

# LATVIJAS UNIVERSITĀTE

Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte

Nepilna laika studijas

Pirmsskolas un sākumskolas skolotājs

5. kurss

**KRISTĪNE MICĪTE**

## **1 – 2 gadus vecu bērnu sekmīgas adaptācijas veicināšana pirmsskolas izglītības iestādē**

**Bakalaura darbs**

**Darba vadītājs**

**Docente**

Akadēmiskais amats

**Dr. paed.**

Zinātniskais/  
akadēmiskais grāds

**Inga Stangaine**

Vārds, uzvārds

Paraksts

BAUSKA 2021

## Anotācija

**Bakalaura darba autors:** Kristīne Micīte

**Bakalaura darba temats:** „1 – 2 gadus vecu bērnu sekmīgas adaptācijas veicināšana pirmsskolas izglītības iestādē”

**Mērķis:** pētīt rotaļu kā adaptācijas grūtību pārvarēšanas līdzekli 1 – 2 gadīgiem bērniem.

Darba **pirmajā daļā** tiek iepazīstināts ar pedagoģijas un psiholoģijas zinātniskajām atziņām par jēdzienu, kas ir adaptācija, tā veidiem un posmiem. Uzmanība tiek vērsta uz mazbērnu attīstības likumsakarībām, kas ietekmē adaptācijas procesu. Šajā nodaļā tiek analizēta literatūra par mazbērna vecumposma attīstības īpatnībām, kas kavē vai palīdz viņam veiksmīgāk adaptēties pirmsskolas izglītības iestādē.

**Otrajā daļā** tika veikts empīriskais pētījums, kā ar rotaļas un rotaļlietas palīdzību, kas bērnos raisa pārsteiguma momentu, pedagogs palīdz mazbērnam veiksmīgāk adaptēties pirmsskolas izglītības iestādē. Empīriskajā daļā tika izmantotas novērošanas metode, pedagoģiskā izmēģinājuma darbība un apkopota iegūto rezultātu analīze. Apkopojot iegūtos rezultātus apstiprinājās **hipotēze**, ka bērna adaptācija norisināsies veiksmīgāk, ja skolotājs pedagoģiskajā procesā izmantos bērnam interesējošas rotaļas un rotaļlietas, kas bērnos raisīs pārsteiguma momentu.

**Atslēgas vārdi:** adaptācija, adaptācijas pakāpes, mazbērnu vecumposma īpatnības, rotaļa, rotaļlietas

Bakalaura darbs sastāv no 58 lappusēm, tsk. - 8 tabulas, 7 attēli. Izmantoti 65 informācijas avoti.

## Annotation

**Bachelor's thesis author:** Kristīne Micīte

**Bachelor's thesis topic:** "Promotion of successful adaptation of 1-2 year old children in a pre-school educational institution"

**The aim:** Theoretically and practically find out how play helps to overcome adaptation difficulties in 1-2 year old children.

The **first part** of the work introduces the scientific discoveries of pedagogy and psychology on the concept of adaptation, its types and stages. Attention is focused on the laws of the development of grandchildren, which have an impact on the adaptation process. This chapter analyzes the literature on the peculiarities of the development of the grandchild's age, which hinders or helps the child to successfully adapt to the pre-school educational institution.

In the **second part**, an empirical study was conducted on how a teacher helps a grandchild to adapt more successfully in a preschool with the help of a toy and a toy that causes a moment of surprise in children. In the empirical part, the method of observation, the operation of the pedagogical experiment and the analysis of the obtained results were used. Summarizing the obtained results, **the hypothesis** was confirmed that the child's adaptation will be more successful if the teacher uses toys of interest to the child in the pedagogical process and toys that will create a moment of surprise for the children.

**Key words:** adaptation, degrees of adaptation, peculiarities of grandchildren's age, games, toys

The bachelor's thesis consists of 58 pages, incl. – 8 tables, 7 figures. Used 65 information sources.

## Saturs

Ievads.....	5
1. Pedagoģijas un psiholoģijas zinātniskās atziņas par adaptāciju .....	8
1.1. Adaptācijas jēdziena vispārīgs raksturojums.....	8
1.2. Attīstības likumsakarības 1 – 2 gadīgiem bērniem un adaptācijas grūtības .....	14
1.3. Rotaļas – palīgs adaptācijas perioda grūtību pārvarēšanai .....	24
2. Empīriskā pētījuma organizācija un izpēte.....	34
2.1. Pētījuma metodoloģiskais pamatojums .....	34
2.2. Bērnu raksturojums pētījuma sākumā .....	35
2.3. Pētījuma norises apraksts .....	42
2.4. Pētījumā iegūto datu apkopojums un analīze .....	47
Secinājumi .....	53
Priekšlikumi.....	54
Literatūras saraksts .....	55

## Ievads

Aizvien vairāk ir novērojams, ka bērnudārza gaitas uzsāk ļoti jauni bērniņi. Bērniņi, kas dažreiz pat nav sasnieguši 1,5 gadus. Kā norāda savā pētījumā L.Gružova (*Grūzová*), un Z. Sislova (*Syslová*) "Šis jautājums par pirmsskolas izglītību un aprūpi ir kļuvis par ļoti svarīgu Eiropas ģimenes politikas jautājumu. Viens no Eiropas ģimenes politikas galvenajiem mērķiem ir nodrošināt harmonisku līdzsvaru starp profesionālo dzīvi un ģimenes dzīvi. Divdesmitā gadsimta ekonomiskie, politiskie un sociālie procesi ir mainījuši Eiropas ikdienas dzīvi, veidojuši ģimeni, devuši iespējas strādāt un ietekmējuši dzimstību. Pētījumi saka (OMEP, 2013), ka ieguldījumi agrīnās bērnības attīstībā ir viens no visefektīvākajiem instrumentiem, ko izmantot, lai paātrinātu un panāktu ilgtspējīgu un drošu nākotni, ko mēs vēlamies visiem bērniem (īpaši bērniem no zema sociālā statusa ģimenēm)"(Grūzová, Syslová, 2014).

Var saprast šo bērnu vecākus – lai nepazaudētu darbu, viņiem laiks atgriezties savās darbavietās un tāpēc bērni nonāk pirmsskolas izglītības iestādē. No vienas puses, jaunus vecākus mājās uztrauc, kā viņu mīlulim klāsies bērnudārzā? Bet, no otras puses, jaunie vecāki kļūst lepni, ka viņu mazais bērniņš tiek uzņemts pirmsskolas izglītības iestādē, jo to arī nosaka mūsu valsts likumdošana, ka – Pirmsskolas izglītības programmu saskaņā ar Vispārējās izglītības likumu apgūst bērni vecumā no 1,5 līdz septiņiem gadiem. Pirmsskolas vecuma bērnu skolai sagatavo kopš brīža, kad bērns sāk apmeklēt izglītības iestādi, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu: no pusotra, divu, trīs, četru vai piecu, sešu gadu vecuma <sup>1</sup>.

Tāpēc vecāki bieži vien uzskata, ja bērniņš tiek uzņemts bērnudārza grupiņā, tātad viņš jau ir „liels” un visu dienu pavadīs apgūstot zinības, lai būtu sagatavots skolas dzīvei, jo arī Latvijā SKOLA2030 veidotāji balstoties uz to, ka „Pasauli mūsdienās raksturo globalizācija, informācijas tehnoloģiju attīstība un vērtību daudzveidība, līdz ar to cilvēku darbība visdažādākajās jomās kļūst arvien plašāka un neparedzamāka. Ja turpmāk vēlamies dzīvot attīstītā sabiedrībā, mūsdienu bērniem ir jāiemācās dzīvot pasaulē, kas nepārtraukti mainās, un nākotnē jābūt gataviem radīt līdz tam nepieredzētu ekonomisko, politisko, sociālo un kultūras vidi.” <sup>2</sup> Tāpēc „pirmsskolas izglītības satura īstenošanas mērķis ir zinātkārs, radošs un dzīvespriecīgs bērns, kas dzīvo veselīgi, droši un aktīvi, patstāvīgi darbojas, ieinteresēti un ar prieku mācās, gūstot pieredzi par sevi, citiem, apkārtējo pasauli un savstarpējo mijiedarbību tajā. Pirmsskolas izglītības satura īstenošanas uzdevumi:

---

<sup>1</sup> <http://likumi.lv/>

<sup>2</sup> <https://www.skola2030.lv/lv/macibu-saturs/macibu-satura-pilnveide/nepieciessamibas-pamatojums>

1) sekmēt vispusīgu bērna attīstību, ievērojot viņa vajadzības, intereses, spējas un pieredzi un liekot pamatus vērtībās balstītu ieradumu veidošanai;

2) attīstīt bērna sociālās un emocionālās prasmes, kas ietver sevis, savu emociju, domu un uzvedības apzināšanu, spēju saprast citus un veidot pozitīvas attiecības;

3) attīstīt kritisko domāšanu, prasmi pieņemt atbildīgus lēmumus, jaunradi un uzņēmējspēju, sadarbības, pilsoniskās līdzdalības un digitālās prasmes;

4) veidot pratību pamatus mācību jomās – valodu, sociālā un pilsoniskā, kultūras izpratne un pašizpaušme mākslā, dabaszinātņu, matemātikas, tehnoloģiju, veselība un fiziskā aktivitāte;

5) nodrošināt bērnam iespēju sagatavoties pamatizglītības ieguvei.”(Pirmsskolas mācību programma, 2019, 6)

Kaut arī likums paredz, ka pirmsskolas izglītības iestādi var apmeklēt jau 1,5 gadus jauni bērniņi, tomēr ne visi bērni ir tam gatavi. Ne visi bērni ir gatavi katru dienu atvadīties no mammas, katru dienu no 7.00 – 18.00 pavadīt kopā ar vismaz 15 citiem bērniņiem un svešiem pieaugušajiem. Šo procesu, kamēr bērniņš pierod pie jaunās vides, sauc par adaptācijas procesu. Un ne visi bērni vienādi ātri un veiksmīgi adaptējas jaunajā vidē. Tāpēc pedagogam ir jābūt zinošam un kompetentam savā jomā, lai palīdzētu mazajam bērniņam pārvarēt grūtības un veiksmīgi pieņemtu jaunās pārmaiņas savā dzīvē.

Pirmie dzīves gadi ir sākums bērna personības veidošanai, daudziem tās aspektiem un īpašībām. Nevienā no nākamajiem periodiem bērns neattīstās tik strauji kā agrīnā vecumā. Savlaicīgi uzsākta, pedagoģiski kompetenta audzināšana nodrošina pilnvērtīgu, vispusīgu mazuļa attīstību, veicina dažāda veida aktivitāšu veidošanos un novērš negatīvu ieradumu un uzvedības formu rašanos. Tāpēc no zīdaiņa dzimšanas brīža ir tik svarīgi pareizi organizēt viņa audzināšanas un apmācības procesu, konsekventi nesarežģīt uzdevumus, izmantot piemērotus ietekmes līdzekļus, metodes un paņēmienus (Харченко, 2018).

Savā darba pieredzē un, analizējot dažādu autoru literatūru, darba autore nonāca pie secinājuma, ka veiksmīgāk bērns adaptēsies jaunajā vidē, ja pedagogs savā darbā izmantos rotaļas un rotaļlietas. Jo arī SKOLA2030 vadlīnijas nosaka, ka „pirmsskolā mācību procesu paredzēts organizēt integrētā rotaļnodarbībā visas dienas garumā, un tā ietver gan pedagoga mērķtiecīgi organizētu, gan netieši vadītu rotaļdarbību, gan bērnu brīvu rotaļāšanos”<sup>3</sup>. Jaunās vadlīnijas nosaka arī, ka „jaunākā vecuma bērnam īpaši svarīgi ir darboties ar daudzveidīgām rotaļlietām un priekšmetiem, lai ar maņu palīdzību tās iepazītu, veidojot priekšstatu par apkārtējo pasauli.” (Pirmsskolas mācību programma, 2019, 19).

---

<sup>3</sup> <https://www.skola2030.lv/lv/skolotajiem/izglitibas-pakapes/pirmsskola>

Kā teicis V. Suhomļinskis (*Сухомлинский*) – Spēle, tas ir liels gaišs logs caur kuru bērna dvēselē ielīst priekšstats par apkārtējo pasauli (*Сухомлинский*, 1985).

**Pētījuma objekts** – pedagoģiskais process pirmsskolā

**Pētījuma priekšmets** – 1 – 2 gadīgu bērnu adaptācija pirmsskolas izglītības iestādē

**Pētījuma mērķis** – pētīt rotaļu kā adaptācijas grūtību pārvarēšanas līdzekli 1 – 2 gadīgiem bērniem.

**Pētījuma hipotēze.** Bērna adaptācija norisināsies veiksmīgi, ja skolotājs pedagoģiskajā procesā izmantos bērnam interesējošas rotaļas un rotaļlietas, kas bērnos raisīs pārsteiguma momentu.

**Pētījuma uzdevumi:**

1. Pētīt pedagogu un psihologu teorijas par adaptāciju 1 – 2 gadus veciem bērniem.
2. Raksturot vecumposma īpatnības 1 – 2 gadus veciem bērniem un tā atbilstību adaptācijas procesam.
3. Pētīt rotaļas izmantošanas nosacījumus adaptācijas procesa sekmēšanā.

**Pētījuma metodes:**

**Teorētiskā metode** – pedagoģiskās un psiholoģiskās literatūras analīze.

**Empīriskās metodes** – bērnu novērošana, pedagoģiskā izmēģinājuma darbība, iegūto rezultātu analīze.

**Pētījuma bāze** – Bauskas pirmsskolas izglītības iestāde „X” (pētījumā piedalās 10 bērni vecumā no 1 līdz 2 gadiem).

# 1. Pedagoģijas un psiholoģijas zinātniskās atziņas par adaptāciju

## 1.1. Adaptācijas jēdziena vispārīgs raksturojums

Lai pedagogs mazajam cilvēkam veiksmīgi varētu palīdzēt iejusties jaunajā vidē – pirmsskolas izglītības iestādē, vispirms nepieciešams noskaidrot, kas ir adaptācija.

**Adaptācija** – pielāgošanās dabas un sociālās vides mainīgajiem apstākļiem. Organisms adaptējas vides apstākļiem, pateicoties mehānismiem, kas ir izstrādājušies ilgstošas sugas evolūcijas procesā un individuālās attīstības laikā (Psiholoģijas vārdnīca, 1999, 5).

Pedagoģes N. Križanovska (*Крыжановская*) un N. Непомнящая (*Непомнящая*) ir izpētījušas, ka „jēdzienu **"adaptācija"** (no latīņu valodas *adaptatio* - "pielāgošanās") pirmo reizi 1865. gadā izmantoja vācu zinātnieks H. Auberts (*Hermann Aubert*), un sākotnēji to bioloģiskajā zinātnē izmantoja, lai apzīmētu ķermeņa struktūras un funkciju pielāgošanos ārējiem stimuliem, paaugstinot vai pazeminot jutības sliekšni. Vēlāk ar jēdzienu "adaptācija" sāka apzīmēt arī cilvēka adaptācijas procesu un rezultātu sociālajā vidē” (Крыжановская, Непомнящая, 2016).

Arī S. Gailuma norāda, ka adaptācija nav pasīvs process, bet raksturo to, kā aktīvu un kompleksu darbību, kas organismam palīdz pārvarēt nelabvēlīgus vides faktoros. Individīds adaptācijas procesā, ienākot jaunā grupā, sākumā novērtē, bet pēc tam jau apgūst jaunās normas un prasības un pielāgojas jaunajai videi (Gailuma, 2002).

Savukārt pedagoģe un psiholoģe M. Harčenkova (*Харченко*) ir izpētījusi, ka „adaptācija (no lat. *adaptare* - pielāgoties) - plašākā nozīmē - pielāgošanās vides apstākļiem. Tradicionāli ar adaptāciju saprot procesu, kurā cilvēks nonāk viņam jaunā vidē un pielāgojas tās apstākļiem. Šī ir universāla visu dzīvo būtnu parādība, kuru var novērot gan augu, gan dzīvnieku pasaulē. Pārejai no augļa stāvokļa uz ārpusdzemdes apstākļiem, nepieciešama radikāla visu galveno ķermeņa sistēmu - asinsrites, elpošanas un gremošanas – darbības pārstrukturēšana. Līdz dzimšanas brīdim šīm sistēmām jāspēj veikt funkcionālu pārstrukturēšanu, t.i. šiem adaptīvajiem mehānismiem jābūt atbilstošam dzimšanas gatavības līmenim.

Veselam jaundzimušajam ir šāds gatavības līmenis un, tas ātri pielāgojas dzīvei ārējos apstākļos” (Харченко, 2018).

No iepriekš teiktā, var secināt, ka adaptācija ir veids, kā cilvēks pielāgojas jauniem, sociāliem apstākļiem. Tas nozīmē, ka mazais bērniņš, kurš tikai gadu vai mazliet vairāk ir bijis kopā tikai ar sev mīļiem cilvēkiem – savu ģimeni, tiek aizvests uz nepazīstamu vietu, kur viņam jāiepazīst sociālā dzīve. Tāpēc tālāk jāizpēta psihologu un pedagogu atziņas, kas ir sociālā adaptācija.

Jo, kā norāda S. Gailuma „Cilvēks ir sociāla būtne, kas nesaraujami saistīta ar sabiedrību un atrodas nepārtrauktā saskarsmē. Tāpēc būtiski ir apzināties sociālās adaptācijas nozīmi” (Gailuma, 2002, 84).

Arī psiholoģijas vārdnīcā **sociālā adaptācija** tiek raksturota, kā „cilvēka pielāgošanās sociāli kulturālai videi, migrācijas, ilgstošas slimības, sociālās izolācijas vai darba maiņas gadījumā ” (Psiholoģijas vārdnīca, 1999, 134).

**Sociālā adaptācija** ir subjektu mijiedarbības forma ar sociālo vidi, indivīda aktīva pielāgošanās tās apstākļiem, sabiedrības prasībām. Arī šo procesu var saukt par cilvēka subjekta integrāciju sabiedrībā, kura sekas ir pašapziņas attīstības sasniegšana, lomu spēles uzvedības attīstība, pašapkalpošanās spēju veidošanās, adekvātu attiecību veidošana ar apkārtējo sabiedrību. Sociālās adaptācijas process ietver arī tiešu saikni ar dažādu orgānu funkciju pārveidošanu, sistēmu reorganizāciju, atjauninātu prasmju, paradumu, īpašību, spēju attīstību, kas noved pie adekvātas personības veidošanās<sup>4</sup>.

„Tāpat, kā citas funkcionālās sistēmas, adaptīvo mehānismu sistēma turpina nobriest, un uzlabojas turpmākās mazuļa attīstības laikā. Šīs sistēmas ietvaros bērns pēc piedzimšanas arī veido iespēju sociālajai adaptācijai (jo bērns apgūst apkārtējo sociālo vidi). Tas notiek vienlaikus ar visas augstākās nervu aktivitātes funkcionālās sistēmas un bērna psihes veidošanos un ir cieši saistīts ar uzvedības reakciju rašanos, ko diktē ģimenes vides prasības. Ja šīs prasības mainās, bērns nonāk sarežģītā situācijā - viņam jāpieņem ierastās uzvedības formas atbilstoši jaunajiem dzīves apstākļiem” (Харченко, 2018).

