieku, pozitīvas emocijas, veicina saskarsmes prasmes un rada bērniem drošības izjūtu, kas ir svarīgi, lai bērns adaptētos jaunajā vietā.*

## 2.4. Pētījumā iegūto rezultātu analīze

Pētījuma noslēgumā darba autore veic atkārtotu bērnu vērošanu pēc iepriekš izvirzītajiem kritērijiem (sk.5. tabulu).

*5.tabula. Adaptācijas vērtēšanas kritēriju rezultātu atspoguļojums pētījuma beigās*

	Pašapkalpošanās prasmes	Sadarbība ar pieaugušajiem	Sadarbība ar vienaudžiem	Drošības izjūta	Iztikšana bez mīļmantīņas	Patstāvība	Punkti
Samanta	3	2	2	3	2	3	15
Megija	2	2	1	2	3	2	12
Gustavs	2	3	2	3	3	2	15
Emīlija	3	2	2	2	2	2	13
Kaspars	2	2	2	2	3	2	13
Nora	2	3	2	3	3	2	15
Agija	3	3	2	3	3	3	17
Marta	3	3	2	2	2	3	15
Katrīna	3	3	2	3	3	3	17
Rihards	3	2	2	2	2	3	14
Pauls	3	3	2	3	2	3	16
Mārtiņš	3	2	2	2	3	2	14
Linards	2	2	1	3	3	2	13
Dārta	2	2	1	3	3	2	13
Melānija	3	2	1	2	2	2	12
Ance	3	2	3	3	3	2	16
Jānis	3	2	1	2	2	2	12
Gabriels	2	2	2	2	3	2	13
Kārlis	3	3	2	3	3	2	16
Enija	2	2	2	2	3	2	13
Alise	3	2	1	2	2	2	12
Beāte	2	2	2	2	2	2	12
Linda	2	2	2	2	1	2	11

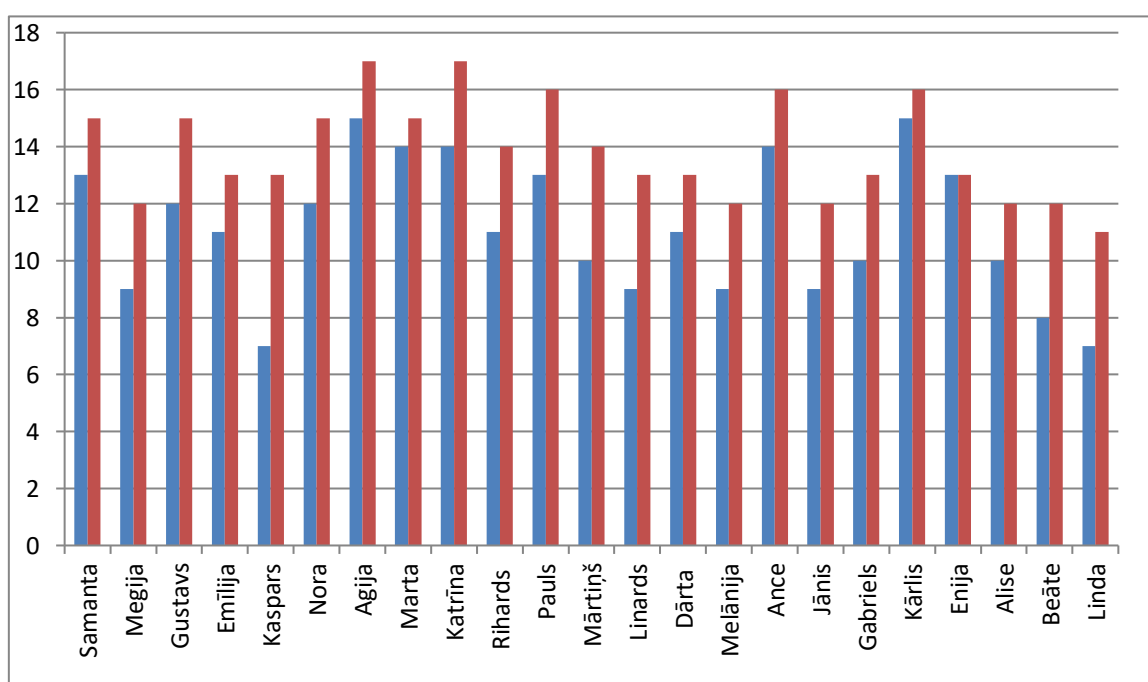
Pētījuma beigās tiek novērots, ka nevienam bērnam adaptācija nav pasliktinājusies, 1 bērnam palikusi nemainīga, 22 bērniem tā ir uzlabojusies.

Pēc iegūtajiem punktiem, adaptāciju iedala pēc tiem pašiem kritērijiem, t.i. :

- 6 – 9 punkti – smagas pakāpes adaptācija;
- 10 – 13 punkti – vidējas pakāpes adaptācija;
- 14 – 18 punkti – vieglas pakāpes adaptācija.

Divpadsmit bērniem tiek novērota vidējas pakāpes adaptācija. Ir rīti, kad vēl ir grūtības atvadīties no vecākiem, bet pārdzīvojums ir tikai uz īsu brīdi, pēc tam tas tiek aizmirsts. Vēlas rotaļāties gan viens, gan arī blakus un kopā ar kādu citu bērnu. Atsaucas uz pedagoga aicinājumiem, kā arī izvēlas sev vēlamu nodarbošanos. Uz pirmsskolas izglītības iestādi vēl nepieciešama līdz ir mīļlieta.