Maģistrante L. Jasulaņeca savā darbā norāda, ka pedagogs Ļ. Vigotskis (*Выготский*) par bērna adaptāciju saka:

**Bērna adaptācija** ir sociālās mijiedarbības process, kuru ietekmē dažādi faktori:

- 1) ārējie faktori: pedagogi, grupiņas biedri, izglītības iestādes vide, vecāki;
- 2) iekšēji faktori: bērna fiziskā un garīgā pieredze (Jasulaņeca, 2016).

Arī raksta *Adaptation of young children to the conditions of preschool education* autori uzsver, ka mazu bērnu sociālajai adaptācijai ir svarīga loma, jo pirmsskolas iestāde ir pirmā sociālā iestāde, kurā viņi iegūst pastāvīgas saziņas pieredzi ar vienaudžiem un citiem cilvēkiem. Mazu bērnu pielāgošanās pirmsskolas izglītības apstākļiem ir atkarīga no viņu fizioloģiskajām un personiskajām īpašībām, attiecībām ģimenē, dzīves apstākļiem pirmsskolas iestādē.

Mazu bērnu pielāgošanās pirmsskolas izglītības apstākļiem, tās temps un veidošanās notiek dažādos veidos”.<sup>5</sup>

<sup>4</sup> [http://en.housepsych.com/sotsialnaya-adaptatsiya\\_default.htm](http://en.housepsych.com/sotsialnaya-adaptatsiya_default.htm)

<sup>5</sup> [http://en.housepsych.com/adaptatsiya-detey-rannego-vozrasta-k-usloviyam-dou\\_default.htm](http://en.housepsych.com/adaptatsiya-detey-rannego-vozrasta-k-usloviyam-dou_default.htm)

Arī pedagoge D. Bežajeva (*Бежаева*) saka, ka tieši bērnudārzs ir tā vieta, kur bērnu sagaida daudz jauna un nezināma. Adaptācija aptver milzum daudz individuālu personības izpausmju un reakciju, kuru raksturs ir atkarīgs no bērna personiskajām, fiziskajām un psihiskajām īpatnībām, no sagaidāmajām ģimenes attiecībām „tētis – mamma”, „vecāki – bērns”, no radošajiem un atjaunojošajiem apstākļiem pirmsskolas iestādē. Mazbērna vecuma bērniem adaptācija pie bērnudārza vides notiek dažādā tempā” (Bežajeva, 2016).

Savukārt S. Gailuma norāda, ka „Uzsākot bērnudārza gaitas, mazulim zināmā mērā ir traucētas vismaz triju līmeņu (pēc A. Maslova) vajadzības:

- eksistences – vajadzība pēc drošības (kas mani sagaida, vai nebūs briesmīgi, vai nebūs grūti, vai mani nebārs);
- sociālās – vajadzība pēc piederības, pozitīva novērtējuma (vai vienaudži mani pieņems, vai ar mani draudzēsies, vai es patikšu);
- izziņas – vajadzība pēc iespaidiem, informācijas (ko darīsim, vai būs interesanti, ko es uzzināšu)”(Gailuma, 2002, 85).

Var secināt, ka mazais bērniņš, kurš uzsāk bērnudārza gaitas, ir gatavs pielāgoties jauniem dzīves apstākļiem. Bet, kā norāda pedagogi un psihologi, ne visi bērni adaptēsies vienādi. Lai pedagogs varētu palīdzēt mazulim veiksmīgāk adaptēties jaunajā vidē, ir jāuzzina, kādās pakāpēs iedala adaptācijas procesu.

S. Gailuma bērna adaptācijas procesu iedala trīs pakāpēs. Pakāpes ir norādītas dotajā tabulā. (sk.1. tabulu).

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

<b>Simptomi</b>	<b>Viegla adaptācija</b>	<b>Vidēja adaptācija</b>	<b>Smaga adaptācija</b>
Laiks, kurā normalizējas 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 bērnudārzu.	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.

Kā redzams tabulā, *viegla adaptācija* norit 10 – 20 dienas. Īpašas izmaiņas bērna attīstībā šajā posmā nevar novērot. Savukārt *vidējā adaptācijas pakāpē*, kas ilgst 20 – 40 dienas, var novērot, ka bērniņam pazeminās runas aktivitāte, biežāk slimo un nedaudz var zaudēt svaru. Visvairāk pārmaiņu notiek *smagajā adaptācijas pakāpē*, kas ilgst līdz 60 dienām un ilgāk. Ja bērniņš nespēj adaptēties jaunajā vietā, viņam strauji samazinās augšana un svara pieaugums. Atkārtojas ilgstošas slimības ar sarežģījumiem.

Savukārt D. Cibikžapova (*Цыбикжапова*) atsaucoties uz A. N. Kiruhinu (*Кирухина*), iedalīja adaptācijas procesu trijos aspektos:

- Bioloģiskā adaptācija – organisma aktīva mijiedarbības process ar vidi;
- sociālā adaptācija – spēja pielāgoties sociālajiem apstākļiem;
- fizioloģiskā adaptācija – reakcija, kas vislabāk atbilst šīs situācijas vajadzībām.

Katram bērnam adaptācija bērnudārzā norit savādāk. Šo norisi var iedalīt trijos posmos:

1. Viegla adaptācija – bērns bērnudārzā jūtas labi un ir aktīvs. Bet, ja ir nelielas emocionālas pārmaiņas, tad tās normalizējas 10 – 15 dienu laikā.

2. Vidēji smaga adaptācija – nobīdes normalizējas mēneša laikā. Šajā laikā bērns var zaudēt svaru, saslimt vai var būt nelielas stresa pazīmes. Mazulis slimo. Nākot uz dārziņu var nedaudz raudāt, bet tik uz kādu īsu brīdi.

3. Smaga adaptācija – var ilgt mēnešiem. Šajā laikā ir vērojama apetītes pasliktināšanās, līdz pat pilnīgai ēdiena atturēšanai. Rodas miega un urīnizvades traucējumi, asas garstāvokļa svārstības, biežas raudāšanas un kaprīzes.

Vidēji smagā un smagā adaptācijas formas ir līdzīgas tikai atšķiras ar adaptācijas procesa ilgumu (*Цыбикжапова, 2017*).

Kā norāda S. Gailuma, „arī R. Tonkova – Jampoļskaja, pētot bērna veselības stāvokļa izmaiņas adaptācijas procesā, iedala to trijās pakāpēs:

- Viegla adaptācija – bērniem, kas auguši sociāli labvēlīgās ģimenēs, ir veseli,

psihofiziski attīstīti un pirmsskolas izglītības iestādi sākuši apmeklēt pēc pusotra gada vecuma. Var būt īslaicīgs, negatīvs emocionālais stāvoklis, samazinās runas aktivitāte, nenozīmīgi uzvedības, miega traucējumi un apetītes trūkums. Parasti šīs parādības ilgst pirmās divas nedēļas.

- Vidēja adaptācija – raksturīga vai nu veselīgiem mazuliem, kas 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. Lēni normalizējas bērna emocionālais stāvoklis, tāpēc viņš bieži slimo. Slimošana vidēji ilgst 7 – 10 dienas. Īslaicīgi var būt svara zudums un valodas attīstības traucējumi. Uzvedības novirzes normalizējas apmēram pēc mēneša.

- Smaga adaptācija – var ilgt vairākus mēnešus. Bērns atkārtoti slimo, pēc tam kļūst jūtīgāks, nelabprāt atgriežas pirmsskolas izglītības iestādē. Tas negatīvi ietekmē veselību un kavē attīstību. Reizēm vērojami stabili uzvedības traucējumi, kas dažkārt robežojas ar neirotisku stāvokli. Var būt palēnināts fiziskās attīstības temps, valodas un psihiskās attīstības aizture. Bieža saslimstība raksturīga bērniem, kuri sākuši apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi no 10 – 12 mēnešu vecuma un kuriem ir nelabvēlīgi bioloģiskās un sociālās amnēzes faktori. Tie ietekmē veselības stāvokli un nereti izraisa attīstības traucējumus, kuri vēl vairāk apgrūtina adaptāciju” (Gailuma, 2002, 87).

Adaptācijas process un tā ilgums ir atkarīgs no daudziem apstākļiem. Dažreiz tas ievēlās pat līdz trim mēnešiem. Parasti smagi adaptācijas periodu pārdzīvo izlūtinātie bērni, kā arī tie mazie bērni, kuriem bijis mazs kontaktu ar citiem bērniem un pieaugušajiem mājas apstākļos (Golubina, 2007, 156).

Savukārt A. I. Brzezińska (*Brzezińska*), M. Czub. (*Czub*) un N. Ożadoviča (*Ożadowicz*) veica pētījumu Polijā un arī secināja, ka adaptācijas process ir atkarīgs no bērna vecuma, tā attīstības līmeņa un mātes izglītības līmeņa (Brzezińska, Czub, Ożadowicz, 2013).

Vērojot bērniņus adaptācijas laikā, var piekrist pedagogu un psihologu atzinumiem, ka ne visi bērni viegli pielāgojas jaunajai videi. Kādam bērnam adaptācija notiek ļoti ātri, bet cits bērniņš ļoti ilgi un grūti adaptējas pirmsskolas izglītības iestādē. Pēc darba autores novērojumiem visgrūtāk pielāgoties jaunajiem apstākļiem bija bērniņiem, kuri ir vecāku ļoti lūtināti un kuri nav bijuši ilgstošā saskarē ar citiem bērniem un pieaugušajiem.

Vēl adaptācijas procesa norisi var ietekmēt šādi faktori:

- bērna individuālais nervu tips;
- pedagoga zināšanas un iejūtība;
- higiēniskie, pedagoģiskie un psiholoģiskie apstākļi;
- dzimums ( zēni adaptējas lēnāk nekā meitenes);
- veselības stāvoklis un attīstības līmenis;

- vecums (visgrūtāk šķirties no vecākiem, atnākot uz bērnudārzu, ir mazuļiem līdz trīs gadu vecumam);
- bioloģiskie faktori – mātes veselības stāvoklis grūtniecības laikā, dzemdību sarežģījumi, bērna veselības stāvoklis līdz trīs mēnešu vecumam un turpmāk līdz nākšanai bērnudārzā;
- sociālie faktori – jaundzimušā labklājības nodrošināšana, kas atkarīga no sociālekonomiskajiem apstākļiem ģimenē;
- bērna sociālā pieredze (Gailuma, 2002, 88).

Autore piekrīt S. Gailumai, ka adaptācijas procesu ietekmē arī pedagoga zināšanas un iejūtība. Latvijā likvidē daudzas skolas. Skolotāji iet strādāt uz bērnudārziem. Skolotāji savā darbā pieraduši pie citām metodēm, atnākot uz bērnudārzu, viņi šīs metodes pielieto arī šeit. No mazajiem bērniņiem prasa paklausību, zināšanas, disciplīnu. Arī Čehu pedagoģes veicot pētījumu, nonāca pie secinājuma, ka bērnudārza skolotājam, kurš strādā ar divgadīgiem bērniem, ir nepieciešamas atšķirīgas prasmes nekā skolotājam, kurš strādā ar trīs gadus veciem bērniem (Gruzova, Syslova, 2017).

M. Harčenkova saka, ka „visaptveroša pētījuma laikā, ko veica zinātnieki dažādās valstīs, tika identificēti trīs adaptācijas procesa posmi:

1. *Akūta fāze vai nepareizas pielāgošanās periods.* To pavada dažādas fiziskā un garīgā stāvokļa svārstības (svara zudums, biežas elpceļu slimības, miega traucējumi, apetītes zudums, runas attīstības problēmas), un tas ilgst vidēji vienu mēnesi.
2. *Vidējā fāze vai pati adaptācija.* To raksturo bērna adekvāta uzvedība. Izmaiņas dažādu sistēmu darbībā pamazām samazinās, bet tas nenotiek sinhroni. Pirmkārt, apetīte tiek normalizēta. Fāze ilgst trīs līdz piecus mēnešus.
3. *Kompensācijas vai adaptācijas periods.* To raksturo attīstības tempa paātrināšanās, visi reģistrētie rādītāji tiek normalizēti. Tā rezultātā līdz mācību gada beigām bērni sāk orientēties un izturēties mierīgāk.

Pirmo divu posmu gaitas raksturs un iezīmes ļāva klasificēt adaptāciju pēc smaguma pakāpes:

1. *Viegla adaptācija:* bērns ir aktīvs, nav ārēju izmaiņu, uzvedības izmaiņas nostabilizējas vienas līdz divu nedēļu laikā. Saslimstība vai nu nenotiek, vai arī ne biežāk kā vienu reizi līdz 10 dienām bez komplikācijām.
2. *Vidējā adaptācija:* visā periodā garastāvoklis var būt nestabils, var būt apetītes trūkums, īss ilgums, nemierīgs miegs. Šis periods ilgst 20 līdz 40 dienas. Saslimstība ir līdz divām reizēm uz laiku, kas nepārsniedz 10 dienas.

3. Smaga adaptācija: ilgst no 2 līdz 6 mēnešiem. Bērns sāk atkal saslimt, zaudē svaru, parādās patoloģiski ieradumi: nagu graušana, īkšķa sūkāšana, pastāvīga enurēze.

Tādējādi, lai izvairītos no stresa situācijām, ir kompetenti jāpieiet vienai no pirmsskolas iestādes problēmām - bērnu adaptācijas problēmai (Харченко, 2018).

Tāpēc krievu psiholoģe A. Bikova (*Быкова*) saka „Un vēlreiz par lietderību. Bērnodārzis līdz 3 gadiem ir pamatots tikai ar nepieciešamību, ja mamma jāpalaiž uz darbu vai citās svarīgās lietās. Lai bērns sazinātos, attīstītos un socializētos dārziņā, viņam tas ir nepieciešams ne ātrāk kā 3 – 4 gados. Nav vajadzīgi divgadniekiem vienaudži. Šajā vecumā viņi tik un tā nespēlējas kopā, bet vienkārši tuvumā. Visu kopīgo spēļu jaukumu ar draugiem, bērns var novērtēt tuvāk 4 gadiem. Un tad ļoti iespējams, bērnodārzā viņam būs jautrāk nekā mājās” (Быкова, 2013).

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 iestādi un sadarboties ar visiem.

Adaptācijas gaita ļauj pedagogam iepazīt bērna attīstības līmeni, uzvedību, rakstura īpašības un komunikatīvo spēju līmeni. To ievērojot, jāveido bērna tālākās attīstības pamatuzdevumi (Golubina, 2007).

*Var secināt, ka adaptācija ir pielāgošanās jaunai videi. Un bērns var piedzīvot gan vieglu, gan smagu adaptācijas procesu. Adaptācijas procesu ietekmē gan bērna attīstības līmenis, gan kādā ģimenē ir audzis, gan kāda bērnam ir sociālā pieredze, gan pedagoga zināšanas. Šajā grūtajā adaptācijas posmā, bērnam palīdz skolotāja. Skolotāja, kura ir laipna, mīļa, saprotoša. Un, lai bērns veiksmīgāk adaptētos jaunajā vidē, mums ir jāizzina viņa attīstības likumsakarības.*

## **1.2. Attīstības likumsakarības 1 – 2 gadīgiem bērniem un adaptācijas grūtības**

S. Gailuma atsaucoties uz psiholoģes N. Ivanovas teoriju, uzsver, ka „Adaptācijas periodam ir milzīga nozīme. Šajā laikā bērns pārdzīvo emocionālu diskomfortu – vispirms jau viņam ir nenoteikti priekšstati par pedagoga prasībām, par mācību īpatnībām un nosacījumiem, par uzvedības normām grupā. Šo stāvokli var nosaukt par iekšēja sasprindzinājuma, piesardzības stāvokli, kas apgrūtina pieņemt kā intelektuālus, tā personiskus lēmumus” (Gailuma, 2002, 86).

Arī raksta *Adaptation of the child to the garden* autori saka, ka visu vecumu bērniem nav viegli sākt apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi. Katrs no bērniem piedzīvo adaptācijas periodu bērnodārzā. Šajā periodā visa viņa dzīve kardināli mainās. Izmaiņas ielaužas esošajā, pazīstamajā

mazuļa ģimenes dzīvē: tuvinieku un radnieku prombūtne, cita dienas kārtība, pastāvīga citu bērnu klātbūtne, nepieciešamība klausīt un pakļauties nepazīstamiem pieaugušajiem.<sup>5</sup>

Darba autore strādājot ar 1 – 2 gadīgiem bērniņiem, novēroja, ka adaptācija šajā vecumposmā norit ļoti smagi. Tas, ka bērns tiek atvests uz bērnudārzu, ne vienmēr nozīmē, ka viņš ir gatavs pieņemt jauno vidi, jaunus noteikumus, svešus bērnus, svešus pieaugušos. Bieži vien autore savā darbā novēro, ka vecāki bērnu raksturo, kā drosmīgu bērnu. Bērnu, kas labprāt kontaktējas ar cilvēkiem, labprāt kontaktējas ar svešiem cilvēkiem. Bet, ienākot grupiņā, bērns kļūst nedrošs, bikls, kautrīgs. Daži bērni pārvar adaptācijas grūtības un kļūst atkal tādi, kādus raksturoja viņu vecāki, bet daži vēl ilgi nevar pielāgoties jaunajam dzīves ritmam.

Arvien vairāk pirmsskolas izglītības iestādi apmeklē bērni, kas jaunāki par trim gadiem. Iemesli :

- mūsdienu ekonomiskie un sociālie apstākļi;
- mātes pēc mazuļa kopšanas atvaļinājuma agri atsāk strādāt, jo nevēlas zaudēt profesionālo karjeru un kvalifikāciju;
- mainījusies sabiedrības attieksme pret bērnu, viņa audzināšanu jau pirmsskolas vecumā;

vecāki vairāk lasa pedagoģisko literatūru un apzinās, ka bērnam nepieciešama vienaudžu sabiedrība. (Gailuma, 2002, 84).

Uzsākot apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi, bērna un vecāku dzīvē notiek lielas pārmaiņas:

- mazulis nonāk nepazīstamā priekšmetiskā vidē, sastopas ar svešiem cilvēkiem;
- būtiski izmainās viņa dzīves ritms un prasības (Gailuma, 2002, 84).

Darba autore piekrīt, ka maziem bērniem šis ir grūts posms, jo viņiem nav pieredzes ar režīmu. Viņiem sagādā grūtības pierast pie pirmsskolas dienas rita. Viņi ir apjukuši, kad jāiet mazgāt rokas, ka nedrīkst spēlēties ar mantiņām, jo jāsežas pie galda un jāēd.

Dr. R. Kempbels uzskata, ka adaptācija ir ātrums un vieglums, ar kādu spēj mainīties bērna uzvedība atkarībā no apkārtējās vides pārvērtībām. Adaptācija vidē ir nepārtraukts process, tomēr tās nozīme īpaši jāakcentē indivīda darbības un vides maiņas apstākļos. Apstākļu un vides maiņa notiek, uzsākot bērnudārza gaitas:

- dienas režīma maiņa,
- iekļaušanās kolektīvā,
- atšķirīgas prasības,
- sveši cilvēki,

---

<sup>5</sup> [http://en.housepsych.com/adaptatsiya-rebenka-k-sadu\\_default.htm](http://en.housepsych.com/adaptatsiya-rebenka-k-sadu_default.htm)

- lietu vides maiņa (Kempbels, 2004, 14).

Kā izpētījusi pedagoģe M. Harčenko (*Харченко*), lai patiesi kontrolētu bērnu uzvedību adaptācijas periodā, nepieciešama pārdomāta darba sistēma, kas balstīta uz zināšanām par vecumam raksturīgām attīstības pazīmēm, kas nosaka bērna uzvedību pieradināšanas procesā.

Lai pareizi un efektīvi organizētu adaptācijas procesu pirmsskolas izglītības iestādes apstākļos, bērnudārzu darbiniekiem un, pirmkārt, pedagogiem, ir dziļi jāsaprot adaptācijas procesa būtība, "jāiespiežas bērna garīgajā pasaulē" (Харченко, 2018).

Kā norāda S. Gailuma, adaptācijas problēmu pētījuši mediķi, pedagogi un psihoanalītiķi. A. Ādlers uzsver, ka bērni jāaudzina tā, lai viņi prastu pielāgoties sabiedriskajai dzīvei. E. Eriksons, L. Kolbergs, I. Pavlovs, K. G. Jungs adaptācijas periodu analizējuši, ņemot vērā mazuļa temperamentu. N. Valutina adaptācijas periodu iedala trijos etapos, kas saistīti ar mazā cilvēka vajadzību izpratni un ievērošanu. R. Tonkova – Jampoļskaja pētījusi izmaiņas veselībā adaptācijas perioda laikā. No tā, cik veiksmīgi noritējusi adaptācija, atkarīga turpmākā attīstība. R. Tonkova – Jampoļskaja bērna adaptāciju dēvē par reakciju, kas vispilnīgāk atspoguļo pašreizējo situāciju. Savukārt K.G. Jungs uzskata, ka adaptācija vienmēr ir pielāgošanās attiecības starp subjektu un objektu. A. Lanka uzsver, ka adaptācijas procesā ir nepieciešama pielāgošanās spēja un notiek aktīva sociālās vides uzvedības normu apguve (Gailuma, 2002).

Lai pedagogs mazajam bērniņam varētu palīdzēt iejusties pirmsskolas izglītības iestādē, ir nepieciešams iepazīt bērniņu, nepieciešams izziņāt viņa attīstības īpatnības. Jo arī psihoterapeite V. Batņa norāda, ka „zināšanas par bērna attīstību ir nepieciešamas visiem speciālistiem, kas strādā ar bērniem, lai savā darbā viņi varētu:

- vēlreiz pārbaudīt, cik pieņēmumi par cilvēka attīstību, kuri nenovēršami nosaka speciālistu rīcību neatkarīgi no tā, vai apzinās vai nē, atbilst reālai lietu kārtībai un tās zinātniskam skaidrojumam;
- iepazīstoties ar dažādām personības teorijām, spēt analizēt bērnu uzvedību, ņemot vērā dažādus viedokļus, un novērtēt arī citus skaidrojumus, jo diez vai eksistē kāda teorija, kuru varētu saukt par „vienīgo patieso”;
- izmantot zinātniski izstrādātus modeļus, kuri palīdzētu labāk orientēties un zināt, ko tieši var sagaidīt no bērna katrā konkrētā vecumā, kādas problēmas viņš risina un kad varētu būt vajadzīga palīdzība gadījumā, ja ne viss notiek, kā gribētos” (Batņa, 2007, 10).

Savukārt G. Svence izpētījusi, ka psiholoģijā šo attīstības periodu ir pieņemts saukt par **agrīno bērniību jeb mazbērna vecumu**. Šim periodam ir jāveltī vislielākā uzmanība, jo šajā laikā sāk attīstīties bērna personības galvenās kvalitātes, tādas kā ES koncepcija, pašvērtējums, saskarsmes prasmes un iemaņas, sociālās lomas uz atdarināšanas un empātijas pamata, kā

arī priekšmetu funkcionālā apguve atbilstoši sociālajām semiotiskajām nozīmēm, priekšmetu nosaukumu apguve, egocentriskās runas apguve (Svence,1999, 36).

Savukārt E. Eriksons pārstāv „Es” **psiholoģiju** un personības attīstību skaidro, kā adaptāciju sociālajā vidē. Viņš uzskata, ka indivīda personības attīstībā liela loma ir ne tikai ģimenei, bet arī sabiedrībai. E. Eriksons uzskata, ka izmaiņas personībā notiek visas dzīves garumā. Viņš cilvēka dzīvi sadala astoņās stadijās un norāda, ka katrā stadijā var būt divi pretēji jaunveidojumi – pozitīvais vai negatīvais. Tas ir atkarīgs no tā, cik ļoti tiek vai netiek apmierinātas indivīda noteiktās vajadzības. Pozitīvais jaunveidojums ir tas, kurš sekmē turpmāko personības attīstību, savukārt negatīvais – traucē un atstāj nelabvēlīgu iespaidu uz visu turpmāko personības attīstību (Puškarevs, 2001, 49).

Darba autore apskata divas no astoņām stadijām:

- *Zīdaiņa stadija* 1. dzīves gads iekļaušanās – inkorporācija  
+ pamatuzticēšanās (iekšēja drošība, paļāvība)  
– pamatneuzticēšanās

*Pamatuzticēšanās* ir veselīgas personības attīstības pamats. Cilvēkam jāapzinās savas problēmas, un, būdams pieaudzis, viņš var tikt ar tām galā. Ja zīdains pirmajā mūža gadā fiziski un emocionāli saņem visu, kas nepieciešams, viņš saprot ” *man patīk šī pasaule*”. Tādēļ bērniņu vajag ņemt uz rokām, šūpot, aijāt, teikt mīļus vārdus. Ja bērnu audzina pēc agrākajām tradīcijām ”neņem uz rokām – izlutināsi”, vai bērns dzīvo agresīvā vidē, vai netiek apmierinātas viņa vajadzības, veidojas negatīvais jaunveidojums – *pamatneuzticēšanās*. Tas var būt par pamatu negatīvam jaunveidojumam nākošajā stadijā.

Pirmais mūža gads ir pamats visai dzīvei, tādēļ ļoti svarīga ir sociālā vide, kurā bērns aug un attīstās.

- *Agrās bērniņas stadija* 2. – 3. dzīves gads  
+ autonomija, patstāvība  
– pastāvīga kauna un šaubu izjūta

Kā norāda M.Rupenheite, E.Eriksons uzskatīja, ka Rietumu kultūrā pārāk agri grib panākt tīrību, kārtību – kaunina, ja bērns neprasās uz podiņa, nav tīrīgs, kārtīgs. Viņš uzskatīja, ka tikai apmēram no 1,5 gadu vecuma bērns ar prātu saprot podiņa nozīmi. Bērna audzināšanā ļoti liela nozīme ir uzslavai. Savukārt, ja uz bērnu kliedz, sit, sāpīgi soda, šinī periodā rodas agresivitāte, kas vēlāk nostiprinās kā rakstura īpašība (Rupenheite, 2010).

Šveiciešu psihologs Ž. Piažē (*Jean Piaget*) kurš lika pamatus bērnu **domāšanas** izpētei, uzskatīja, ka bērnu kognitīvās attīstības līmenis mainās atkarībā no vecuma un uzkrātās

pieredzes<sup>6</sup>.”Bērna kognitīvā attīstība nav tikai zināšanu iegūšana, bērnam ir jāizstrādā vai jākonstruē pasaules mentālais modelis. Kognitīvā attīstība notiek iedzimto spēju un vides notikumu mijiedarbībā, un bērni iziet cauri vairākiem posmiem. Jāņem vērā, ka nevienu posmu nevar palaist garām, pastāv individuālas atšķirības bērnu progresēšanas ātrumā, un daži cilvēki nekad nevar sasniegt vēlākos posmus”(McLeod, 2020).

Ž. Piažē vecumu no dzimšanas līdz 2 gadiem nosaucis par sensora motoro posmu. Galvenās īpašības un attīstības izmaiņas:

- zīdains pasauli iepazīst caur savām kustībām un sajūtām;
  - zīdains uzzina par pasauli, veicot tādas pamatdarbības kā sūkāšana, satveršana, skatīšanās un klausīšanās;
  - zīdains uzzina, ka lietas turpina pastāvēt, kaut arī tās nevar redzēt;
  - tās ir atsevišķas būtnes no apkārtējiem cilvēkiem un objektiem;
- viņi saprot, ka ar savu rīcību var izraisīt notikumus apkārtējā pasaulē (Cherry, 2021).

„Bērnam ir jābūt aprūpētam un jājūtas droši – tas veicina zinātkāri, vēlmi eksperimentēt, pētīt pasauli un līdz ar to sekmē arī **intelekta attīstību**. Ir svarīgi, ka vecāki novērtē bērna sniegtumus, iedrošina, sniedz brīvību lēmumu pieņemšanā”(Psihologija 1, 2015, 230).

Kā savā pētījumā norāda N. Ilzīte, **sociālās prasmes** bērniem līdz 2 gadu vecumam realizējas galvenokārt ģimenē. Bērns rotaļājas ar priekšmetiem un iepazīst pasauli. Bērns novēro sev tuvus un mīlus cilvēkus, skatās, kā viņi darbojas. Bērns izvēlas pieaugušo kā rotaļu partneri (Ilzīte, 2017, 3).

Arī S. Gailuma uzsver, ka trīs pirmo dzīves gadu laikā bērna sociālā un **emocionālā attīstība** norisinās ārkārtīgi strauji. Attiecības ar apkārtējiem atstāj lielu iespaidu uz viņa emocionālo ievirzi. Parasti tie, kuru attiecības ar pieaugušajiem aprūpētājiem ir drošas un stabilas, ir atsaucīgi, motivēti, optimistiski, pašpārliecināti un enerģiski stājas pretī grūtībām. Bērni, kurus pieaugušie nav lolojuši, mēdz būt pasīvi, viegli iebiedējami, noslēgti un /vai baidās no jaunām situācijām. Pētījumi pierāda, ka šīs agrīnās nostādnes var būt ļoti noturīgas un vērojamas arī skolēniem un pat pieaugušajiem (Gailuma, 2002).

Jaunie apstākļi var izraisīt bailes, nedrošību, pamestības sajūtu. Pirmsskolas izglītības iestādē nonākušie bērni bieži vien nav gatavi komunicēt, ja viņiem nav bijusi pietiekami liela pieredze saskarsmē ar svešiem pieaugušajiem un vienaudžiem. Ne visi mazuli, kas jaunāki par trim gadiem, ir gatavi mikrovides maiņai (Gailuma, 2002, 84).

Arī pedagogs Rusakovs A. (*Русаков*) norāda, ka komunikācijas nepieciešamība ar vienaudžiem veidojas tikai jaunākā pirmsskolas vecuma bērnam. Sakarā ar nespēju panākt

---

<sup>6</sup> <https://enciklopedija.lv/skirklis/7374>

vienošanās, un nav iemaņu, lai varētu kopīgi spēlēties, rodas konflikti. Rezultātā pirmās dienas bērnudārzā atstāj negatīvu iespaidu un tāpēc seko vardarbīgi atteikumi no turpmākiem bērnudārza apmeklējumiem. Seko asaras, dusmas, psihosomatiskas slimības (Pysakov, 2010).

Skolotāji Čehijā izpētījuši un saka, ka bērniem līdz divu gadu vecumam ir nepieciešama pastāvīga, individuāla uzraudzība, aprūpe, uzmanība. Šajā vecumā bērns nesaprot, kāpēc viņš ir grupiņā, kāpēc ir noteikumi. Tāpēc bērni piedzīvo lielu negatīvu periodu (Grúzová, Syslová, 2014, 352).

Pārsvārā bērni līdz 1,5 gadiem ir bijuši kopā ar sev mīļiem cilvēkiem, sev ierastā vidē. Viņi nekad nav uz visu dienu atstāti svešā vidē ar svešiem cilvēkiem. Bet, uzsākot bērnudārza gaitas, adaptācijas periodā viņiem jāiepazīst:

- grupas un pirmsskolas iestādes funkcionālās telpas (bērnus iepazīstina ar grupas rotaļtelpu, tualeti, guļamtelpu, vingrošanas zāli, darbinieku darba vietu, iet “ekskursijā” uz virtuvi pie pavārēm, medmāsas, vadītājas, metodiķes u. c.). Jāiepazīst visi, ar ko bērnam nāksies sastapties ikdienā. Šādas “ekskursijas” veidos pamatu drošības izjūtai, kura bērnam ir tik ļoti nepieciešama jebkuros apstākļos, vēl jo īpaši atrodoties prom no mājas pierastās vides un vienmēr blakus esošajiem vecākiem vai mātēs;

- elementārie uzvedības noteikumi;
- jāapgūst prasme darboties ar priekšmetiem, rotaļlietām, saudzēt tās;
- dienas režīma nosacījumi un prasības tā ievērošanai;
- jānostiprina izpratne par savu vārdu, ja tāda vēl nav izveidojusies;
- jāiepazīst grupas skolotāja un skolotājas palīga vārds;
- pakāpeniski jāapgūst viss, ar ko bērnam nāksies sastapties pirmsskolas ikdienā.

(Golubina, 2007, 156).

Kad bērns ir nācis pasaulē, visbiežāk vecāki uzņemas rūpes par viņu un apmierina viņa vajadzības. Jau kopš pirmās dzīves dienas mijiedarbībā ar aprūpētāju (visbiežāk māti) notiek bērna sociāli **emocionālā attīstība**, kas ietekmēs visu viņa turpmāko dzīvi un attiecības. Šo īpašo emocionālo saikni starp mazuli un viņa aprūpētāju sauc par **piesaisti**.

Piesaistes teorijas pamatlicējs ir angļu psihologs Džons Boulbijs (*John Bowlby, 1907 – 1990*). Viņš apgalvo, ka katram cilvēkbērnam, nākot pasaulē, ir bioloģiski noteikta vajadzība pēc pieķeršanās kādai par sevi spēcīgākai būtnei, lai nodrošinātu aizsardzību draudu apstākļos izdzīvošanu. Šīs vajadzības rosināta, veidojas piesaiste – ilgstošās emocionālas saites, kas radušās mijiedarbībā starp bērnu un aprūpētāju pirmajos dzīves gados un būtiski ietekmē ikvienu personības attīstības jomu (Bowlby, 1969) (Psiholoģija 1, 2015).

Pēc angļu psihologa Dž.Boulbija uzskatiem, „uzmanības un labestības trūkums šajā vecumā pazemina intelektu, veicina sociālās uzvedības anomāliju, attīstību un pastiprinātu

agresiju. Pieķeršanās uzvedība ir jebkura darbības forma, kuras rezultātā cilvēkā izveidojas noturīga pieķeršanās citam skaidri identificētam indivīdam, kuru viņš uzskata par labāk sagatavotu dzīvei pasaulē. Vislabāk tā ir novērojama brīžos, kad cilvēks nobijies, piekūsis vai saslimis un viņam ir nepieciešams mierinājums un atbalsts. Doma, ka pieķeršanās figūra ir sasniedzama un atsaucīga, cilvēkam sniedz stingru un visaptverošu drošības sajūtu. Un šī pieķeršanās uzvedība visspilgtāk izpaužas agrā bērnībā. Pieķeršanās uzvedības bioloģiskā funkcija ir aizsardzība. Saglabāt ciešu tuvību ar indivīdu, par kuru zināms, ka viņš vēlēties un būs gatavs palīdzēt grūtā brīdī” (Boulbjijs, 1998, 31).

Attiecības ir viena no vissvarīgākajām veselīgas izaugsmes un psiholoģiskās labklājības ietekmēm. Mātes un bērna attiecības ir primārās. Maziem bērniem no agrīnām attiecībām ir vajadzīgas noteiktas lietas:

- a) uzticams atbalsts, ko rada pieaugušais;
- b) atsaucība, kas stiprina mazu bērnu rīcības brīvības sajūtu;
- c) aizsardzība no nezināmā, no kura bērni baidās, un draudiem, no kuriem viņi var ciest;
- d) pieķeršanās, ar kuras palīdzību mazi bērni attīsta pašcieņu;
- e) iespējas kopīgi piedzīvot un atrisināt konfliktus;
- f) atbalsts jaunu prasmju un spēju pilnveidošanai;
- g) savstarpēja mijiedarbība, ar kuras palīdzību bērni mācās savstarpējas sociālās iemaņas;
- h) pieredzi, ka citi ievēro un ciena viņus kā cilvēkus (Shonkoff, Phillips, 2000).

Tāpēc skolotājam šajā darbā ir jābūt gādīgai, mīļai, saprotošai. Ir jāsamīļo katrs bērns. Jo bērnam tas ir svarīgi. Visnepārprotamākais veids, kā izrādīt bērnam savu mīlestību un jūtas, ir fizisks kontakts. Ejot garām bērnam vienkārši noglāstīt viņa plecu, iebakstīt viegli sānos vai pabužināt matus (Kempbels, 2004).

Tā mazie bērniņi jūtas drošībā. Var teikt, ka skolotāja mazajiem bērniņiem aizstāj mammas, jo bērns lielāko dienas daļu pavada bērnudārzā. Un tā ir ļoti liela atbildība – būt mammai padsmi maziem bērniem.

Jauna vide zīdainim parādās kā neiropsihisks stress, kā arī stress, kas pirmajās dienās neapstājas ne minūti. Pielāgojoties bērnudārzam, mazulis mainās. Pirmo reizi, atrodoties bērnudārzā, katram bērnam ir ļoti izteiktas negatīvas emocijas: ņurdēšana, raudāšana pēc kompānijas vai pastāvīga raudāšana.

Spilgtas ir bērnu **bailes** izpausmes. Bērns bieži baidās no tikšanās ar nepazīstamiem bērniem, no nezināmas situācijas, baidās no jauniem skolotājiem, kā arī no tā, ka vecāki aizmirsīs viņu, ka viņu atstās bērnudārzā. Bērns domā, ka viņu pameta un vakarā pēc viņa nenāks, tāpēc uz

stresa stāvokļa fona rodas dusmas, kuras viņš izrāda. No rīta ierodoties bērnudārzā, mazulis neļauj sevi izģērbt, vārtās dusmu lēkmēs, bieži sit pieaugušo, kurš gatavojas viņu pamest.”<sup>8</sup>

Pētījumi rāda, ka bērni adaptācijas periodā 2-3 nedēļas ir uzbudināmāki nekā parasti un viņu vispārējais garastāvoklis ir sliktāks. Bērni ilgāk izjūt stresu, vairāk protestē, īpaši adaptācijas otrajā nedēļā, kad rodas interese par jaunajām pārejām, un viņi ir īpaši jutīgi pret veidu, kādā notiek adaptācija. Bērna atstāšana bērnudārzā ilgu laiku no paša sākuma (pētījumā norādīts uz uzturēšanos ilgāk par 4 stundām no pirmās dienas) izraisa ne tikai būtisku viņa garastāvokļa pasliktināšanos, bet arī ietekmē viņa kvalitāti attiecības ar māti jo ir ierobežota drošības sajūta. Viegla bērnu pielāgošanās bērnudārzam (ti, īsa uzturēšanās - sākotnēji 2-3 stundas dienā) neizraisīja drošās saiknes starp bērniem un viņu mātēm pavājināšanos, lai gan tās bija saistītas arī ar spēcīgām garastāvokļa svārstībām (Woźniak, 2019).