Vienpadsmit bērniem tiek novērota vieglas pakāpes adaptācija. Bērni viegli atvadās no vecākiem, samīļojas un dodas grupā. Komunicē gan ar pieaugušajiem, gan ar bērniem. Dažiem bērniem vēl nepieciešama līdz ir mīļlieta, taču tā tiek atstāta garderobē un dienas laikā tā vairs nav nepieciešama. Ir apgūta ēšanas prasme, tiek izradīta interese un vēlme pašam apgērbties. Pētījuma sākumā un beigās iegūtie rezultāti uzskatāmi atspoguļoti 12.attēlā.



*12.attēls Bērnu adaptācijas rādītāji pētījuma sākumā un beigās*

Darba autore sniedz katra bērna raksturojumu pēc adaptācijas perioda.

**Samanta** (vecums 3 gadi) – ierodas priecīga, līdz ir mīļlieta, bet dienas laikā to atstāj garderobē savā skapītī, nepieciešama tikai gulēt diendusu. Rotaļājas gan viena, gan ar pedagogu, gan bērniem. Patstāvīga, visu vēlas darīt pati.

**Megija** (vecums 2, 11 gadi) – ir rīti, kad grupā ierodas raudot, taču pārsvarā ienāk bez asarām. Ir atteikusies no māneklīša. Pirmsskolas izglītības iestādē ir sākusi izrādīt interesi par podiņu. Vairs nav nepieciešama palīdzība ēdot, bet par gērbšanos vēl joprojām interesi neizrāda. Iesaistās kopīgās grupas rotaļās, brīvajos brīžos rotaļājas viena.

**Gustavs** (vecums 2,3 gadi) – viegli atvadās no vecākiem, mīļlietu līdzī neņem. Patstāvīgi ēd, turpina apgūt podiņ apmācību, mēģina apģērbties pats, kad nepieciešama palīdzība, lūdz, to pedagogam. Ar prieku vēlas iesaistīties kopīgās rotaļās.

**Emīlija** (vecums 2,3 gadi) – Pieķērusies vienam pedagogam, taču pārējos arī neatraida. No rīta ar prieku ierodas pie sev tuvā pedagoga, kad ir otrs pedagogs, ir grūtāk atvadīties no vecākiem, bet neraud. Vairs nelieto pamperu, turpina apgūt ģērbšanās prasmes. Iesaistās kopīgās rotaļās ar citiem bērniem, bieži rotaļājas arī vienatnē, patīk pašai visu izpētīt.

**Kaspars** (vecums 2, 4 gads) – No rītiem vairs neraud, ierodoties dodas pie pedagoga samīļoties, pēc tam dodas rotaļāties. Dienas gaitā rotaļājas pārsvarā viens, taču iesaistās arī kopīgās rotaļās un aktivitātēs. Iemieg pats savā gultiņā, vairs nav nepieciešama sava piena pudelīte. Uzsācis patstāvīgu ēšanu, ēd visu. Ir sācis izrādīt interesi par podiņu.

**Nora** (vecums 2 gadi) – No rītiem, atvadoties no vecākiem, nepieciešams pamāt pa logu, ja tas netiek izdarīts, tad līdz brokastīm raud un vēlas atrasties pedagogam klēpī. Ir sākusi izrādīt interesi par podiņ apmācību. Mīļlieta nav nepieciešama, brīvi rotaļājas grupas vidē. Konfliktsituācijās ar citiem vairāk otram nekož, un sauc pedagogu pēc palīdzības. Izrāda vēlmi visu darīt pati, ja nesanāk, tad sadusmojas, un vēlas, lai to izdara viņas vietā.

**Agija** (vecums 2, 10 gadi) – Grupā ierodas droši, atvadās no vecākiem un dodas rotaļāties. Rotaļlietas līdz vairs neņem, rotaļājas gan viena, gan ar grupas biedriem. Vēlas atrasties uzmanības centrā, patstāvīgi atrasties pieaugušo tuvumā un darboties ar kādu kopā. Patstāvīgi cenšas apģērbties un veikt dažādus darbus.

**Marta** (vecums 2, 9 gadi) – Bieži slimo un pirmsskolas izglītības iestādi apmeklē reti, tāpēc no rītiem joprojām ar grūtībām atvadās no vecākiem. Vairs nelieto māneklīti, mīļlieta nepieciešama no rītiem un guļot diendusu. Ir apguvusi podiņ apmācību. Patīk atrasties pieaugušo tuvumā, rotaļājas gan viena, gan ar vienaudžiem.

**Katrīna** (vecums 2, 11 gadi) – Viegli atvadas no vecākiem, līdzī nav nepieciešama mīļsedziņa. Komunicē gan ar pieaugušajiem, gan bērniem. Prot atrast sev nodarbošanos, labprāt spēlējas gan viena, gan kopā ar vienaudžiem. Patstāvīgi ģērbjas, ēd, ja nepieciešama palīdzība, palūdz to pedagogam.

**Rihards** (vecums 2, 11 gadi) – pirmsskolas izglītības iestādi apmeklē kopā ar savu dvīņu brāli. Rītos, kad abi vecāki ved uz pirmsskolas izglītības iestādi, raud un ir grūtības atvadīties. Ja ved tikai viens no vecākiem, ierodas ar prieku. Mīļlietu ņem līdz, taču dod iespēju ar to rotaļāties arī citiem bērniem, pašam nepieciešama tikai ienākot grupā un guļot diendusu. Izvairās un nevēlas komunicēt ar citiem pieaugušajiem (medmāsu, metodiķi, vadītāju). Vairs neatrodas tikai brāļa tuvumā, labprāt rotaļājas arī citiem grupas bērniem.