Arī pedagoģe T. Ostrovskaja (*Островская*) saka, ka galvenais bērna stresa un baiļu iemesls ir šķiršanās no mātes. Jo līdz šim, kad bērns nonāca nepazīstamā situācijā, māte vienmēr bija blakus un viņu atbalstīja (Островская, 2008).

Kā izpētījusi D. Dzintere, ka svarīgi pedagogiem radīt pirmsskolas iestādē tādu vidi, lai vecāks tur justos gaidīts, lai vecāks redz, ka viņa bērns tiek labi aprūpēts, jo adaptācijas perioda norise ir atkarīga no vecāku pašizjūtas (Dzintere, 2000).

Pedagogam un vecākiem ir jāveido savstarpēja sadarbība, lai bērns grupiņā justos labi. To pašlaik arī nosaka projekts SKOLA2030, ka vecākiem ir iespēja atbalstīt savus bērnus un veidot sadarbības attiecības ar skolotāju – „Uzturēt pastāvīgu saziņu ar sava bērna skolotājiem par bērna pieredzi un attīstību, izrādīt interesi par to, kas notiek pirmsskolā. Stāstīt skolotājam par saviem novērojumiem mājās, īpaši, ja bērns mājās izmantojis pirmsskolā gūtās zināšanas un/vai prasmes. Informēt skolotājus, ja radušies kādi iemesli, kas varētu ietekmēt bērna uzvedību vai darbošanos pirmsskolā. Kopā ar bērnu piedalīties pirmsskolas pasākumos”<sup>7</sup>.

Tāpat psihologs Dž. Boulbijs uzskata, ka pieķeršanās ir cilvēka eksistences galvenā sastāvdaļa, tāpat kā atdalīšanās un zaudēšana. Galu galā attiecības tiek pārtrauktas vai izzūd pašas par sevi. Bērniem jāiemācās, ka nekas cilvēcīgais nav pastāvīgs, kaut arī šo jēdzienu iemācīties nav viegli. Bērni vecumā no 7-24 mēnešiem izjūt atdalīšanās trauksmi vai satraukumu par iespēju palikt vienam nepazīstamā vietā. Saistībā ar atdalīšanās nemieru ir nemiers no svešiniekiem vai stress no nepazīstamu cilvēku klātbūtnes. Atdalīšanās un satraukums no svešu cilvēku klātbūtnes ir spēcīgi pieķeršanās procesa rādītāji. Pēc Boulbija teiktā, bērni, kuri ir šķirti no saviem vecākiem, virzās uz trim posmiem :

- protestu;

<sup>8</sup> [http://en.housepsych.com/adaptatsiya-rebenka-k-sadu\\_default.htm](http://en.housepsych.com/adaptatsiya-rebenka-k-sadu_default.htm)

<sup>7</sup> <https://skola2030.lv/vecakiem-un-skoleniem/pirmsskola/vecakiem>

- izmisumu;
- atdalīšanos.

Pēc tam, kad vispirms ir atteicies pieņemt nošķirtību un pēc tam zaudējis cerību, bērns beidzot pieņem nošķirtību un sāk reaģēt uz jauno aprūpētāju uzmanību (Boulbijs, 1998, 121).

Emocionālas, tuvas saskarsmes trūkums bērnībā var atstāt negatīvu ietekmi uz vēlākajiem gadiem — bērni nespēj izveidot normālas attiecības ar citiem cilvēkiem, ir emocionāli auksti. Tāpēc pieaugušajam ir jāspēlējas ar bērnu, jāsarunājas, jāpieskaras, jo tā netiešā veidā ir paš aizsardzība pret nelabvēlīgu psihi attīstību. Pozitīva, emocionāla atzīšana bērnam atstā drošības izjūtu, pārliecību par sevi, ticību saviem spēkiem un iespējām. Tā, piemēram, ir novērots, ka mātes klātbūtnē bērni kļūst aktīvāki, atraisītāki, draiskulīgāki (Svence, 1999, 41).

Savukārt bērna **fiziskā attīstība** parasti ir attīstības redzamā daļa: pirmā dzīves gada laikā mazulis kļūst aptuveni trīs reizes smagāks un divas reizes garāks. Paralēli fiziskajai augšanai un nobriešanai viņš apgūst daudz dažādu jaunu prasmju un iemaņu – saraustītas un nekoordinētas kustības pārtop koordinētās kustībās, mazulis mācās velties, sēdēt, rāpot, trenējas spert pirmos soliņus, pastāvīgi staigāt, kāpt un lēkt. Katrs bērns šīs prasmes apgūst individuālā tempā, tādēļ jaunajiem vecākiem nevajadzētu aizrauties ar bērnu spēju salīdzināšanu un uztraukties, ja, piemēram, kaimiņu mazulis jau 10 mēnešu vecumā sper pirmos soliņus, savukārt pašu bērns vēl gada vecumā labprātāk rāpo, nevis ceļas kājās. Kustību attīstībā parasti izdala lielo motoriku un sīko motoriku. **Lielā motorika** ir kustību iemaņas, kurās piedalās viss ķermenis vai vairākas ķermeņa daļas vienlaikus, piemēram, staigāšana, rāpošana, pietupšanās, pastiepšanās, roku un kāju kustināšana, priekšmetu satveršana ar plaukstu. **Sīkā motorika** ir smalkas kustības, kas tiek veiktas ar pirkstiem – dažādu sīku priekšmetu satveršana un koordinēšana. Sīkās motorikas attīstība ir ļoti svarīga, jo tuvāko gadu laikā bērnam būs jāmacās noturēt zīmuli un koordinēt rakstīšanu (Psiholoģija 1, 2015).

Šajā vecumā **runu** bērni apgūst apbrīnojami ātri, īpaši pēc tam, kad viņi ir sākuši paši izrunāt pirmos vārdus. 1,5 gadu vecumā bērns apguvis apmēram 30-100 vārdus, bet lieto mazāk. 2,5 gadu laikā bērna runa attīstās no pašiem primitīvākajiem izteicieniem līdz prasmei apzināti izteikt noformulētu domu ātra tempa un gramatiski pareizos teikumus. Īsumā to var attēlot šādā sistēmā:

- 1 gads – pirmie apzinātie vārdi (mamma, papa vai tēta, jā vai nē u. c);
- 1,5 gadi – divu vārdu kombinācijas (mans suns, dzert sulu u. tml., protams, savā bērna fonētikā);
- no 2 līdz 2,5 gadiem – garāki izteicieni, piemēram, "tāpēc Jānis raudāja", "liec zīmuli", "kas tas ir"(Svence, 1999, 38).

J. Kulagina (*Кулагина*) savā grāmatā saka, ka, vienu gadu vecs bērns, ieejot jaunā periodā – agrīnā bērnībā – jau var daudz paveikt: viņš staigā vai vismaz mēģina staigāt; veic dažādas darbības ar priekšmetiem; viņa rīcību un uztveri var organizēt ar runas palīdzību, jo viņš saprot pieaugušajiem adresētos vārdus. Viņš sāk runāt un, kaut arī viņa runa ir situatīva un neviennozīmīga, nesaprotama lielākajai daļai apkārtējo cilvēku, viņa iespējas sazināties ar mīļajiem ievērojami paplašinās. Bērna kognitīvā un emocionālā attīstība galvenokārt balstās uz nepieciešamību pēc saziņas ar pieaugušo – šī vecuma perioda centrālo jaunveidojumu (Кулагина, 1999, 15).

J. P. Gonçalve (*Gonçalves*) savā pētījumā atzīmē, ka šīs divas galvenās iemaņas, kas iegūtas šajā bērnības posmā - spēja staigāt un runāt – ir svarīgākās prasmes, kas nodrošina indivīdam neatkarību. Bērns spēj pārvietoties bez palīdzības un ar valodas palīdzību izteikt savas vajadzības. Turklāt, šīs spējas cilvēks izmantos visu atlikušo mūžu (*Gonçalves*, 2016, 87).

Bet, ne visi bērni attīstās vienādi, ne visi bērni šajā vecumā sāk runāt. Un tā ir viena no adaptēšanās grūtību problēmām. Jo bērns nevar pateikt, ne to, kā viņš jūtas, ne to, kāpēc viņš raud, ne to, ko viņš vispār grib, vai negrib. Skolotājam tad ir jābūt ļoti pacietīgam, iekļūstīgam, lai palīdzētu mazajam cilvēciņam rast mieru un iejusties jaunajā vidē.

Arī S. Gailuma norāda, ka adaptācijas grūtības bērniem sagādā :

- *Valoda*. Ieklausās, ja pieaugušais runā ar bērnu, saprot vienkāršus vārdus un frāzes, runā maz (Gailuma, 2002, 89).

Pēc autores novērotā, ir jāliek uzsvars uz vārdu *ieklausās*. Jo, ja grupiņā ir daudz bērnu, tad mazuļi vēl nesaprot, ar kuru no viņiem runā skolotāja. Jo bērns pieaugušajā ieklausās tikai tad, ja pieaugušais runājot ar bērnu, ir pagriezies un pievērsies bērnam. Tāpēc darba autore praksē ir novērojusi, ka, lai bērns saprastu, ka runā tieši ar viņu ir, jāpietupjās pie viņa, lai veidotos acu kontakts. Acu kontakts veido arī drošības sajūtu. Jo, skolotājam jārada bērnam sajūtu, ka viņš tiek gaidīts, ka viņam vienmēr palīdzēs, samīļos. Arī dr. R. Kempbels (*Campbell*) uzsver cik svarīgs ir acu kontakts. Pirmajā brīdī acu kontakts ar bērnu varētu likties relatīvi mazsvarīgs. Atvērts, dabisks, labvēlīgs skatiens tieši bērna acīs ir būtisks ne tikai labas komunikācijas veidošanai ar viņu, bet arī apmierinot viņa emocionālās vajadzības. Acu skatiens ir pirmais, ar ko mēs apliecinām mīlestību – un sevišķi jau bērniem. Bērns ar acu kontaktu palīdzību emocionāli uzlādējas (Kempbels, 204).

Skolotājs – jauns cilvēks katra mazuļa dzīvē. Skolotāja uzdevums ir palīdzēt mazajam bērnam apgūt jauno pasauli, ieiet bērnudārza dzīvē bez problēmām (Бежаева, Зиновенко 2016, 35).

Savukārt pētnieku grupa no Vīnes universitātes savā pētījumā secinājuši, ka viens no konsekventākajiem un pozitīvākajiem secinājumiem bērnu aprūpes literatūrā ir tāds, ka tad, ja

aprūpes kvalitāte ir augsta un ja maziem bērniem ir labas attiecības ar skolotājiem, tas var veicināt mācīšanos un attīstību un palīdzēt bērniem gūt panākumus viņu sociāli emocionālajā briedumā (Datler, Ereky-Stevens, Hover-Reisner, Malmberg, 2012).

*Secinām, ka šajā vecumā bērniem vissvarīgāk ir būt kopā ar mammu vai ar sev mīļu cilvēku. Bērns vēl nav gatavs atdalīties no mammas, viņš nespēj iesaistīties rotaļās ar citiem bērniem. Bērnam adaptācijas grūtības sagādā arī tas, ka viņš vēl nemāk runāt. Nemācēšana runāt, pasliktina adaptācijas procesu. Jo, kad bērniņš tikai raud un nevar pateikt, kāpēc viņš raud, skolotājam ir ļoti grūti viņam palīdzēt. Bet, ņemot vērā pedagogu un psihologu atziņas un vērojumus, darba autore secina, ka, lai bērns labāk un vieglāk adaptētos pirmsskolas izglītības iestādē, ir jāizmanto rotaļlietas.*

*Pirmsskolas pedagogiskais process ir tieši virzīts uz katra bērna individuālo iezīmju respektēšanu un individuālās pieejas īstenošanu. Tikai mērķtiecīgi, bērna vecumam atbilstoši organizēts pedagogiskais process ar visiem pirmsskolas vecuma bērnu darbības veidiem – rotaļu kā pirmsskolēna pamatdarbības veidu, socializāciju un mācību darbību – sekmē bērna vispusīgu attīstību. Tādēļ ir ļoti svarīgi tieši pirmsskolā nopietni domāt par to, kādas bērna attīstības likumsakarības ir būtiski ievērot, kā nodrošināt viņa psihisko, sociālo, fizisko attīstību, kam visvairāk pievērst uzmanību. Pirmsskolas vecuma bērnam galvenais darbības veids ir rotaļa, tādēļ pedagogiskais process ir jāorganizē tā, ka bērni mācās rotaļājoties. (Metodiskie ieteikumi. Pirmsskolas mācību programmu īstenošanai, 2016).*

### **1.3. Rotaļas – palīgs adaptācijas perioda grūtību pārvarēšanai**

Mūsu pedagogs A. Lasmanis saka, ka „pedagogs ir personība, kas spējīga uzvert, pieņemt un izprast otru cilvēku” (Lasmanis, 2018).

Kaut gan vēl daudzās mācību iestādēs viss mācību process tiek koncentrēts uz novērtējumu, taču tagad par 21. gs. uzdevumu ir kļuvusi palīdzība izglītojamam attīstīt viņa garīgās un praktiskās prasmes, radošo darbību un uzņēmīgumu zināšanu, zinošā, kultūras sabiedrībā (Lasmanis, 2010, 14; 25).

Pedagoģes J. Buboviča un A. Studente saka, ka izglītības procesā ir nepieciešams veicināt krietna, godīga, patstāvīga cilvēka veidošanās, kas ietver bērna kompetenču attīstību, vērtību sistēmas un personisko tikumisko īpašību kopuma veidošanos, pienākumus, tostarp disciplīnu un paškontroli (Buboviča, Studente, 2017).

Tāpēc mācību mērķis pirmsskolā –, zinātkārs, radošs un dzīvespriecīgs bērns. Bērns, kas dzīvo veselīgi, droši un aktīvi. Bērns, kas patstāvīgi darbojas, mācās ar prieku un ieinteresēti.

Bērns, kas gūst pieredzi par sevi, citiem, apkārtējo pasauli un to, kā notiekošais savstarpēji mijiedarbojas”(Skola 2030, 2019). Jo ” pirmsskolā bērns mācās nepārtraukti: ikdienas situācijās, savstarpējās attiecībās ar citiem bērniem un pieaugušajiem, patstāvīgās un skolotāja organizētās nodarbībās, pastaigās, izbraukumos, gatavojot maltītes un svinot svētkus”(Skola 2030, 2019).

Arī izcilā pedagoģe M. Montesori saka, ka „Spēle ir bērna darbs”.<sup>8</sup>

Kā izpētījusi maģistrante L. Jasulaņeca „Adaptēšanās veicināšana ir viens no pirmsskolas izglītības vides pirmajiem uzdevumiem, lai radītu līdzsvaru starp ārējiem un iekšējiem faktoriem. Ir svarīgi apzināt tos pedagoģiskos līdzekļus, kas palīdz nodrošināt bērnam draudzīgu, attīstību veicinošu un atbalstošu izglītības vidi, kurā bērnam justos droši un komfortabli” (Jasulaņeca, 2016, 31).

Tāpēc darba autore par veiksmīgu adaptācijas palīg līdzekli ieraudzīja rotaļlietu. Jo vienīgais apzinātais iemesls, kāpēc bērns rotaļājas, - prieks. Rotaļai ir liela nozīme komunikāciju attīstībā (Nedimovič, Činč, Prtljaga, 2017).

Lai pedagoģis veiksmīgi un profesionāli varētu palīdzēt bērniem adaptēties jaunajā vidē, vispirms ir jānoskaidro, kas ir rotaļa?

Skolotāja S. Dzalbe savā darbā izpētījusi, ka **rotaļa** ir brīva darbošanās. Rotaļājoties bērns jūtas brīvi, viņš ir patiess savās emocijās un sajūtās. (Dzalbe, 2017, 3).

Psihologijas vārdnīcā **rotaļa** tiek raksturota, kā aktivitāte, kas sniedz gandarījumu neatkarīgi no rezultāta un kā nenopietna un nemērķtiecīga darbība (Psihologijas vārdnīca, 1999).

Savukārt S. Golubina atzīmē, ka Krievu pedagoģis K. Ušinskis radīja bērnu rotaļteoriju un pamatoja tās nozīmīgumu bērna attīstībā. Viņš uzskatīja, ka bērna psihiskajā attīstībā liela nozīme ir iztēles darbībai un ka tā vislabāk realizējas bērnam rotaļājoties (Golubina, 2007, 40).

Pedagoģes M. P. Ovsjanņikova, I. N. Kutņaka un I. N. Balakina (*Овсянникова, Кутняк, Балакина*) atsaucas uz A. M. Gorkija izteikto domu, ka „Spēle ir bērnu ceļš uz pasaules izpratni, kurā viņi dzīvo un kuru ir aicināti mainīt.” Spēlē tiek veidotas visas bērna personības puses, notiek nozīmīgas pārmaiņas viņa psihē, kas sagatavo pāreju uz jaunu, augstāku attīstības stadiju. Ar to tiek izskaidrotas rotaļas lielās audzināšanas iespējas, ko psihologi uzskata par galveno pirmsskolas vadītāju (Овсянникова, Кутняк, Балакина 2017, 247).

**Rotaļa** ir pirmsskolas vecuma bērnu dzīvesveids. Tā palīdz bērnam labāk iepazīt sevi, apgūt tuvāko apkārtni, iedziļināties gan pieaugušo, gan citu bērnu attiecībās. Rotaļā bērns runā, mācās, strādā, domā, sacer, rada, vēro, sadarbojas. Visu, kam bērns tic, ko jūt, kas viņu interesē, viņš cenšas attēlot savās rotaļās. Tāpēc var teikt, ka mums, pieaugušajiem, rotaļa ir ceļš uz bērna dvēseli (Dzintere, Stangaine, 2007).

---

<sup>8</sup> <https://www.azquotes.com/quote/614554>

Rotaļā bērns rada savu domu, jūtu un izjūtu pasauli. Rotaļa ir viens no nedaudzajiem darbības veidiem, ar kuru cilvēks saistīts visu mūžu. Atšķirīga ir tikai attieksme — bērībā rotaļa ir nopietna nodarbošanās, vēlāk — izklaide, relaksācija. Bērnu rotaļās var redzēt un dzirdēt visu, par ko tie uztraucas, pēc kā ilgojas, uz ko dusmojas. Bērni rotaļās izdzīvo savas problēmas un jūtas, tāpēc rotaļa ir galvenais ceļš, kā pieaugušais var izzināt bērna emocionālos pārdzīvojumus (Dzintere, 2000, 5).