**Pauls** (vecums 2, 11 gadi) – Riharda dvīņu brālis. Ar smaidu atvadās no vecākiem un ierodas grupā. Līdzī tiek ņemta mīļlieta, kura ir nepieciešama tikai guļot diendusu. Vēlas visu darīt pats, lūdz palīdzību, ja tas ir nepieciešams. Patīk rotaļāties tikai divatā ar brāli. Ja brālis ir slims un neapmeklē pirmsskolas izglītības iestādi, tad dienas garumā nekomunicē ne ar bērniem, ne pieaugušajiem, ir ierāvies sevī.

**Mārtiņš** (vecums 2, 8 gadi) – Pirmsskolas izglītības iestādi apmeklē reti, bieži slimo. Dažus rītus grūti atvadīties no vecākiem. Sarunājas ar pieaugušajiem un ar bērniem. Patīk atrasties tuvumā pedagogam. Grupas vidē jūtas drošāk, rotaļājas arī ar vienaudžiem. Ir apguvis podiņu apmācību, prot patstāvīgi apģērbties. Labprāt guļ diendusu.

**Linards** (vecums 2, 5 gadi) – ar prieku ienāk grupā un atvadās no vecākiem. Nelieto mānekli, visu vēlas paveikt pats, atsakās no palīdzības, ja kas neizdodas. Komunicē ar visiem pieaugušajiem grupā, jūtas droši grupas vidē. Vēlas rotaļāties viens, konfliktē ar citiem grupas bērniem, nevēlas darboties ar citiem kopā. Ir uzsācis podiņapmācību.

**Dārta** (vecums 2, 4 gadi) – priecīga ierodas grupā, joprojām lieto mānekli, bet tas nepieciešams tikai guļot diendusu. Ēd patstāvīgi, nepieciešama palīdzība ģērbjoties, par podiņu interesi neizrāda. Jūtas brīvi un droši grupas vidē, darbojas vienatnē, ar citiem bērniem nekomunicē. Pie pedagoga vēršas, ja nepieciešama palīdzība.

**Melānija** (vecums 2, 9 gadi) – grupā ierodoties, neraud, ir nopietna, nesarunājas ar citiem, vēro logu. Dienas laikā rotaļājas vienatnē, ar prieku darbojas un sarunājas ar pieaugušajiem, taču krievu valodā. Guļot ļoti svarīga ir mīļmanta, pārējā dienas laikā tā nav nepieciešama. Patstāvīgi apģērbjas, nevēlas, lai palīdz.

**Ance** (vecums 2, 5 gadi) – Viegli atvadas no vecākiem, ierodoties samīļo pedagogu un dodas rotaļāties. Cenšas pati apģērbties, ja nesanāk, sauc pieaugušo. Ir gandrīz apguvusi podiņu apmācību, dažos brīžos nepieciešams atgādinājums. Neņem līdzi savas rotaļlietas, brīvi rotaļājas kopā ar citiem bērniem, kā arī viena pati.

**Jānis** (vecums 2, 7 gadi) – Ierodoties grupā neraud, bet ir ierāvies sevī un emocijas neizrāda. Līdzī paņemtais lācītis ir nepieciešams tikai guļot diendusu. Pēcpusdienas cēlienā nedaudz atveras, sarunājas ar pedagogu. Rotaļājas vienatnē, vai novēro visu no malas. Cenšas patstāvīgi apģērbties, ja nesanāk, gaida, kad kāds pieies un palīdzēs.

**Gabriels** (vecums 2, 8 gadi) – Ir rīti, kad ir grūtības atvadīties no vecākiem, tad vēlas atrasties pedagoga tuvumā. Dienas laikā vēlas, lai visa uzmanība tiktu veltīta viņam, tāpēc pievērš to ar dažādām darbībām – gāžas zemē, dauza kājas. Kopīgās aktivitātes joprojām novēro no malas, patīk novērot citu bērnu rotaļāšanos, dažreiz cenšas iesaistīties. Patstāvīgi ēd, ir sācis izrādīt interesi par ģērbšanos, par podiņu interesi neizrāda.

**Kārlis** ( vecums 2, 11 gadi) – Ja rītos atved tētis uz pirmsskolas izglītības iestādi, tad ir grūtības atvadīties. Pārējos rītos ierodas priecīgs un viegli atvadās. Joprojām grūtība sagādā patstāvīga apģērbšanās, neizrāda par to interesi un arī nevēlas darīt. Labprāt rotaļājas vienatnē un ar citiem bērniem. Ja kaut ko vēlas, vai nepieciešama palīdzības, dodas pie pieaugušā.

**Enija** ( vecums 2 gadi) – viegli un ātri atvadas no vecākiem un dodas grupā rotaļāties. Grupā jūtas droši, bet vēlas būt pedagoga tuvumā, rotaļāties kopā ar pedagogu. Ja pieaugušais iesaista kopīgā rotaļā ar citiem bērniem, ar prieku tajā iesaistās. Izrāda interesi par podiņ apmācību, patstāvīgi ēd un cenšas apģērbties, ja neizdodas, tad neatraida palīdzību.