Rotaļa ar savu specifiku sekmē bērna garīgo attīstību un, tai piemīt audzinoša un attīstoša funkcija:

- tā sniedz iespēju praktiski darboties,
- ļauj izpausties,
- uzlādē un attīsta bērna emocionalitāti,
- veicina un attīsta iztēli un izdomu,
- pilnveido uztveri un domāšanu,
- nostiprina atmiņu,
- veido iemaņas un prasmes,
- rosina sakārtoties iekšēji – līdzsvaru,
- sniedz prieku,
- dod iespēju izlādēt uzkrāto enerģiju – gan pozitīvo, gan negatīvo,
- ļauj atbrīvoties no agresivitātes,
- veido un nostiprina gribu,
- atklāj bērna īpašības,
- attīsta intereses un veido pašvērtējuma spēju,
- sniedz gandarījumu un apmierinājumu – pašrealizācijas prieku (Golubina,2007,170).

Kā norāda I. Stangaine – rotaļa ir bērības valoda. Bērns tādā veidā mācās komunicēt ar saviem vienaudžiem un vecākiem, tādā veidā viņš vingrinās nopietnai nākotnes darbībai, pauž savu tieksmi, vēlmes un vērtības. Vienlaicīgi tā ir bērna humāno jūtu, domāšanas un jaunrades skola (Stangaine, 2015, 24).

Psiholoģe E. Jazgina (*Yazgin*), pētot rotaļas lomu Vācu bērnudārzos, secināja, ka ar spēles palīdzību :

- bērni mēģina atrisināt pozitīvas un negatīvas situācijas un problēmas;
- bērns attīsta savu sociālo kompetenci;
- mācās kontrolēt emocijas.

Savukārt skolotāji ar spēles palīdzību nedrošajiem bērniem palīdz bērnudārzā sajūties, kā mājās (Yazgin, 2017).

Rotaļa sekmē bērna socializāciju, attīsta saskarsmes prasmi un emocionālu attieksmi pret apkārtējo pasauli, ļauj kļūdīties un mācīties no kļūdām, veidojot pieredzi. Rotaļa rada prieku un labsajūtu, attīsta vēlmi palīdzēt (Golubina, 2007).

B. Brice atzīmē, ka rotaļa liecina par bērna fizisko, psihisko un intelektuālo veselību, attīsta humora izjūtu, sniedz prieku un apmierinājumu. Tā ir pats labākais veids zināšanu apguvei, jo bērns ik brīdi mācās, pats to neapzinādamies. Dažādas spēles un rotaļas palīdz bērnam attīstīt un pilnveidot spēju draudzēties, vingrina sociālo saskarsmi, trenē spējas būt līderim un vienlaikus – prasmi pakļauties (Brice, 2013, 9).

Teorijā un praksē nosacīti tiek izdalītas vairākas rotaļu grupas:

- Simboliskās rotaļas – kuras rada paši bērni, balstoties uz savu pieredzi, izdomu.
- Spēles – rotaļas ar noteikumiem, kurus pārsvarā izdomājuši pieaugušie, lai īstenotu kādu izglītojošu uzdevumu;
- Rotaļspēles, kas atrodas it kā starp radošajām rotaļām un rotaļām ar noteikumiem. Tās arī pieaugušo izdomātas spēles, taču to noteikumi ir vairāk virzīti uz bērnu radošās darbības sekmēšanu (Dzintere, Stangaine, 2012, 176).

I. Stangaine savā darbā ir izpētījusi, ka īpašu uzmanību pelna rotaļas klasifikācija saistībā ar tās attīstību. Viens no šīs pieejas pamatlicējiem ir Ž. Piažē. Psihologs uzskata, ka rotaļa ir bērna intelektuālās attīstības faktors, un rotaļu attīstībā min trīs komponentus: vingrinājumus, simbolus un noteikumus. Jāatzīmē, ka pateicoties psihologu vēlākiem pētījumiem, Ž. Piažē minētie rotaļas posmi ir precizēti (Stangaine, 2015, 5). Rotaļas posmi norādīti dotajā tabulā (sk.2. tabulu).

**2. tabula Bērna rotaļas un intelektuālās attīstības stadijas (Piaget, 1968)**

N.p.k.	Intelektuālās attīstības stadijas	Bērnu aptuvenais vecums	Rotaļas attīstības stadija
1.	Sensomotorā	0 – 2	Priekšmetiskās (darbības ar priekšmetiem), konkrētās, sižetiskās
2.	Pirmsoperacionālā;  Intuitīvā	2– 4  4 – 7	Sižetiskās, simboliskās (radošās jeb bērnostukturētās) – lomu, teatrālās, celtniecības.  Simboliskās (radošās jeb bērnostukturētās) – lomu, teatrālās, celtniecības. Rotaļas ar noteikumiem.
3.	Konkrēto operāciju	7 – 11	Rotaļas ar noteikumiem, spēles.

Varam secināt, ka katrā bērna vecumposmā bērnu interesē noteiktas rotaļas. Kā norādīts tabulā, tad 1,5 gadīgiem bērniem patīk darbības ar priekšmetiem – tātad, rotaļlietām.

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 iemācās rotaļājoties: caur rotaļu izzina sevi, pasauli, lietas, parādības un likumsakarības (Brice, 2013, 9).

Arī Z. Freids uzskata, „ka rotaļa attīsta un atvērto bērna psihi, mazina traumas situācijas, adaptē bērnu sociālajā vidē. Rotaļā bērns ir kā rakstnieks, viņš rada savu konkrēto pasauli, veido to, tā kā pašam patīk. Bērns savu radīto pasauli uztver nopietni un dāsni atklāj tajā savas emocijas”(Dzintere, Stangaine, 2007, 52).

Darba autore savā darbā, lai bērni veiksmīgāk adaptētos jaunajā vidē, izmantoja rotaļlietas. Jo šajā vecumā bērni vēl negrib spēlēties viens ar otru, viņiem ir svarīgi, lai būtu kontakts ar pieaugušo, lai viņi var kopīgi ar pieaugušo rotaļāties.

Kas tad ir rotaļlieta?

**Rotaļlieta** jau kopš seniem laikiem ir bijusi uzticama bērnu rotaļu pavadone, kas veidojusies un mainījusies ciešā sakarā ar sabiedrības attīstību. Tā eksistējusi jau pirmatnējā sabiedrībā, kad bērni gatavojuši sev rotaļlietas no dažādiem tuvumā sastopamajiem priekšmetiem, dabas materiāliem. Tā piemēram lelles tika darinātas no zariem vai sapītiem klūgiem (Dzintere, Stangaine, 2007, 165).

Arī mūsu Valsts izglītības un saturs centra metodiskajā materiālā minēts, ka pirmsskolas vecuma bērnam galvenais darbības veids ir rotaļa, tādēļ pedagoģiskais process ir jāorganizē tā, ka bērni mācās rotaļājoties. Rotaļas, spēles, dzejoļi, dziesmas un mīklas bērnu iepriecina un aktivizē. Mācīšana ar rotaļu palīdzību dod labākus mācīšanās rezultātus nekā izmantojot darba burtnīcas vai darba lapas (Metodiskie ieteikumi pirmsskolas mācības programmu īstenošanai, 2016).

Zinātnieces D. Dzintere un I. Stangaine, atsaucoties uz Dž. Rodari, saka, ka rotaļlietu pasaule ir ļoti sarežģīta pasaule. Kā tikai nedēvē rotaļlietas? Pajjas, rotas un rotiņas, rotaļu lietiņas vai mantiņas, spēļmantiņas, daiciņi vai daiktiņi. Visi šie nosaukumi rāda, ka tā ir manta, lieta, kurā slēpjas kaut kāda vērtība, dārgums, mīlums. Ar rotaļlietu, tāpat kā ar rotaļu, saistās mūsu prieki ( uzdāvina, pagatavo), bēdas (saplēsa, pazuda), jaunrade (izdomāja, attēloja, uzcēla), sapņi un atmiņas(Dzintere, Stangaine, 2007, 166).

Tālāk autores saka, ka rotaļlieta reizēm pavada cilvēku visu dzīvi, daudzveidīgi „sadarbojas ar bērnu, pusaudzi, pieaugušo”:

- Mazulim tas ir priekšmets, ar kuru var dažādi darboties. Rotaļlietu sunīti var satvert, nest, ielikt ratiņos, paslēpt;
- Bērnam pieaugot un attīstoties viņa tēlainajai domāšanai, tā iegūst jaunu funkciju – reāla objekta, tēla funkciju. Piemēram, meitenei sunītis rotaļā ir kaimiņu Reksis, un pati viņa ir „saimniecīte”, kas sarunājas ar Reksi, ved to pastaigā, baro, uzstājas cirkū;

- Tā ne tikai bērnam, bet sevišķi pieaugušajam var kļūt kā abstrakts simbols, kas saistīts ar kādu notikumu, piemēram, pirmo skolas dienu, balva par iegūto vietu sporta sacensībās, dāvanu no drauga. Un, paņemot to rokā, apmīļojot, tu ne vien atceries patīkamo, bet arī nomierinies (Dzintere, Stangaine, 2007, 167).

Darba autore savā darbā ievēroja, ka dažiem mazajiem bērniņiem ir šādas mīļlietas – mīļsedziņa vai mīļlupatiņa. Tā bērniņam ir tik mīļa, ka grupiņā ienākt var tikai kopā ar mīļsedziņu. Un šo lupatiņu visas dienas gaitā negrib izlaist no rokām. Kamēr bērns pierod pie jaunās vides, pedagogam ir jāļauj grupiņā uzturēties kopā ar mīļsedziņu, jo tad bērniņš jūtas drošāk. Tāpat daudziem bērniņiem ir mīļmantiņas, ar kurām viņi kopīgi iet gulēt. Lai adaptācijas process noritētu vieglāk un ātrāk, pedagogam ir jāļauj mazajam bērniņam ejot gulēt līdzī paņemt savu mantiņu.

Pasaulē ir ļoti daudz un dažādu rotaļlietu. Rotaļlietas var sagrupēt pēc dažādiem kritērijiem. Vienu no grupēšanas veidiem mums savā grāmatā piedāvā D. Dzintere un I. Stangaine (sk. 3. tabulu).

**3.tabula. Rotaļlietu grupēšanas varianti (Dzintere, Stangaine)**

<b>Rotaļlietu grupēšanas kritēriji</b>	<b>Rotaļlietu apakšgrupas</b>
Saturs	Sižetiskās, tehniskās, sporta, teatrālās un citas rotaļlietas
Bērnu attīstības jomas	Rotaļlietas, kas attīsta bērna sensoriku, jaunradi, domāšanu, veiklību u.c.
Materiāls, no kā izgatavotas rotaļlietas	Koka, metāla, papīra, plastmasas, u.c.
Ārējais veidols	Reālistiskās, nosacītās, priekšmeti – aizvietotāji
Pabeigtība	Gatavās, pusgatavās, rotaļlieta – materiāli
Rotaļas attīstības līmenis	Sensomotoriskās, sižetiskās, lomu, profesiju u.c.

**Sižetisko rotaļlietu** klāsts ir visplašākais. Tās ir īstu priekšmetu imitācijas, kas atspoguļo sabiedrības dzīvi, kultūru, tehniku.

Jāpiezīmē, ka bērnam ir piemērotas tādas sižetiskās rotaļlietas, kas rada pašus raksturīgākos, būtiskākos priekšstatus par īstiem priekšmetiem un paver viņam iespējas radoši papildināt pārējo ar fantāzijas palīdzību. Precīzi prototipi var ierobežot bērnus, jo tie sniedz bērnam visu gatavā veidā, nerosina viņa radošo fantāziju un iztēli atbilstoši rotaļas sižetam kaut ko mainīt vai papildināt.

**Tehniskās rotaļlietas** izraisa un apmierina bērnu interesi par tehniku, palīdz rotaļniekam izprast vienu vai otru tehnisko procesu. Tās ir daudzveidīgas:

- rotaļlietas, kas pēc savas būtības nav tehniskas, bet sniedz bērnam informāciju par tehniskās pasaules daudzveidību. Tās ir nozīmīgas īpaši jaunākajam pirmsskolniekam, jo viņš, ar tām rotaļājoties, tuvojas tehnikas pasaulei. Tā ir sadzīves tehnika, piemēram, veļas mazgājamā mašīna, transporta līdzekļi – automašīnas, vilcieni u.c.;
- rotaļlietas, kas padziļina bērna zināšanas par tehniku, izgatavotas pēc kāda noteikta tehnikas principa un izpilda noteiktu funkciju – iepriecina bērnu, izraisa zinātkāri, savas varēšanas, prasmju apzināšanos, piemēram, knābājoši putniņi, runājoša lelle, automašīnas, ko vada ar pults palīdzību;
- tās ir konstruktīvi tehniskās darbojošās rotaļlietas, ko bērns izveido no atsevišķām detaļām. Tās iekļauj bērnu praktiskā, radošā izgudrotāju darbībā. Tie ir dažādi konstruktori, rotaļlietas – pusfabrikāti;
- sporta inventārs un rotaļlietas, kas attīsta pamatkustības, veiklību, ticību sev. Bērns, kuram ir iespējas rotaļā fiziski nodarbināt muskuļus, vairāk tic savām spējām. Arkveidīgi rāpšanās tiltiņi, izturīgas koka kastes, šūpoles, slidkalniņš, šūpojošās rotaļlietas, ratiņi, stumjamas un velkamas rotaļlietas, bumbas, utt.

**Sensomotorās rotaļlietas un materiāli**, ko dēvē arī par mācību materiāliem bērnu sajūtu vingrināšanai, attīsta dažādas sajūtas – tausti, garšu, ožu, redzi, dzirdi. To klāsts ir visai plašs, sevišķi jaunākajiem bērniem – krāsainas piramīdas, tornīši, puzzles, kreļļu virtenes u.c.

**Konstruēšanas materiāli un komplekti** rosina bērnu konstruktīvo darbību, izdomu, prasmi radoši variēt savas celtnes.

Ir dažāda veida celtniecības materiāli :

- konstruktoru un lego komplekti, kuru atsevišķas detaļas var savienot;
- dažāda izmēra un formu celtniecības materiāli (ikdienā saukti „kluči”);
- dažādas liela izmēra ģeometriskās formas, gatavotas no saplākšņa, plastmasas, paralona, vai ar audumu apšūtas kartona kastes.

**Teatrālās rotaļlietas** – roku lelles, dažādi teātra veidi.

**Grāmatas un ieraksti** ir rotaļāšanās prieka un mācīšanās avoti bērniem jau no dzimšanas. Pašlaik ir pieejamas grāmatas, kas pašas ir rotaļlietas. Tās ir izgriežamas, pārbūvējamas. Dažas pat veidotas, kā pavisam cits priekšmets – kā somiņa, klucītis, spēļu kartītes utt.

**Dabas jeb sensorie materiāli.** Tie ir smiltis, ūdens, koks, zīles, kastaņi, akmentiņi uc.

**Reālistiskās rotaļlietas** atspoguļo priekšmeta fiziskās īpašības. Ja tas ir suns, tad ir ievērotas viņa ķermeņa proporcijas, krāsas.

**Nosacīti tēlainās rotaļlietas** ir izdalītas tikai reālā priekšmeta atsevišķās detaļas, akcentējot svarīgākās un ignorējot mazsvarīgākās. Pie šīs grupas var pieskaitīt arī pašgatavotās rotaļlietas, piemēram, tamborētās, adītās, no auduma šūtās lelles, dzīvniekus.

**Rotaļlietas aizvietotājas**, tās aizvieto neesošo rotaļlietu, reālo priekšmetu vietā. Tām nav noteiktas stingras funkcijas ( Dzintere, Stanagaine, 2007, 176-182).

Kā norāda pedagoģe Buzikova I. (*Бузикова*) bērnam vajadzētu redzēt skolotāju kā laipnu, vienmēr gatavu palīdzēt cilvēkam un interesantu spēles partneri. Emocionālā komunikācija rodas, pamatojoties uz kopīgām darbībām, ko papildina smaids, sirsnīga intonācija un rūpes par katru bērnu.

Pirmajām spēlēm jābūt frontālām, lai neviens bērns nejustos atstumts. Spēles vienmēr uzsāk pieaugušais. Spēles tiek izvēlētas, ņemot vērā bērnu spēles iespējas, norises vietu utt. (Бузикова, 2016).

Arī pedagoģe – psiholoģe O. V. Barsukova (*Барсукова*), savā darbā ar mazajiem bērniņiem secinājusi, ka rotaļas ir galvenā nodarbe bērna dzīvē. Pedagoģe atklājusi, ka „Strādājot ar agrīnā vecuma bērniem, ir grūti neievērot bērnu patiesu interesi par dažādām spēlēm un rotaļlietām, kurām ir pārsteiguma elementi un noslēpumi. Mēs to saucam par „**rotaļu pārsteigumu**”. Rotaļu nodarbības emocionālais pārsteigums ir ļoti svarīgs, lai mazajiem bērniem iemācītu ko jaunu.”(Барсукова, 2016, 32)

Savukārt pedagoģe I. Buzikova atsaucoties uz E. A. Flerina (*Флерин*), saka, ka bērniem adaptēties palīdz rotaļlietas, kas liek bērniem smieties. Šīs rotaļlietas E. A. Flerina definējusi, kā jautrās rotaļlietas. To galvenais mērķis ir izraisīt bērnos smieklus. Jautrās rotaļlietas ļauj mazināt stresu, novērst uzmanību no nepatīkamām situācijām, nomierināt un iemāca pozitīvi mijiedarboties ar apkārtējiem cilvēkiem ( Бuzикова, 2016).

Darba autore savā darbā arī izmantoja rotaļlietas, kas bērnos izraisa sajūsmu un pārsteigumu. Jo, kad bērns no rīta atnāk uz bērnudārzu, bieži vien viņš raud, jo negrib palikt viens bez mammas. Tad skolotāja viņam rāda rotaļlietu, kas balstīta uz pārsteiguma efektu. Jo kad bērns sāk koncentrēt savu uzmanību, ka gaidāms pārsteigums, viņš sāk lēnām aizmirst, ka jāturpina raudāt, jo gaida pārsteigumu. Kad bērns ir sagaidījis pārsteigumu, tad ir prieks, līksme un smieklī un var turpināties jauka diena.

Vēl bērna prieku izraisa **ucināmās un jādināmās** dziesmas. Ucināmās dziesmas ir jauns, promocijas darba autores U. Smilgaines ieviests termins un „apzīmē tekstus, ko pieaugušais skaita vai dzied vienkāršā melodijā un ko pavada kustības: spēles ar bērna pirkstiem, rokām, kājām, kutināšana un pajāšana, bērna šūpošana uz ceļiem vai kājām”(Smilgaine, 2008, 4). Savukārt par jādināmajām dziesmām U. Smilgaine izpētījusi, ka tās tika izpildītas mazulim, kurš sēdēja pieaugušajam klēpī. Jādināmās dziesmas parasti attēloja jāšanas kustības (Smilgaine, 2008).

Arī B. Brice secinājusi, ka bērniem ļoti patīk skandēt dažādus skaitāmpantus ar it kā bezjēdzīgu tekstu. Ritmiskie, nekādu informāciju nenesošie vārdu virknējumi bērnos rada prieku un jautrību (Brice, 2018).

Bērni ir ļoti priecīgi par ucināmajām un jādināmajām rotaļām, jo tad veidojas fizisks kontakts ar pieaugušo, bērns izjūt pārsteigumu. Bērns vienmēr sajūt laimi, kad skolotāja paņem viņu klēpī. Jo, kad bērns ir pieaugušā klēpī, viņš tiek samīļots, ar bērnu rotaļājas, bērns jūt drošību un gādību.

Arī D. Dzintere un I. Stangaine atsaucoties uz psihologu Dž. Sulli, saka, ka smieklis ir rotaļas pazīme un būtisks nosacījums sociālai darbībai. Ķircināšanās un kutināšanās, maigs uzbrukums ar smieklis liecina, ka nekāds ļaunums nav padomā. Smieklis – neatņemama rotaļas sastāvdaļa (Dzintere, Stangaine, 2007).

Vēl autore savā darbā izmantoja **pirkstiņspēles**, jo jau senie latvieši tās izmantoja: „Kad bērns bija nepacietīgs, viņa uzmanību centās saistīt ar jautrām rotaļveida dziesmiņām, kurās teksta dziedājumu vai skandējumu pavadīja dažādas izdarības ar bērna rociņām” (Greble, 1973, 12).

Arī B. Krafte norāda, kāda neizsakāma bagātība ir senā tautas pedagoģija, kur pieaugušais, darbojoties kopā ar bērnu, var rotaļāties ar pirkstiem.

Pirkstiņu rotaļām ir daudzpusīgs iedarbības spēks :

- veidojas emocionālais kontakts ar pieaugušo,
- attīstās bērna vēlēšanās darboties,
- pieaug viņa aktivitāte,
- bērns netieši vingrinās kustību koordinācijā, tādējādi attīstot domāšanu un runu (Krafte, 2000, 5).

Kā norāda B. Brice „Cilvēku saskarsmē liela nozīme ir vārdam, kuru pastiprina emocijas. Pirkstu rotaļas ir ieteicamas un piemērotas bērniem kopš agrīna vecuma ( arī tad, ja mazais pat vēl nelalina), jo tekstu un darbības ar bērna roku izpilda pieaugušais, nodrošinot pozitīvu emocionālu saskarsmi. Pašradītas dziesmiņas bērniem ir ļoti mīļas ” (Brice, 2007, 8).

I. Pučure izpētījusi, ka ”Ja pedagogs vēlas saprast bērna iekšējo pasauli un palīdzēt tam, viņam ir jāizprot rotaļas milzīgais spēks. Lai skolotājs un vecāks spētu pieņemt bērnu kā individualitāti, kā būtni, kas dzīvo pavisam atšķirīgu dzīvi, pieaugušajiem jāpārdomā pašiem sava bērība, savas bērības rotaļas, uzskata F. Dalto. Savas bērības un tās rotaļu analīze rosina pieaugušo pieņemt bērnus bez aizspriedumiem, jo, kā uzsver P. Birkerts, citu psihiskos pārdzīvojumus cilvēks var saprast tikai tad, kad tos „pārtulko” paša pārdzīvojumu valodā. Savas bērības rotaļu analīze veicina skolotāju vēlmi un prasmi iedziļināties bērnu rotaļās, tuvoties tām ar pietāti un netieši tās virzīt. Tātad pastāv zināma saistība starp pieaugušā bērības rotaļām, prasmi tajās iedziļināties un viņa attieksmi pret bērnu rotaļām.”(Pučure, 2000, 42)

Lai mazais bērns justos labi, skolotājam ir tikai jāatceras, kādas rotaļas un spēles viņu pašu iepriecināja bērnībā. Bez rotaļām bērns būtu visnožēlojamākais radījums. Bērna prieku rada cilvēki, vide un īpaši rotaļa. Prieks rodas tad, ja viņam ir iespēja izmēģināt līdz šim vēl nenojaustas spējas. Arī paši bērni asociē rotaļu ar jautrību (Špona, Jermolajeva, 2015). Jo, dodot iespēju bērnam rotaļāties, mēs dodam iespēju normālai psihes attīstībai, jo tieši rotaļa ir vadošā darbība pirmsskolas vecumā. Un bērns jau no mazotnes grib uzticēties pieaugušajiem. Un man kā audzinātājam jāgādā, lai viņš atrastos drošībā, drošā vidē. Un šajā lietā palīdz rotaļas, rotaļlietas, jo tās ir maza bērna pirmās saskarsmes lietas (Plaude, 2009). Tādas rotaļas darba autore arī izmēģināja šajā pētījumā.

*Tāpēc var secināt, ka adaptācijas periodā rotaļa un rotaļlieta ir skolotājas galvenais palīgs viņas darbā. Jo ar rotaļas palīdzību starp pedagogu un bērnu veidojas emocionāls kontakts un bērns sāk uzticēties pedagogam. Ar rotaļas palīdzību bērns ātrāk adaptējas jaunajā vidē. Izvēloties rotaļu, galvenais nosacījums, lai tā patiktu, gan bērnam, gan skolotājam.*

## 2. Empīriskā pētījuma organizācija un izpēte

### 2.1. Pētījuma metodoloģiskais pamatojums

Praktiskais pētījums tika veikts pirmsskolas izglītības iestādē „X”, ar 1 – 2 gadīgiem bērniem.

**Pētījuma mērķis** – pētīt rotaļu kā adaptācijas grūtību pārvarēšanas līdzekli 1 – 2 gadus veciem bērniem.

#### **Pētījuma uzdevumi:**

1. Izvēlēties pētījuma metodes.
2. Izstrādāt kritērijus bērnu adaptācijas noteikšanai.
3. Veikt bērnu novērošanu pēc izstrādātiem kritērijiem.
4. Organizēt pārsteiguma momentus, izmantojot rotaļlietas.
5. Veikt atkārtotu bērnu novērošanu pēc izstrādātiem kritērijiem.
6. Apkopot pētījuma rezultātus un izdarīt secinājumus.

#### **Pētījuma metodes:**

1. Empīriskās – pedagoģiskais novērojums.
2. Statiskā datu apstrāde.

**Novērošana** ir mērķtiecīgs izziņas process, kurā ilgstoši, vai atkārtoti vērojot, uzzina, secina, izseko, uzmana. Novērošanu kā empīrisku metodi lieto, lai iegūtu informāciju, pārbaudītu hipotēzi, teoriju, teorētisko pētījumu patiesumu u.tml. (Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, 2000, 111).

**Novērošana** ir neaizstājama metode darbā ar maziem bērniem, lai gan to var izmantot, pētot jebkura vecuma bērnu attīstību. Novērojumi ir nepārtraukti, kad psihologu interesē visas bērna uzvedības pazīmes, bet biežāk selektīvi, kad tiek ierakstīti tikai daži no tiem. Novērošana ir sarežģīta metode, tās izmantošanai jāatbilst vairākām prasībām. Tas ir skaidri noteikts mērķis, un izstrādāta novērošanas shēma (novērotājs precīzi zina, ko viņš var redzēt un kā to labot, turklāt viņš spēj ātri aprakstīt novērotās parādības); novērošanas objektivitāte (tiek aprakstīts pats fakts – bērna darbība, frāze vai emocionāla reakcija, nevis viņa psihologa subjektīvā interpretācija); sistemātiski novērojumi (epizodiskos novērojumos ir iespējams identificēt nevis bērnam raksturīgus mirkļus, bet gan nejaušus, atkarībā no viņa mirkļa stāvokļa, situācijas); bērna dabiskās izturēšanās novērošana (bērnam nevajadzētu zināt, ka pieaugušais viņu vēro, pretējā gadījumā viņa uzvedība mainīsies). Parasti novērošanu apvieno ar eksperimentu. (Кулагина, 1999, 3).

**Izmēginājuma pētījuma** gaitā pētnieks risina ierobežotus pēc satura uzdevumus un aptver nelielu pētāmo objektu daļu. Izmēginājuma pētījumu lieto, lai iegūtu operatīvu praktisko informāciju par pētāmo parādību (Kristapsone, 2008, 54).

## 2.2. Bērnu raksturojums pētījuma sākumā

Pētījumā tika novēroti 10 bērni, kuri septembrī uzsāka apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi. Visi bērni savas bērnudārza gaitas uzsāka reizē. Novērojums tika veikts visas dienas garumā. Bērnu vārdi pētījuma atspoguļojumā ir mainīti.

**Estere.** Bērnudārza gaitas uzsāka 1.5 gadu vecumā. Septembra pirmās dienas no mamma atvadījās diezgan viegli – mamma viņu iestūma grupiņā un pati ātri devās prom. Mamma pieprasīja, lai Estere jau otrajā dienā grupiņā paliek uz visu dienu. Estere ir īpatnēja meitene. Brīžiem liekas, ka viņa skatās ar pieauguša cilvēka acīm un saprot daudz vairāk nekā bērnam vajadzētu. Septembra pirmās divas nedēļas viņa ienākot grupiņā aiztipināja līdz vienai mantai, paņēra mantu, apskatīja, nometa zemē un skrēja pie citas mantas. Tā viņa pa grupiņu riņķoja visu laiku, kamēr mamma atnāca pakaļ. Lai viņu nomierinātu, pedagogs apsēdās uz grīdas, kur viņa skrienot uzskrietu pedagogam virsū, tad viņa apsēdās pedagogam klēpī, nomierinājās un skrēja tālāk. Tikai novembrī sāka pievērsties nodarbībām. Vislabāk viņai patīk švīkāt. Tad viņas acis no laimes aizmiglojas un viņa vairs neko nemana, kas notiek apkārt. Estere labprātāk spēlējas viena. Viņa vienā vietā nevar ilgi būt, viņai visu laiku gribas būt kustībā. Pārsvarā viņa dara tikai nedarbus un kaitina auklīti. Bet Estere vienmēr paskatīsies pār plecu un izvērtēs vai var vēl tālāk kaitināt auklīti vai jau pietiek. Ja grupiņā ir mazāk par 8 bērniem – kļūst par līderi. Estere iemieg ļoti slikti. Iemiegot viņai ir sava mīļsedziņa un knupītis. Gul ļoti tramīgi, caurs miegs. Vakarā, kad nāk mamma pakaļ, Estere priecīgi skrien viņai pretī, dažreiz gan sanāk raudāšana, bet tā ir tikai izrādīšanās mammai. Februārī Estere sāka ievērot, ka, ja kāds bērns ieraudas (pakrīt, sasitas vai kā tml.), tad viņš tiek samīļots no skolotājas puses. Estere arī sāka ik pa laikam raudāt, kas īstenībā bija tikai tāda tēlošana. Tad, kad Estere raud, tas izklausās ļoti dīvaini. Viņa no sevis izdala dobjas, dziļas skaņas, tā, it kā troksnis, kas attēlo raudāšanu, nāktu no dziļas iekšienes. Bet raudāšanu viņa ātri pārtrauca, jo galvā atkal uzradās citas idejas, ko viņai padarīt. Izejot ārā pagalmā, Estere vienmēr atrod kur iet un ko darīt. Arī ārā Estere ir atklājusi, ja ir nepaklausīga un ies kur grib, tātad būs interesantāk, ieraudzīs ko jaunu. Mamma mums stāstīja, ka tieši šī iemesla dēļ Estere netiek vesta uz veikalu.

**Ernests.** Bērnudārzu sāka apmeklēt, kad viņam bija 1,7 gadi. Ierodoties grupiņā un atvadoties no vecākiem, nostājās vienā vietā un raudāja un nelaida nevienu sev klāt. Ejot gulēt –

raudāja vēl vairāk. Ievērojām, ka pa dienu viņš bija kā apmāts, it kā nevarēja ne pakustēties, ne parotaļāties, ne karoti rokās paturēt. Pēc 15. 00 kaut arī pusdienlaikā visu laiku raudāja, viņš pārvērtās. Viņš kļuva aktīvs, jautrs, spēlējās, skraidīja. Līdz gulētiešanai ar pieaugušajiem nekādā kontaktā negribēja būt. Novembra vidū raudāt pārstāja. Pusdienlaikā sāka gulēt. Gul viņš tikai 20 min. Pārējā laikā atrodas savā gultā, mierīgi vēro, kas notiek apkārt vai šķirsta grāmatiņu. Tagad grupiņā Ernests ir jautrākais bērns, visus smīdina, ar visiem spēlējās. Ejot ārā uz rotaļu laukumu, ilgu laiku Ernests jutās drošāk, ja stāvēja blakus pieaugušajam un neko nedarīja.

**Rinalds.** Bērnodārza gaitas uzsāka 1,6 gadus. No vecākiem atvadījās ar grūtībām. Ar pieaugušo grupiņā kontaktu neuzturēja. Sēdēja uz grīdas un svarīgi, lai rokās būtu 3 bumbas. Tā viņš šūpojās visu dienu uz priekšu un atpakaļ. Ik pa laikam pedagogs vai auklīte veda viņu iepazīstināt ar grupiņu, mantām, draugiem. Mazu brītiņu viņš uzkavējās uz rotaļu paklāja, bet tad atkal aizgāja prom no visiem, sameklēja trīs bumbas, apsēdās un šūpojās. Rinalds necieš troksni. Rinalda kustības izskatās stīvas, brīžiem liekas, ka kaulos nav satura. Kad pedagogs Rinaldu noģērbis uz gulētiešanu un saka viņam, lai dodas gulēt, Rinalds var nogulties turpat uz grīdas. Pārsvārā viņš spēlējās grupiņas tālākajā stūrī viens pats. Reizēm viņu izaicina Alise. Alise viņam atņēma kādu mantu, tad Rinalds dzenas viņai pakaļ. Tālāk abi turpina skriešanas un ķeršanas spēli. Rinalds vēl joprojām raud un satraucas, ja grupiņā ienāk svešs cilvēks. Vakarā vecākus sagaida ar prieku.

**Oskars.** Bērnodārzu sāka apmeklēt, kad viņam bija jau 1,5 gadi. Ievedot grupiņā, no vecāku rokām viņu pārlika uz skolotājas rokām. No vecākiem atvadās viegli. Grupiņā cenšas kļūt par līderi. Sākumā iemīga ļoti slikti – ilgi raudāja. Tagad iemieg un gul ļoti labi. Cenšas atkārtot visus vārdus, ko saka pieaugušais, labprāt iesaistās visās nodarbībās. Savā runā Oskars jau sāk veidot īsus teikumus. Ģimenē viņam vēl ir lielāki brāļi.

**Rihards.** Bērnodārzu sāka apmeklēt, kad viņam bija 1.5 gadi. Ienākot grupiņā, no vecākiem atvadījās diezgan viegli, tik reizēm pačīkstēja. Grupiņā līdz vienmēr bija viņa mīļsedziņa un knupītis. Bet pirmās divas nedēļas, kad vecāki aizgāja prom, viņš sāka raudāt. Tā viņš centās piesaistīt skolotājas uzmanību. Ja tas neizdevās, sameklēja vietu uz paklāja un gulēja, kamēr vecāki atnāk viņam pakaļ. Skolotāja viņu piemodināja uz brokastu laiku un pusdienām. Viņš paēda un gulēja tālāk. Mamma teica, ka viņš mājās prasoties uz podiņa. Sākumā viņš pedagogam arī prasījās uz podiņa, bet tagad viņš grupiņā nokārtojas tikai pamperā. Vecāki saka, ka mājās staigā tikai bikšēlēs, ka pamperu nelieto nemaz. Iespējams, ka vecāki viņam sagādāja pamatīgu stresu, jo viss notika reizē – podiņmācība, bērnodārzs, knupja un mīļsedziņas atņemšana. Rihards ir mīlīgs, jauks, smaidīgs bērns. Bet tāds viņš ir tikai tad, ja viņam vienam pievērš visu uzmanību. Ja nesaņem uzmanību, tad savu agresiju izgāž uz mantām – laužot tās. Rihards ir

vienīgais bērns, kurš pēc launaga gaida tikai mammu, jo tad tiek pie knupja. Mājās Rihardu lutina viņa lielās māsas.

**Amēlija.** Bērnudārzu sāka apmeklēt, kad viņai bija 1.7 gadi. Sākums bija ļoti grūts. No mammas atvadījās ar asarām un grupiņā tikai raudāja. Pēc nedēļas no mammas jau atvadījās ļoti viegli un grupiņā vairs neraudāja. Mamma pieprasīja, lai Amēlija jau otrajā dienā grupiņā paliek līdz vakaram. Amēlija ir ļoti gudra meitene. Viņa izskatās kā pieaudzis cilvēks, tikai maza bērna augumā. Viņa vienīgā ēdienreizē var paēst tā, lai nekas nenokristu uz galda. Maizi viņa nenokož, bet noknibina ar 2 pirkstiem mazu gabaliņu un ieliek mutē. It visā grib būt līdere. Sākumā viņa centās komandēt arī skolotāju un auklīti. Izskatās, ka mājās viņa priekš visiem ir princese, kurai visi izpilda visu, ko viņa liek. Grupiņā viņa visiem bērniem cenšas visu atņemt. Āra rotaļu laukumā vislabāk patīk šļūkt pa slidkalniņu.

**Rūta.** Bērnudārza gaitas uzsāka 1.6 gados. Ierodoties bērnudārzā, pirmās dienas tikai raudāja. Ieķērās vienai skolotājai rokā un raudāja. Nelaida klāt sev nevienu citu. Otrajā nedēļā, laida sev klāt arī otru skolotāju un aukli. No vecākiem atvadījās grūti. Otrajā nedēļā no vecākiem atvadījās viegli un atrada ar kādām rotaļlietām grupiņā spēlēties. Rūta ir klusa, kautrīga, nedroša meitene. Ēdienreizēs ēd ļoti labi un diendusu guļ ļoti labi. Tikai iemigšana sagādā grūtības. Viņas gulta ir pie skapja, un tad viņa sarunājas ar iedomu draugiem, kas ir aiz skapja. Āra rotaļu laukumā vislabāk patīk šļūkt pa slidkalniņu. Sagaidot vecākus, priecīgi skrien viņiem pretī. Pēdējos divus mēnešus Rūta uz dārziņu tiek vesta slima – ar klepu un iesnām. Kad vecākiem to aizrādām, vecāki aizbildinās, ka nezina kā to klepu izārstēt, viss ir mēģināts, un pat daktere nezina, kā tikt galā. Kamēr Rūta ir slima, viņa no rītiem ir niķīga un negrib atvadīties no vecākiem.

**Alise.** Bērnudārzu sāka apmeklēt 1.2 gados. Alise vēl nemācēja staigāt. Pirmo nedēļu sēdēja rotaļu baseinā ar bumbām un raudāja. Atvadījās no vecākiem grūti. Otrajā nedēļā no vecākiem atvadījās viegli, atrada grupiņā mantas, ar ko spēlēties. Ēst pati vēl nemācēja, tāpēc pedagogam Alisi nācās barot. Bet viņa ātri iemācījās pati ēst ar karoti. Sagaidot vecākus, rāpoja tiem pretī raudot. Vēl novembrī Alise vecākus sagaidīja raudot. Meitene omulīga, draudzīga, vienmēr smaidīga, grib ar citiem rotaļāties – ņemt nost mantas un skriet prom, jo tad viņu ķertu. Cenšas izdarīt ļoti daudz nedarbus. Alisei ģimenē ir 3 gadus veka māsa. Mamma nekur nestrādā. Abas meitas ved uz dārziņu, lai varētu no viņām atpūsties. Janvārī pie Alises novērojām, ka viņa ēdienreizēs vienmēr ir izsalkusi. Kad Alisei liekas, ka viņu neviens neredz, viņa ēdienu ātri ar rokām sastūķē mutē, apēd un prasa vēl. Mamma teica, ka arī mājās Alise visu laiku var tikai ēst un ēst.