**Alise** ( vecums 2, 8 gadi) – ilgi atvadās no vecākiem, taču neraud, vēro aizejam pa logu un līdz brokastīm vēlas atrasties pie loga. Ir sākusi izrādīt interesi par rotaļāšanos, patīk darboties kopā ar pedagogu. Ar vienaudžiem vēl nekomunicē. Patstāvīgi apģērbjas, ja nepieciešams, lūdz palīdzību. Izsaka savas vēlmes un domas. Mīļlieta nepieciešama no rītiem un guļot. Pēcpusdienas cēlienos atraisās un vēlas iesaistīties dažādās darbībās un rotaļās.

**Beāte** ( vecums 2, 4 gadi) – no vecākiem atvadās viegli, rītu vēlas pavadīt kāda pieaugušā klēpī un tuvumā. Brīvi dodas pie visiem pieaugušajiem grupā. Dienas laikā neattiet tālu no pedagoga, taču rotaļājas arī patstāvīgi un ar citiem bērniem. Ir apguvusi podiņa apmācību, patstāvīgi ēd, cenšas pati apģērbties. Izmanto mānekli gan dienas laikā, gan guļot.

**Linda** ( vecums 3 gadi) – ir rīti, kad ir grūtības atvadīties no vecākiem. Neatraida pedagoga tuvumu un mierinājumu. Līdz joprojām nepieciešams māneklītis un mīļlieta, kas ir nepieciešama pirms gulētiešanas. Ir sākusi izrādīt interesei par podiņu, ēd joprojām nelabprāt, pārsvarā tikai sausu maizi. Izrāda vēlmi iesaistīties rotaļās ar citiem grupas bērniem.

*Tiek secināts, ka bērnu adaptācija ir uzlabojusies. Bērni bez lielām grūtībām atvadās no vecākiem. Tiek turpināts iesāktais rituāls, ka bērns samīļo mammu, dodas pedagoga klēpī, pa logu pamāj mammai un dodas grupā rotaļāties.*

*Bērni arvien vairāk sāk komunicēt ar pieaugušajiem, aicina pedagogu kopīgi darboties, lūdz pēc palīdzības, ja nepieciešams. Ir iegaumējuši pedagogu vārdus un jautā pēc konkrētā pedagoga. Sāk sadarboties arī ar bērniem. Rotaļājas ne tikai blakus viens otram, bet arī divatā. Neiebilst pret iesaistīšanos kopīgās aktivitātēs un rotaļās, darbojoties pauž savas emocijas.*

*Tiek iegaumēta dienas gaita, bērni jau zina, kas sekos pēc kuras darbības un jūtas droši. Ja dienas gaita tiek izmainīta, pedagogs par to bērniem pastāsta jau iepriekš, lai bērni tam būtu gatavi. Ir uzlabojusās bērnu pašapkalpošanās prasmes, cenšas apģērbties patstāvīgi, vairs nav nepieciešama palīdzība ēdot. Bērni, kuri neizrādīja interesi par podiņ apmācību, ir sākuši to apgūt. Bērni ir kļuvuši drošāki un atvērtāki.*

## Secinājumi

Darba autore, balstoties uz dažādu autoru teorētiskajām atziņām, un, veicot pētījumu par labvēlīgas adaptācijas sekmēšana 2 – 3 gadīgiem bērniem pirmsskolas izglītības iestādē, secina, ka:

1. Ģimene ir tā, kurai bērns jā sagatavo pirmsskolas gaitām, pirms uzsākšanas, radinot pie atbilstošā dienas ritma, runājot un stāstot par to, kas tur notiek. Ja vecāki paši jutīsies droši, arī bērnam būs vieglāk iejusties jaunajā sociālajā vidē. Ģimenē bērnam ir jāapgūst dažādas prasmes, taču pedagogam pirmsskolas izglītības iestādē tās ir jāattīsta un jāpilnveido;
2. Pedagogam jā rada atbilstoša vide atbilstoši bērna attīstības līmenim un likumsakarībām, lai veicinātu labvēlīgu adaptāciju. Svarīgi, ka arī pedagoga emocionālais stāvoklis (smaids, prieks) rada bērnos drošības sajūtu, kas liek viņiem justies drošībā un gaidītiem;
3. Bērna vecākiem un pedagogam savā starpā jāveicina pozitīva sadarbība, kas labvēlīgi ietekmē bērna adaptāciju, jo bērns jūt, vai vecāks jūtas drošs un apmierināts aizvedot bērnu uz pirmsskolas izglītības iestādi vai arī neapmierināts. Pedagogam ir jābūt atsaucīgam, saprotošam, ar vēlmi izzināt un sadarboties, savukārt, vecākiem ir jābūt ieinteresētiem bērna ikdienā un attīstībā;
4. Bērna individuālās attīstības likumsakarības ietekmē to, kāda būs adaptācija. Bērniem, kuri vēl neprot runāt un izteikt vārdos savas vēlmes adaptācija var noritēt grūtāk, kā arī kautrīgiem, nedrošiem bērniem. Tāpēc katram bērnam nepieciešama individuāla pieeja, lai iesaistītu visus bērnus ikdienā, un veiksmīgāk noritētu bērnu iejušanās grupas vidē un socializēšanās ar apkārtējiem;
5. Dažādu rotaļu izmantošana adaptācijas procesā sekmēja labvēlīgu adaptācijas procesu, jo rotaļu brīdī bērniem tika radīta labvēlīga vide, bērni atbrīvojās, iejutās grupas vidē, bērni sāka komunicēt ne tikai ar pedagogu, bet arī savā starpā;
6. Pētījumā gaitā tika noskaidrots, ka no 23 bērniem, 22 ir uzlabojusies adaptācija, tāpēc tiek secināts, ka izvirzītā hipotēze, ka adaptācija noritēs labvēlīgāk, ja skolotājs pārzinās sociālās attīstības likumsakarības, izmantos rotaļas un veiksmīgi noritēs pedagoga un vecāku sadarbība, ir apstiprinājusies.