**Greisa.** Bērnudārzu sāka apmeklēt, kad viņai bija 1.7 gadi. Pirmajā dienā no mammas atvadījās ļoti viegli un neraudāja. Atrada pati, ar ko spēlēties. Patika zvēriņus sasēgt un likt gulēt. Otrajā dienā Greisa tikai raudāja. Kādā trešajā nedēļā pārstāja raudāt. Gulēt ejot aizmīga ļoti slikti.

Adaptācijas sākuma laikā gulēja diendusu tikai kādas 20 min. Tagad var nogulēt divas stundas un vairāk. Greisai patīk spēlēties vienai pašai – sarunājas ar zvēriņiem, pabaro, sasedz, likt gulēt. Greisa ir klusa, kautrīga, malā stāvētāja. Greisa nodarbībās ir ļoti gudra, bet nerunā, tikai saka – uh, uh. Toties ļoti labi un ātri iemācījās podiņmācību. Viņai uz podiņa vajag tikai 1x vai 3x dienā. No rīta un vakaros mamma netiek ar viņu galā, jo Greisa tad niķojas. Un, lai to neviens nedzirdētu, mamma dod Greisai saldumus. Dažreiz mamma Greisu iegrūž grupiņā pilnu muti ar konfektēm. Greisai ģimenē ir lielāki brāļi un māsas. Kā mamma pati saka par Greisu – tas ir bērniņš, kas gadījās. Nebija ne plānots, ne gribēts, bet ja nu gadījās, tad lai ir.

**Olivers** grupiņu sāka apmeklēt, kad viņam bija 1,5 gadi. Uz bērnudārzu tiek atvests visagrāk un paņemts pats pēdējais. Atvadīšanās no mammas ļoti grūta – jo mamma pati nav gatava, ka bērns tik agri iet bērnudārzā. No tēta Olivers atvadās ātri. Grupiņā patīk braukāt ar auto un skatīties bildes. Aizmieg jau pie pusdienu galda. Diendusu guļ ļoti labi, kopā ar savu rotaļlietu. Kad vakarā atnāk mamma, sākas izrādīšanās, kas ievelkas ļoti ilgi, jo mamma netiek ar viņu galā. Olivers ir ļoti gudrs zēns. Cenšas atkārtot vārdus, ko saka pieaugušie. Oliveram patīk, ja pieaugušais visu uzmanību veltītu viņam. Ja tā nenotiek, tad viņš aiziet spēlēties tālākajā grupas stūrī. Reizēm labprāt rotaļājas kopā ar citiem bērniem. Vienmēr pažēlos to, kurš raud. Olivers bieži slimo. Kad atnāk uz bērnudārzu, atkal sākas adaptācijas process, atkal no jauna jāsāk veidot uzticēšanās kontakts ar pedagogu.

**Marta** Bērnudārzu sāka apmeklēt, kad viņai bija 1,7 gadi. Grupiņai pievienojās janvārī. Tētis Martu audzina viens pats. No rīta atvadas no tēta ļoti labi. Tētis iedod skolotājai Martu uz rokām. Tad skolotāja aiznes Martu līdz grupiņas tālākajam stūrim, kur ir „pārsteigums” – tamborēts tārpiņš, kuram vēderā ir skanošas bumbiņas. Skolotāja, kā burvju mākslinieks izņem no tārpiņa vēdera ārā bumbiņas. Meitene ar tām paspēlējas, ir nomierinājusies un iet spēlēties ar citām rotaļlietām. Trešajā dienā Marta pēc atvadām sāka raudāt. Un tā visu dienu. Pēc dažām dienām Marta saprata, ka grupiņā nav tik ļauni un pārstāja raudāt. Pusdienlaiku guļ ļoti labi. Pārsvarā spēlējas viena pati. Tad Marta saslima. Nebija bērnudārzā divas nedēļas. Atkal no rītiem vajadzēja noslēpumaino tārpiņu. Trešajā dienā, kad skolotāja veda Martu pie noslēpumainā tārpiņa, Marta pakratīja galvu, ka nevajag un aizgāja spēlēties pie citiem bērniem uz paklāja.

Darba autore pētījuma sākumā veica pedagogisko novērošanu un izstrādāja kritērijus, pēc kuriem tika veikts novērojums adaptācijas sākumā.

Lai noskaidrotu, kā noritēja adaptācija, autore izvirzīja šādus kritērijus:

1. **Atvadas no vecākiem** – tika vērots, kā bērns no rītiem atvadās no vecākiem. Vai viņš pats ienāk grupiņā, vai tomēr reizēm raud, bet, kad vecāki aiziet, arī raudāšana pāriet. Vai tomēr raudāšana nepāriet visas dienas garumā vai vairākas dienas pēc kārtas.

2. **Rotaļas ar skolotāju** – tika vērots, vai bērns labprāt kontaktējas un rotaļājas ar pieaugušo vai tomēr ļoti reti uzticas skolotājai.
3. **Rotaļas ar grupas biedru** – tika vērots, kā bērns rotaļājas ar citiem bērniem. Vai viņš kopīgi rotaļājas vai tomēr labāk jūtas, kad ir viens pats. Varbūt bērns rotaļājas pie viena galda ar citiem bērniem, bet katram ir sava rotaļa.
4. **Iziešana pagalmā, rotaļāšanās pagalmā** – tika novērots, kā bērns jūtas pagalmā vai viņš labprāt un patstāvīgi atrod, kā sevi izklaidēt vai tomēr vajag skolotājas pamudinājumu. Bet varbūt viņš drošāk jūtas, kad var stāvēt uz vietas un neko nedarīt.
5. **Kontakts ar citu pieaugušo no b/d.** – šeit tika novērots, kā bērns jūtas, kad grupiņā ienāk svešs cilvēks. Tika vērots, vai bērns pieņem svešo cilvēku vai tomēr kļūst tramīgs un meklē skolotājas atbalstu. Varbūt bērns pieņem svešo cilvēku, tikai nekomunicē ar viņu.
6. **Vecāku sagaidīšana** – tiek vērots, kā bērniņi sagaida vecākus. Vai vecākus sagaida priecīgi vai raudot. Tika ņemts vērā arī, cik ātri bērni sāk jau gaidīt vecākus.

Darba autores izvirzītie kritēriji un to rādītāji tiek atspoguļoti tabulā. (sk.4. tabulu)

**4.tabula. Adaptācijas procesa vērtēšanas kritēriji**

	<b>3 punkti (viegla adaptācija)</b>	<b>2 punkti (vidēja adaptācija)</b>	<b>1 punkts (smaga adaptācija)</b>
<b>Atvadas</b>	Viegli atvadās no vecākiem, pats ienāk grupiņā	Reizēm raud, bet spēj ātri nomierināties	Grūti atvadīties, ilgstoši raud
<b>Rotaļas ar skolotāju</b>	Iesaistās skolotājas vadītajās rotaļās	Iesaistās tad, ja ir īpaša interese	Ļoti reti iesaistās skolotājas organizētajās rotaļās
<b>Rotaļas ar grupas biedru</b>	Labprāt rotaļājas divatā vai grupiņā	Rotaļājas blakus, bet nespēlējas kopā	Reti vai nemaz neiesaistās rotaļā ar vienaudzi
<b>Iziešana pagalmā</b>	Labprāt dodas pastaigā, izmanto rotaļlaukuma dotās iespējas	Labprāt dodas pastaigā, bet piedalās rotaļās tikai pēc skolotājas pamudinājuma	Iziet pastaigā, bet tikai stāv un nepiedalās rotaļās
<b>Kontakts ar citu pieaugušo (medmāsa, vadītāja, cits pedagogs)</b>	Ir ieinteresēts kontaktam ar citu pieaugušo	Neuztraucas, ja grupā ierodas svešs cilvēks, bet nekomunicē ar to	Uztraucas, ja grupā ierodas svešs cilvēks, meklē skolotājas atbalstu, reizēm raud
<b>Vecāku sagaidīšana</b>	Priecīgi skrien pretī vecākiem	Priecīgi sagaida, bet sāk „niķoties” vecāku klātbūtnē	Pēc launaga vecākus gaida raudot

Tālāk darba autore, izmantojot savus izvirzītos kritērijus, veica bērnu novērošanu septembrī (sk. 5. tabulu).

5.tabula. Bērnu adaptācija septembrī

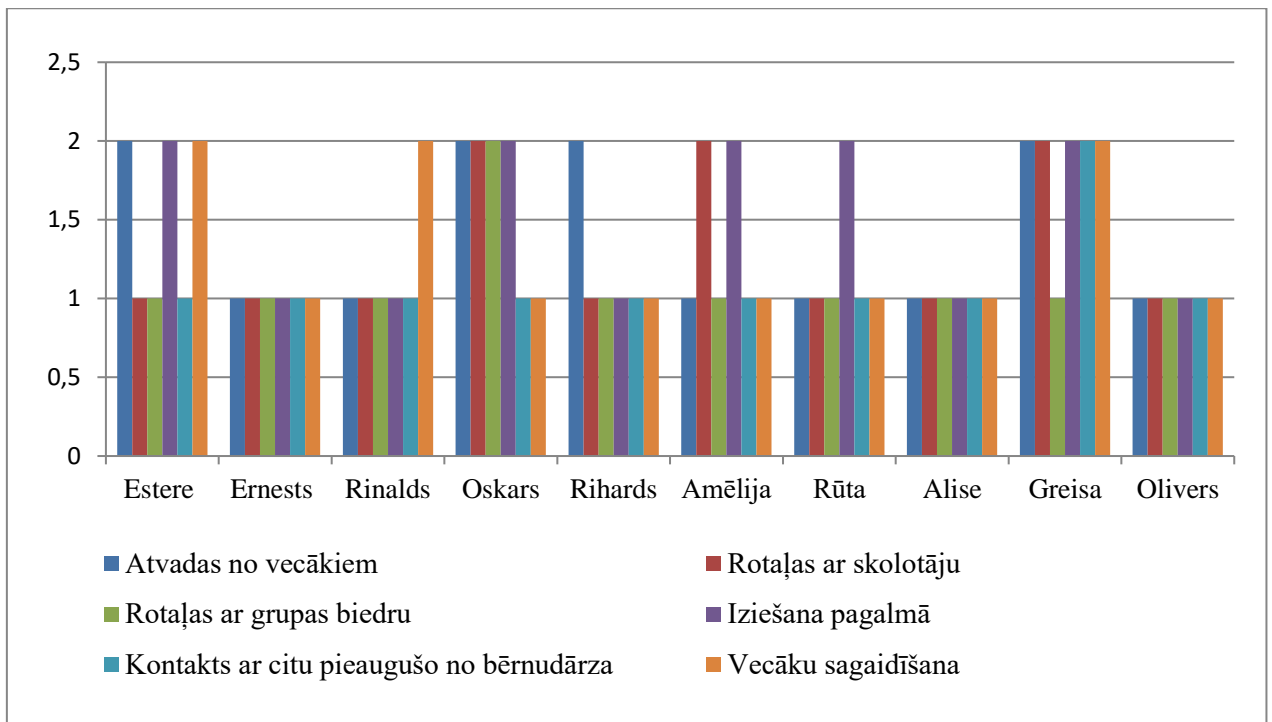
	Atvadas no vecākiem	Rotaļas ar skolotāju	Rotaļas ar grupas biedru	Iziešana pagalmā	Kontakts ar citu pieaugušo no bērnodārza	Vecāku sagaidīšana	Kopā
<b>Estere</b>	2	1	1	2	1	2	9
<b>Ernests</b>	1	1	1	1	1	1	6
<b>Rinalds</b>	1	1	1	1	1	2	7
<b>Oskars</b>	2	2	2	2	1	1	10
<b>Rihards</b>	2	1	1	1	1	1	7
<b>Amēlija</b>	1	2	1	2	1	1	8
<b>Rūta</b>	1	1	1	2	1	1	7
<b>Alise</b>	1	1	1	1	1	1	6
<b>Greisa</b>	2	2	1	2	2	2	11
<b>Olivers</b>	1	1	1	1	1	1	6

**Apzīmējumi:**

1. **punkts** - smaga adaptācija
2. **punkti** - vidēja adaptācija
3. **punkti** – viegla adaptācija

12 punkti – visvairāk iespējamie iegūtie punkti, kas norāda, ka adaptācijas process ir noticis viegli un ātri. Šādu punktu skaitu ieguvuši divi bērniņi – Greisa un Oskars. 6 punkti - vismazāk iespējamie iegūtie punkti, kas norāda, ka adaptācijas process bērnam noticis ļoti grūti. Smagu adaptācijas procesu ir piedzīvojuši trīs bērniņi – Ernests, Alise un Oskars. Pārējiem pieciem bērniņiem notikusi vidējās pakāpes adaptācija.

Lai labāk atspoguļotu 5. tabulā minētos datus, darba autore izveidoja diagrammu, kurā tika atspoguļoti vidējie rādītāji katrā no kritērijiem (sk. 1. attēlu):



### 1.attēls. Bērnu adaptācija septembrī

Apkopojot rezultātus var secināt, ka septembris bērniem ir bijis grūts laiks, bērni svešā vidē jutās ļoti nedroši. Ja par veiksmīgu adaptāciju norāda 18 punktu skaits, tad var redzēt, ka septembrī viņi jutās ļoti nedroši.

Vissliktāk jutās seši bērni – Ernests, Rinalds, Rihards, Rūta, Alise, Olivers. Šie bērniņi ļoti pārdzīvoja, ka tiek atrauti no ierastās vides. Un visvairāk pārdzīvoja, ka ir atrauti no mammas, no ģimenes. **Alisīte** bija pati nelaimīgākā. Viņa vēl nemācēja staigāt. Ja citi bērni raudot aizgāja līdz skolotājai, lai meklētu mierinājumu, tad Alise bija tik apjukusi un nelaimīga, ka pat nerāpoja. Lai gan **Rihards** nav vienīgais bērns ģimenē, arī viņš nošķirtību no ģimenes pārdzīvoja ļoti spēcīgi. Jo, Riharda vecākās māsas viņu mājās ļoti apčubina, lolo, lutina. Rihardam grūtības iejusties bērnudārzā sagādāja arī tas, ka viņu radināja nokārtoties uz podiņa. Uzsākot bērnudārza gaitas, viņam tas arī izdevās. Ļoti grūti adaptēties bija **Ernestam**. Septembrī viņš katru dienu visas dienas garumā tikai raudāja. Dažreiz raudāšanai bija īsi pārtraukumi. Ēstgriba viņam arī pasliktinājās. **Olivers** ir tēta, mammas un māsas luteklītis. Visvairāk jau pati mamma nevar bērnu atlaist uz bērnudārzu. Olivers to jūt. **Rinalds** vispār nesaprata, kur atrodas. Visu laiku ir nobijies. Baidās no jeb kura trokšņa. Viņš sameklē trīs bumbiņas, aiziet uz grupiņas tālāko stūri, apsēžas un šūpojas. Lai gan ir bērni, kuriem dažos novērošanas kritērijos ir diezgan labi rādītāji, jo izskatās, ka **Estere** labi iejutusies grupiņā. Viņa pat āra laukumīnā uzreiz atrada sev nodarbošanos. Bet nodarbi viņa meklēja tikai tāpēc, ka viņa ne sekundi nevar mierīgi nostāvēt. Viņa nespēj iet kopīgi ar skolotāju, iedodot roku, jo viņa ierauga simtiem vietu uz kuriem var aizskriet, apskatīt. Labākie rādītāji ir **Oskaram**. Viņš grupiņā viens no pirmajiem viegli un ātri adaptējās. Kā noskaidrojām sarunā ar

vecākiem, Oskars ģimenē nav vienīgais bērns, viņam ir vēl divi lielāki brāļi. Tāpēc Oskars viegli iejutās starp citiem bērniem un pieaugušajiem. Labs adaptācijas rādītājs ir arī **Greisai**.

Arī viņai ģimenē ir lielāki brāļi un māsas. **Amēlijai** un **Rūtai** arī labi rādītāji apmeklējot āra laukumiņu. Kā noskaidrojās sarunās ar vecākiem, abas meitenes katru dienu apmeklē pilsētā kādu no bērnu rotaļu laukumiem.

***Secinājumi** – vieglāk adaptēties grupiņā bija tiem bērniem, kuriem ģimenē ir vēl lielāki brāļi un māsas. Viegli adaptēties ir arī tiem bērniem, kuri būdami mājās, tika uzticēti arī citiem mīļiem cilvēkiem. Visgrūtāk adaptēties bija bērniņiem, kuri ģimenē ir vienīgie bērni vai kuri ir pārāk izlutināti.*

### 2.3. Pētījuma norises apraksts

Lai atvieglotu bērniem adaptācijas procesu, darba autore savā pētījumā izmantoja dažādas **rotallietas, ucināmās un pirkstiņu spēles**. Visas šīs rotaļas bija virzītas, lai bērnam veidotos pārsteiguma moments, lai kļiedētu viņa uztraukumu, ka paliek bez mammas. Jo darba autore savā pētījumā ievēroja, ka tieši pārsteiguma momenti palīdz bērnam vieglāk adaptēties svešajā vidē. Un tā arī starp bērnu un audzinātāju veidojas pozitīvs kontakts. Viens no galvenajiem pārsteiguma momentiem notiek no paša rīta, kad darba autore no vecākiem saņem bērniņu. Daži pārsteiguma momenti tika izmantoti ap pulksten 10.00, kad darba autore manīja, ka bērniņi, jau sāk kļūt tramīgi, jau atkal grib raudāt pēc mammas. Un daži pārsteiguma momenti tika atstāti pēcpusdienai, kad ir jau paēsts launags.

Galvenais nosacījums pie šīm aktivitātēm – lai vismaz ik pārdienu pārsteiguma momentu aktivitātes mainītu vietām. Dažreiz darba autore dažas no šīm aktivitātēm „noliek atpūsties” – kādu laiku neizmanto. To darba autore sāka darīt, kad ievēroja, ka mazajiem bērniņiem sāka apnikt kāda rotaļa. Kad pagāja kāda nedēļa – rotaļu atkal varēja rādīt bērniem un viņi atkal bija priecīgi.

#### **Pārsteiguma tārpiņš.**

Ir notamborēts mazs tunelis, kuram viens gals ir ciet. Tunelītī iekšā ir bumbiņas, kuras ir krāsainas un grabošas. Bumbām ir tāds izmērs, lai bērns var paņemt rokās (sk.2.att).