## Priekšlikumi

Veicot pētījumu, par labvēlīgas adaptācijas sekmēšanu 2 – 3 gadīgiem bērniem pirmskolas izglītības iestādē, tika izstrādāti priekšlikumi vecākiem un pedagogiem.

Priekšlikumi vecākiem:

- Lai vieglāk noritētu adaptācijas process, censties jau iepriekš pielāgot bērna dienas gaitu tam, kāda tā būs pirmskolas izglītības iestādē. Varat sākt ar to, ka no rīta ceļaties un dodaties gulēt diendusu tajā laikā, kā to darītu, ja apmeklētu pirmskolu.
- Ja bērnam nepieciešams, līdzīgi uz pirmskolu dodiet bērnam viņam svarīgu mīļlietu vai rotaļlietu, kas viņu nomierinās un atgādinās par jums un mājām.
- Bērna klātbūtnē nepārrunāt sliktās lietas par pirmskolas izglītības iestādi vai pedagogiem. Bērnam ir jāzina, ka jūs esat pārliecināti un droši par viņa atrašanos pirmskolas izglītības iestādē.
- Ja ir radies kāds pārpratums, vai nejūtaties par kaut ko droši, vienmēr izrunājiet to ar pedagogu, lai nevairotu sevī bažas un zinātu, kas ir noticis patiesībā.
- Atvadoties no bērna, censties to izdarīt pēc iespējas ātrāk, un neraudāt. Lai bērns neredzētu, ka arī jūs esat uztraukušies un nepārņem uztraukumu no jums.

Priekšlikumi pedagogiem:

- Katru rītu sagaidiet bērnus un vecākus ar smaidu, esat labvēlīgi noskaņoti un ieinteresēti. Tas viesīs bērnam uzticēšanos, ka viņš šeit ir gaidīts un par viņu parūpēsies.
- Radiet grupas telpās drošu vidi, nodrošiniet grupu ar bērna vecumam atbilstošiem materiāliem.
- Sadarbojieties ar vecākiem, pārrunājiet par bērna dienas gaitu, adaptācijas procesu un citiem vecāku interesējošiem jautājumiem. Jautājat arī par bērna attīstību, uzvedību, interesēm un spējām mājās, lai sekmīgāk noritētu adaptācija.
- Lai veicinātu bērnu adaptāciju, svarīgi izmantot dažādas rotaļas atbilstošu bērnu vecumposmam, interesēm un spējām.
- Ir jāpārzina bērna individuālās attīstības likumsakarības, intereses, spējas un vēlmes un jādarbojas ar katru bērnu ar individuālu pieeju.

## Izmantotā literatūra un informācijas avoti

1. Andersone, R. (2004). *Pusaudžu sociālo prasmju veidošanās*. Rīga: RaKa.
2. Albrehta, Dz. (1998). *Pētīšanas metodes pedagoģijā*. Rīga: Mācību grāmata. ‘
3. Banceviča, I. (1998). *Mazais draudziņ pulkā nāc*. Rīga: Avots.
4. Bikova, A. (2018). *Manam bērnam patīk bērnudārzs*. Rīga: Jumava.
5. Boulbijs, Dž. (1998). *Drošais pamats*. Rīga: Rasa ABC.
6. Braše, L. (2010). *Ģimenes loma skolēnu socializācijā*. Rīga: RaKa.
7. Brice, B. (2007). *Pirkstiņu rotaļas*. Rīga: RaKa.
8. Brice, B. (2013). *Viss sākas ar rotaļu*. Rīga: RaKa.
9. Cohen, A. (2015). *Parenting made easy: the early years*. Austrālija: Australian Academic Press.  
<http://datubazes.lanet.lv:3537/ehost/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzEzNjU1MzdfX0FO0?sid=8d7acb1f-c2a6-4936-a192-b0e2f2f61f61@sessionmgr4008&vid=5&format=EB&rid=27>
10. Courage, M. L., Cowan, N. (2008). The development of memory in Infancy and childhood. *Psychology Press*.  
<https://datubazes.lanet.lv:2085/abstract/9780203934654>
11. Cowdray M. (2012). *Children's learning in primary schools: a guide for teaching*. Routledge.
12. Dako P. (1999). *Psiholoģijas brīnumainās uzvaras*. Rīga: Zvaigzne ABC.
13. Deacon, C. (2010). *Boost your toddler's development*.  
<https://datubazes.lanet.lv:2085/preview/9781444126549>
14. Dzintere, D., Stangaine, I. (2007). *Rotaļa – bērna dzīvesveids*. Rīga: RaKa.
15. Dzintere, D., Stangaine, I. (2005). *Rotaļa – bērna dzīvesveids*. Rīga: RaKa.
16. Gailuma, S. (2002). Mazbērna adaptācijas īpatnības pirmsskolas izglītības iestādē. *Bērns kā individualitāte pirmsskolas izglītības iestādē*. Rīga: Izglītības soļi.
17. Geske, R. (2005). *Bērna bioloģiskā attīstība*. Rīga: RaKa.
18. Gestwicki, C.(2010). Developmentally appropriate practice Internation editon. *Wadsworth Publishing*.  
<https://datubazes.lanet.lv:2085/abstract/9781408094341>
19. Golubina, V. (2007). *Pirmsskolas pedagoga rokasgrāmata*. Rīga: Izglītības soļi.
20. Greenberg, M. (2010). Raising your toddler. *Globe pequot press*.  
<https://datubazes.lanet.lv:2085/preview/9780762761753>
21. Gulbe, D. (2019). *Kas notiek bērnudārzā*. Rīga: TAPT.

22. Hakes, M. (2015). *The relation of maternal iron and zinc status to cognitive development in toddlers*.  
<https://datubazes.lanet.lv:4975/docview/1806130718/4200C689432C4F24PQ/3?accountid=27169>
23. Jurgena, I. (2002). *Vispārīgā pedagogija*. Rīga: Izglītības solī.
24. Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca. (2002). Rīga: Zvaigzne ABC.
25. Karpova, Ā. (2006). *Ģimenes psiholoģija*. Rīga: RaKa.
26. Kājiņa, D., Aunīte, I. (2006). *Kā izprast bērnu?* Rīga: Pētergailis.
27. Kristapsone, S. (2008). *Zinātniskā pētniecība studiju procesā*. Rīga: Biznesa augstskola Turība.
28. North, J., Carter, T. (2019). *Mind Kind: Your child's mental health*. Exisle Publishing.  
<http://datubazes.lanet.lv:3537/ehost/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzIyNTA1NTJfX0FO0?sid=21833da4-faa9-44ca-a1b1-16ed13540efd@sessionmgr4006&vid=2&format=EB>
29. Odom, L.S, Pungello, E., Gardner – Neblett, N. (2000). *Infants, toddlers and families in poverty*. Guilford Publications Inc.  
<https://datubazes.lanet.lv:2085/abstract/9781462504961>
30. Ošs, J. (1993). *Rotaļnieks: rotaļas skolām un jaunatnei*. Rīga: Zinātne.
31. Plaude, A. (2009). *Bērns starp pieaugušajiem*. Rīga: Zvaigzne ABC.
32. Puškarevs, I., Golubeva, A. (1999). *Bērna attīstība*. Lielvārde: Lielvārds.
33. Romenkova, V. (2008). *Bērns ģimenē un sabiedrībā*. Rīga: Rīgas Skolēnu pils.
34. Romenkova, V. (1999). *Rotaļu attīstība*. Rīga: “Vārti”.
35. Rosemond, J. (2000). Cure – yes, cure – kids of high self-esteem. *The Charleston Gazette*.  
<https://datubazes.lanet.lv:4975/docview/331032011/B1CB40B8F9F14009PQ/4?accountid=27169>
36. Smita, H. (1995). *Vai tavs bērns ir laimīgs?* Rīga: Kontinets.
37. Steckley, J., Letss, G.K. (2010). *Elements of sociology*. Canada: Oxford University Press.
38. Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
39. Šteinberga, A. (2013). *Pedagoģiskā psiholoģija*. Rīga: RaKa.
40. Šternfelde, I. (2017). *Sīkās motorikas attīstīšana pirmsskolas vecuma bērniem*. Rīga: Pētergailis.
41. Vecgrāve, A. (2005). *Ceļvedis pieaugušajiem pa bērnības zemi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
42. Vecgrāve, A. (1996). *Kā man saprast savu bērnu*. Rīga: Zvaigzne ABC.

43. Vorobjovs, A. (2000). *Vispārīgā psiholoģija*. Rīga: Izglītības solī.
44. *Vecumposmu attīstības īpatnības bērniem* (2008) Latvijas Republikas Labklājības ministrijas Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijas metodiskie ieteikumi darbā ar bērniem. Pieejams:  
[http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/metodiskie\\_ieteikumi\\_darba\\_ar\\_bernie\\_m/?doc=818](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/metodiskie_ieteikumi_darba_ar_bernie_m/?doc=818)
45. Мухина, В. С. (1985). *Детская психология*. Москва: Просвещение.

## **Pielikumi**

1. 1.pielikums. Anketa vecākiem.....	49
2. 2.pielikums. Rotaļu apraksts.....	51
2.1.Kustību rotaļas.. ..	51
2.2.Pirkstiņrotaļas.....	51
2.3.Rotaļas ar dziedāšanu.....	53

## 1.pielikums. *Anketa vecākiem*

1. Pirms sākāt vest bērnu uz pirmsskolas izglītības iestādi bērna dienas ritmu pielāgojāt tam, kāds tas ir pirmsskolas izglītības iestādē.

- Jā
- Daļēji
- Nē

Komentāri \_\_\_\_\_

2. Pirmsskolas izglītības iestādes gaitu uzsākšana ietekmēja arī bērna uzvedību ārpus pirmsskolas izglītības iestādes.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri \_\_\_\_\_

3. Uzsākot pirmsskolas izglītības iestādi bērns bieži slimoja (vairāk neapmeklēja nekā apmeklēja).

- Jā
- Daļēji
- Nē

Komentāri \_\_\_\_\_

4. Adaptācijas procesā arī darba dienās ņemāt bērnam kādu brīvdienu.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri \_\_\_\_\_

5. Adaptācijas periodā bērņā tika manītas kādas izmaiņas - ēšanas vai miega traucējumi, bērns kļuva nervozs, u.c.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri \_\_\_\_\_

6. Bērns brīvi jutās grupas vidē, iesaistījās rotaļās un aktivitātēs.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri

---

7. Bērns rotaļājās kopā ar citiem grupas bērniem.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri

---

8. No rītiem bērns labprāt devās pie skolotāja un skolotāja palīga un atvadījās no Jums.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri

---

9. Jūs ar pedagogu pārrunājāt sev interesējošos jautājumus par bērna adaptāciju un dienas gaitu.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri

---

10. Lai bērns iejustos grupas vidē bērnam līdzīgi devāt kādu mīļlietiņu no mājām.

- Vienmēr
- Biežāk jā
- Dažreiz
- Biežāk nē
- Nekad

Komentāri

---

11. Jūsu bērna dzimums

- Zēns
- Meitene

12. Vai šis Jums ir pirmais bērns ģimenē, kurš uzsāka pirmsskolas izglītības iestādes gaitas?

- Jā
- Nē

**Paldies par atsaucību!**

### **Kustību rotaļas**

#### ***Dzīvnieku burvis***

Bērni ir brīvi izvietojušies pa telpu, skolotāja stāsta, ka viņa šodien ir burvis un pārvērtīsies pati un pārvērtīs arī bērnus par dažādiem dzīvniekiem. Skolotāja skaita: Šodien esmu burve es, pārvēršamies par kaķiem mēs! Bērni kopā ar skolotāja četrāpus rāpo un ņaud attēlojot kaķi. Tā tiek spēle turpināta, skolotāja aicina bērniem palīdzēt izdomāt, par kādiem dzīvniekiem vēl bērni gribētu pārvērsties.

#### ***Bumbas spēlē paslēpes***

Skolotāja telpā dažādās vietās novietojusi daudz mazās plastmasa bumbiņas. Bērni pirms tam zināja, ka telpā lielā kastē atrodas mazās bumbiņas. Skolotāja aicina bērnus aplūkot kasti un pamana, ka visas bumbiņas ir pazudušas. Bērni tiek aicināti palīdzēt un atrast visas bumbiņas, lai kaste atkal ir pilna. Uzdevumu var padarīt grūtāku, kad novietotas ir trīs attiecīgo bumbu krāsu kastes – dzeltena, sarkana, zila, un bērniem jāievieto atrastā bumba attiecīgās krāsas kastē.

#### ***Kas es būšu, kad pamodīšos?***

Bērni brīvi izvietojušies pa telpu. Skolotāja un bērni visi apguļas uz grīdas un skolotāja stāsta, ka tad, kad skolotāja sasiņīs plaukstas, visi pamodīsies un būs priecīgi bērni, kuri skries. Rotaļu atkārti mainot darbības veidus, piemēram, kad pamodīsies būs lāči, un visi staigās kā lāči, būs čūskas, kas lien utt.

### **Pirkstiņrotaļas**

#### ***Mārīte***

Mārīte pa roku lien, *(ar labās rokas četriem pirkstiem „tipina” tāpat kā mārīte)*

Augšup, augšup, augšup vien! *(pa kreiso roku uz augšu līdz elkonim.)*

Piesit savām kājiņām, *(Viegli labās rokas pirkstu piesitieni pa kreiso roku.)*

Žvikts – uz savām mājiņām. *(Sasiņ plaukstas un paslēpj rokas aiz muguras.)*

(Brice, 2007, 55)

### **Žagatiņa**

Žagatiņa putru vāra,  
Pelīt' nesa ūdentiņu. *(ar labās rokas rādītājpirkstu veic apļveida kustības pa kreisās rokas plaukstu)*  
Pelīt' aku nezināja,  
Žagatiņa parādīja. *(Ar diviem labās rokas pirkstiem soļo pa kreisās rokas delmu līdz nonāk pie paduses.)*  
Te celiņš, te celiņš,  
Te celiņš, *(Pakutina padusi.)*  
Spudūc, lejiņā!

### **Vāru, vāru putriņu**

Vāru, vāru putriņu, *(Ar labās rokas rādītājpirkstu veic apļveida kustības pa kreiso plaukstu.)*  
Pieci milti katlā. *(Pa vienam pieliec kreisās rokas pirkstu, sākot ar mazo pirkstiņu.)*  
Tam došu, tam došu,  
Tam došu, tam došu,  
Tam nekā!  
Tas malku nenesa, *(Ar labās rokas rādītājpirkstu veic brīdinošas kustības.)*  
Tas uguni nekūra,  
Visu putru izlēja,  
Čurkst krāsnītē! *(Ar abu roku pirkstiem viegli tipina pa vēderu.)*

### **Cepu, cepu kukulīti**

Cepu, cepu kukulīti *(Plaukšķina rokas)*  
Citu lielu *(Izpleš rokas)*  
Citu maziņu *(Sakrusto rokas pār krūtīm)*  
Viļ, viļ, apaļu *(it kā veļ bumbiņas rokās)*  
Paukš krāsnītē *(pieliek rokas pie mutes)*  
Ar garu, garu skursteni *(paceļ rokas virs galvas)*  
Ņam, ņam, ņam, cik gards! *(glauda vēderu)*

### **Pirksti pastaigā**

Viens, divi, trīs, četri, pieci – *(Pirksti savilkti dūrē, pa vienam tos iztaisno.)*  
Dodas pirksti pastaigā. *(Ritmiski savelk dūrē un iztaisno pirkstus.)*  
Viens, divi, trīs, četri, pieci – *(Pa vienam saliec pirkstus dūrē.)*  
Nu tie bērniem sveikas māj! *(Māj ar visu plaukstu.)*

(Brice, 2007, 12)

### ***Pirkstiņi***

Manu roku pirkstiņi                   *(Grozot rāda izplestus abu roku pirkstus.)*

Ir kā mammai bērniņi –

Sastrīdas un draudzējas,           *(Pirkstus izpleš plati, tad savelk kopā.)*

Sastrīdas un draudzējas.

(Brice, 2007, 11)

### **Rotaļas ar dziedāšanu**

#### ***Vai jūs zināt?***

Vai jūs zināt, vai jūs zināt,

Ko tā mūsu māmiņa dar'?

Putru vāra, putru vāra,

Visi dara tā!

Vai jūs zināt, vai jūs zināt,

Ko tā mūsu māsiņa dar'?

Lelli šūpo, lelli šūpo,

Visi dara tā!

Vai jūs zināt, vai jūs zināt,

Ko tas mūsu brālītis dar'?

Kokā kāpj, kokā kāpj,

Visi dara tā!

Vai jūs zināt, vai jūs zināt,

Ko ..... dar'?

*Bērni sasēdušies aplī kopā ar skolotāju dzied. Kad dzied to, ko katrs dara, tad rāda attiecīgas kustības. Dziesmu turpina dziedāt par tēti, kurš brauc ar mašīnu, vecmāmiņu, kura ada zeķes un vectētiņu, kurš lasa avīzi. Kad bērni ar dziesmu jau ir iepazinušies un ir nodziedātas pirmās divas rindiņas, skolotāja var uzrunāt kādu bērnu un prasīt, piemēram, Rihard, ko dara tavs tētis? Un turpināt dziesmu ar bērna atbildi.*

### ***Kur ir rokas?***

Kur ir, kur ir mūsu rokas?

Nav nevienas rokas.

Nav nevienas, nav nevienas,

Nav nevienas rokas.

Lūk, lūk mūsu rokas,

Dejo mūsu rokas.

Kur ir, kur ir mūsu kājas?

Nav nevienas kājas.

Nav un nav, un nav nevienas,

Nav nevienas kājas.

Lūk, lūk mūsu kājas,

Dejo mūsu kājas.

*Bērni kopā ar pedagogu dzied dziesmu un paslēpj attiecīgo ķermeņa daļu (rokas paslēpj aiz muguras, uz kājām uzliek virsū rokas utt.) Kad tiek atrasta ķermeņa daļa, tad tās priecīgi šūpo, groza, piesit vai veic kādas citas izvēlētas darbības. Dziesmu var turpināt bērniem vai skolotājam izdomājot kādu vēl ķermeņa daļu paslēpt.*

### ***Pirkstiņi danco***

Viens un divi, trīs mazi pirkstiņi,

Četri un pieci un seši mazi pirkstiņi,

Septiņi, astoņi, deviņ' mazi pirkstiņi,

Desmit pirkstiņi danco.

Desmit pirkstiņi danco man uz galvas,

Desmit pirkstiņi danco man un vēdera,

Desmit pirkstiņi danco man uz ausīm.

Desmit pirkstiņi danco man uz...

*Bērni stāv/sēž aplī. Sākumā plauksta savilkta dūrītē, dziedot skaita pirkstiņus, nosaukto pirkstiņu atliec.*

## GALVOJUMS

Es, Laura Āboliņa

apliecinu, ka darbs izstrādāts atbilstoši zinātniskās ētikas principiem.

Darbā izmantotā literatūra u. c. avoti norādīti literatūras u. c. avotu sarakstā.

Dažāda veida informācijai (atziņām, citātiem, attēliem, tabulām u. c.), kas iegūta no minētajiem avotiem, pētnieciskajā darbā un tā pielikumos norādītas atsauces.

### Darba autors

Laura Āboliņa  
(vārds, uzvārds)

\_\_\_\_\_  
(paraksts)

Datums: 20.11.2020

## IZZIŅA PAR AIZSTĀVĒŠANU

Kvalifikācijas darbs / Bakalaura darbs / Diplomdarbs / Maģistra darbs izstrādāts  
(atbilstoši pasvītrot)

\_\_\_\_\_  
LU PPMF  
(fakultāte)

Ar savu parakstu apliecinu, ka darbs izstrādāts patstāvīgi.

**Darba autors** Laura Āboliņa  
(vārds, uzvārds, paraksts)

Rekomendēju darbu aizstāvēšanai.

**Darba zinātniskais vadītājs** Docente, Dr. paed. Inga Stangaine  
(akadēmiskais amats, zinātniskais grāds, vārds, uzvārds, paraksts)

Kvalifikācijas darbs / **Bakalaura darbs** / Diplomdarbs / Maģistra darbs aizstāvēts

Pārbaudījuma komisijas 20\_\_gada \_\_\_\_\_ sēdē, protokola Nr. \_\_\_\_\_

vērtējums

\_\_\_\_\_  
(vērtējums)

\_\_\_\_\_  
(vērtējums vārdiem)

Valsts pārbaudījuma  
komisijas priekšsēdētājs \_\_\_\_\_

(akadēmiskais amats, zinātniskais grāds, vārds, uzvārds)

\_\_\_\_\_  
(paraksts)