### **2.attēls. Pārsteiguma tārpiņš**

Kad no rīta vecāki skolotājam uz rokām iedod bērniņu, viņa ar bērniņu aiziet uz tālāko grupiņas stūri, kur uz plaukta ir paslēpies tārpiņš. ( Skolotāja aiznes bērnu uz tālāko grupiņas stūri tikai tāpēc, ka gar grupiņas logiem var redzēt, kā aiziet vecāki.) Skolotāja ar pārsteiguma izsaučieniem – „Skat, kas mums te slēpjas, ko mēs nevaram dabūt rokās!!” – no plaukta paņem tārpiņu. Un tad skolotāja ar pārsteiguma izsaučieniem „izbur ” no tārpiņa vēdera ārā bumbu. Bumba ir krāsaina un skanoša. Pēc tam skolotāja „izbur ”vēl vienu bumbiņu un vēl vienu. Un „netīšām ” bumbiņa nokrīt zemē radot grabošu skaņu.

Tikmēr bērns ir beidzis raudāt un ieinteresēts, kā uzrodas bumbas un kur aizripoja koša, skanoša bumbiņa. Šī rotaļa ļoti aizrauj bērniņu un satuvina ar skolotāju. Jo šīs rotaļas laikā bērns ir skolotājam uz rokām, bērns tiek samīļots un viņā raisās pozitīvas emocijas, jo tiek gaidīts pārsteigums. Šis pārsteiguma tārpiņš ļoti palīdzēja **Martai** adaptēties jaunajā vietā. Ceturtajā dienā ejot pie tārpiņa, Marta pakratīja galvu un ar žestiem parādīja, ka neies pie tārpiņa un aizgāja spēlēt uz paklāja pie citiem bērniem. Šis tārpiņš palīdzēja satuvināties **Rinaldam** ar bērniem, jo viņam vēl joprojām patīk uzturēties grupiņas tukšākajā, tālākajā stūrī. Šī rotaļa satuvina kopā arī bērnus savā starpā, jo bērni ir izdzirdējuši skanošās bumbiņas un steidz palīgā sameklēt, kur tās paripojušas. Kamēr zēni cenšas skolotājam palīdzēt salasīt bumbas, meitenes cenšas bumbiņas nočiept un aizbēgt.

Kad bērni ir nomierinājušies un izspēlējušies, visas bumbiņas tiek atliktas atpakaļ tārpiņā un tārpiņš nolikts plauktā, lai var sagaidīt citu raudošu bērnu.

### **Pārsteiguma maiss**

Necaurspīdīgā maisiņā iekšā ielikti mazi rotaļu dzīvnieciņi (sk.3.att.).



*3.attēls. Pārsteiguma mais*

Dzīvnieciņiem ir jābūt tādā izmērā, lai bērns to nevarētu norīt, vai savainoties ar kādu no tā detaļām. Rotaļlietai jābūt tādai, lai bērns no tās nenobītos. Darba autore gadījumā nedrīkstēja izmantot rotaļlietas, kas bija degunradži, dinozauri, jo bērni no tiem baidījās. Protams, ka maisiņā var būt arī auto rotaļas, tik atkal jāskatās, lai bērns kādu no detaļām nevar norīt. Skolotāja ar pārsteiguma izsaučieniem mudina bērnu izvilkēt kaut ko no maisa. Maisam galu attaisa vaļā tikai tik, lai tur iekšā varētu iebāzt tikai bērna roku, lai bērns neredz, ko paņemt. Izvelkot rotaļlietu, atkal veidojas bērnam pārsteiguma moments. Viņam pazūd raizes, ka mamma ir aizgājusi. Un skolotājai veidojas pozitīvs kontakts ar bērnu.

Šo rotaļu labāk spēlēt, kad bērns jau nedaudz adaptējies jaunajā vidē, kad jau radusies uzticība skolotājai. Jo pēc darba autore novērojumiem, ne visi bērniņi ir drosmīgi, lai ieliktu savu rociņu maisa caurumā. Rotaļa vairāk patika zēniem, viņiem patika pārsteiguma moments un patika, ka varēja savā valodīņā vai ar žestiem norādīt, ka atpazinuši dzīvnieku. Meitenes bija ieinteresētas dabūt dzīvnieciņu, lai var aizbēgt – uzsākot ķeršanas rotaļu.

### **Koša, skanoša manta**

Kad no rītiem bērniņš vēl raud, viņu spēj aizraut kāda koša, skanoša manta. Šādu mantu skolotāja dod bērniņam tikai tad, kad redzēja, ka nekas cits bērniņu nedomierinās. Kad bērns rotaļājoties ir aizmirsis par saviem krenčiem, skolotāja nemanot bērnam, rotaļlietu noliek atpakaļ plauktā. Šī rotaļlieta ļoti palīdzēja **Ernestam, Rihardam un Oliveram.**

## **Kaķīts gāja tipu, tapu**

Šo bērniem patika spēlēt pēcpusdienās. Bērniņš noguļas uz paklāja uz vēdera. Skolotāja ar pirkstu galiem pa bērna muguru bungo no pleciem uz leju un skaita savu sacerēto pantiņu:

„Kaķīts gāja tipu tapu  
mazus bērnus kaitināt.  
Sunīts rēja vau, vau, vau  
Kaķīša vairs nav.”

Beigās skolotāja pakutina bērna sānus.

Bērniem ļoti patīk šī rotaļa, viņi apguļas uz muguras un prasa, lai to pašu dara uz vēdera. Parasti **Oskars** ierosina šo rotaļu. Nāk pie skolotājas ar izstieptām rokām un saka: ”Kaķīts ņau, kaķīts ņau.” **Greisai** patīk spēlēties vienai, bet ieraugot, ka būs šī rotaļa, viņa nāk klāt un ar žestiem rāda, ka arī viņa grib šo rotaļu. Parasti viņa neko neprasa.

Jāņem vērā, ka ne visi bērni gulsies uz paklāja. Citi negrib gulties, tad šo rotaļu var spēlēt arī, ja bērns stāv kājās. Skolotājai vienmēr jāapskatās, lai šo rotaļu izspēlē arī nedrošie bērniņi. Jo tie vienmēr kautrīgi un nedroši stāvēs malā. Jāņem vērā, ka būs bērni, kas negribēs spēlēt šo rotaļu, tad arī nevajag viņiem ar varu uzspiest. Skolotājai ir jābūt pacietīgai un jāgaida, kad bērns pats pienāks klāt. Šajā rotaļā nepiedalījās **Olivers**, jo viņš ļoti bieži slimoja. Viņš tikai kratīja galvu, ka klāt nenāks. Pēcpusdienā klāt jau nāca **Rinalds** un izrādīja interesi, ka arī grib šo rotaļu.

## **Vāru, vāru putriņu**

Skolotāja paņem bērna rociņu un imitē viņa plaukstiņā putras vārīšanu un skaita pantiņu:

Vāru, vāru putriņu.  
Pieci milti katliņā  
Tam būs, tam būs, tam būs,  
Bet tam pietrūkās.  
Pelīte aizskrien pēc miltiem.

Beigās skolotāja imitē ar saviem pirktiem pelīti, kura ieskrien bērna padusītē pēc miltiem un pakutina bērna padusīti. Šī rotaļa patika tikai tiem bērniem, kuriem kūti. Rotaļa patika **Oskaram, Rinaldam**. Rinaldam ļoti patīk rotaļas, kurās ir fizisks kontakts, jo tā viņš sajūt drošību un nomierinās. Pateicoties šīm rotaļām, Rinalds kļūst drošāks.

## **Rotaļas skolotājai klēpī (ucināmās rotaļas)**

Skolotāja nosēžas tā, lai bērns pats varētu iekāpt klēpī, bet, lai iekāpšana sagādātu nelielas grūtības.

Skolotāja skaita pantiņu un šūpina bērnu.

Tā jā j kungi, tā jā j kungi

*skolotāja strauji kustina ceļus, imitē jāšanu*

Dipadadā, dipadadā.

Tā jāj zemnieciņš, tā jāj zemnieciņš

*lēni šūpina bērnu*

Tā jāj (nosauc bērna vārdu)- bāc!

*Jātnieks „iekrīt bedrē” skolotāja tura bērnu, papleš kājas, it kā bērns iekrīt bedrē.*

### **Kas dārzā, kas dārzā**

Bērns, pārvarot grūtības ( skolotāja „netīšām” nosēžas tā, lai bērnam būtu jāpapūlas iekāpt klēpī) ir iesēdies skolotājam klēpī. Skolotāja apķer bērnu pie vidukļa un skandina dziesmiņu:

Kas dārzā, kas dārzā

*Skolotāja šūpina bērnu liecot viņu strauji pa kreisi un*

*strauji pa labi. Jāņem vērā, katra bērna bailes un drosmi, cik strauji šūpināt.*

Bitīt rožu dārziņā.

Kas dārzā, kas dārzā

Bitīt rožu dārziņā.

### **Kritiens bezdibēnī**

Šoreiz bērns apsēžas ar seju pret skolotāju. Skolotāja savas rokas sakrusto bērnam uz muguras, tā, lai atbalstītu visu bērna muguru. Skolotāja strauji papleš kājas un liecas ar bērnu uz leju – imitējot kritienu bezdibēnī.

Pirms ucināmajām rotaļām notiek cīniņš, kurš pirmais nokļūs skolotājas klēpī. Pirmā vienmēr ir **Rūta**. Rūta vienmēr meklēs izdevību būt skolotājas tuvumā, ierāpties viņas klēpī. Viņa parasti to dara tik nemanāmi un klusām, jo ir tik ļoti maziņa un smalka. Viņai pieskaršanās, samīļošanās kontakts ir ļoti nepieciešams. Viņa vēl nevar iedzīvoties bērnudārzā.

Katrs bērns tiek izšūpināts vairākas reizes. Viņu sejiņās tad parādās neizsakāmi lielas laimes pilns smaids, kuru nevar redzēt visas dienas garumā. Bērni, kuri nepiedalās šajā rotaļā, ir **Rihards** un **Olivers**. Olivers bieži slimo, atnākot uz grupiņu, nepaspēj adaptēties, kad atkal ir jau slims. Rihards protestē pret bērnudārzu.

### **Bumbu baseins**

Plastmasas baseins, kurā iebērtas daudz, krāsainas bumbas.

Šis baseins bija vienīgā vieta, kur mazā **Alisīte** jutās droši. Parunājot ar māti, noskaidrojās, ka tāds bumbu baseins ir arī mājās.

Vairākas konkrētas rotaļlietas palīdzēja bērniem aizmirsties, iejusties grupiņā (sk 4. attēlu).



#### 4. attēls. Rotaļlietas, kas palīdzēja bērniem adaptācijas procesā

**Rotaļu auto** palīdzēja **Rihardam** adaptēties grupiņā. Sarunās ar vecākiem darba autore uzzina, ka tāds auto ir arī mājās un Rihards labprāt ar tādu braukā.

**Maģiskā virtuve.** Bērniem ļoti patīk darboties ar spēļu traukiem, dārzeņiem. Viņi „cep un vāra”. Bērni labprāt pacienā audzinātāju un auklīti. Bet, ne viss mums garšo. Tad bērni iet un „uzlabo ēdienu”. Vislabprātāk pie plīts darbojas zēni.

**Masāža.** Bērniem ļoti patīk, kad ar šo bumbu izmasē viņiem visu ķermeni. Bērni nogūlās rindiņā uz paklāja, un pedagogs vienam pēc otra izmasē vēderu. Tad visi apgriezās uz vēderiem, un pedagogs izmasē visiem muguras.

**Secinājumi** – *Lai novērstu bērna uzmanību, rotaļlietām ir jābūt tādām, kas veicina bērnā pārsteiguma momentu. Ļoti labi, ja grupiņā ir rotaļlietas, kādas bērnam nav mājās. Tad arī bērnā veidojas pārsteigums un prieks, kas novērš uzmanību no raudāšanas.*

## 2.4. Pētījumā iegūto datu apkopojums un analīze

Lai noskaidrotu, vai bērns ir spējis adaptēties jaunā vidē, darba autore bērnus novēroja novembrī un februārī. Bērni tika novēroti vēl februārī, jo daži no viņiem bieži slimoja, tāpēc nevar novembra vērtējumus saukt par objektīviem (sk.6.tabulu).

6.tabula. Bērnu adaptācijas kritēriju rādītāju izvērtējums-novembrī

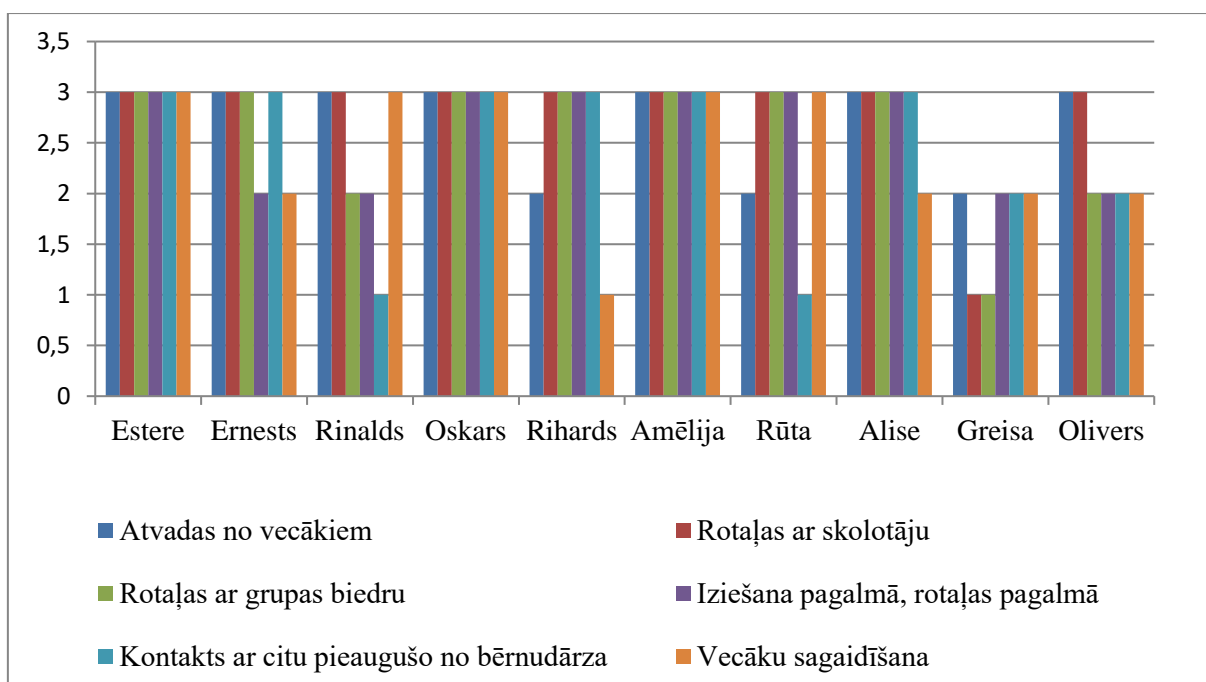
	Atvadas no vecākiem	Rotaļas ar skolotāju	Rotaļas ar grupas biedru	Iziešana pagalmā, rotaļas pagalmā	Kontakts ar citu pieaugušo no bērnudārza	Vecāku sagaidīšana	Kopā
<b>Estere</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Ernests</b>	3	3	3	2	3	2	16
<b>Rinalds</b>	3	3	2	2	1	3	14

<b>Oskars</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Rihards</b>	2	3	3	3	3	1	15
<b>Amēlija</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Rūta</b>	2	3	3	3	1	3	15
<b>Alise</b>	3	3	3	3	3	2	17
<b>Greisa</b>	2	1	1	2	2	2	10
<b>Olivers</b>	3	3	2	2	2	2	14

**Apzīmējumi:**

1. **punkts** - smaga adaptācija
2. **punkti** - vidēja adaptācija
3. **punkti** – viegla adaptācija

Vislielākais punktu skaits, ko varēja iegūt visos kritērijos, ir 18 punkti. Tos ir sasnieguši 4 bērni, kuri viegli pārvarēja adaptācijas grūtības. Pārējie bērni izgājuši vidējo adaptācijas posmu. Lai labāk atspoguļotu 6. tabulā minētos datus, darba autore izveidoja diagrammu, kurā tika atspoguļoti vidējie rādītāji katrā no kritērijiem. (sk.5. attēlu)



**5.attēls. Bērnu adaptācija novembrī**

Apkopojot rezultātus, kā bērni adaptējušies novembrī, var secināt, ka adaptācija noritējusi veiksmīgi. **Estere, Oskars, Amēlija** un pat mazā **Alisīte**, kurai septembrī bija tikai 1,3 gadiņi un vēl nestaigāja, novembrī jūtas ļoti labi. Vislielākais un patīkamākais izbrīns ir par **Esteri**. Septembrī izskatījās, ka viņa vispār nespēs iejusties grupiņā, ka viņa nekad nespēs adaptēties.

**Ernests, Rihards** un **Rūta** bieži slimo. Tāpēc viņi vēl līdz galam nespēj adaptēties jaunajā vietā. Atnākot uz grupiņu pēc slimības, viņiem viss adaptācijas process sākas no jauna. **Rinalds** salīdzinājumā ar apmeklējumu septembrī, jau piedalās skolotājas organizētajās rotaļās. **Rihards** ir palicis vienīgais bērns, kas pēcpusdienā ļoti skumst pēc vecākiem, nevar tos sagaidīt. Visvairāk viņš gaida mammu, jo tad no viņas var izdīkt knupi. Mamma mums noteica, ka viņa Rihardu atradina no knupja, lai mēs nedodam. Grupiņā Rihards neprasa knupi. Rihardam grūtības iejusties bērnudārzā sagādāja arī tas, ka viņu radināja nokārtoties uz podiņa. Uzsākot bērnudārza gaitas, viņam tas arī izdevās. Bet nu parādās tendence, ka viņš sāk podiņu ignorēt. **Rūtai** vēl joprojām sagādā problēmas kontakts ar citiem pieaugušajiem. Viņa uzticas tikai skolotājam un auklei. Nevienam citam klāt neiet un neļauj sev palīdzēt. Grupiņā viņa ir adaptējusies ļoti labi, tikai viņai ir problēmas atvadīties no vecākiem. Tad Rūta grib pačīkstēt, kamēr vecāki dzird, bet kad vecāki ir prom, tad arī asariņa beidzas. Izskatās, ka **Greisai** patīk spēlēties vienai pašai. Viņa var visu dienu barot, auklēt, satīt, likt gulēt zvēriņus un lelles. Bet darba autore novērojot Greisu, redzēja, ka viņa labprāt pabūtu ar skolotāju divatā, tik Greisa apskatās, ka skolotāja ir aizņemta un aiziet spēlēties viena. Greisa nav no tiem bērniem, kas citus pagrūdīs malā, lai tiktu skolotājai klēpī vai viņas tuvumā. **Olivers** no rītiem jau spēj atvadīties no vecākiem bez raudāšanas, labprāt piedalās kopīgās rotaļās ar skolotāju.

Tālāk tiek apkopots, kā adaptācija notika februārī. (sk.7.tabulu).

*7.tabula. Bērnu adaptācijas kritēriju rādītāju izvērtējums februārī*

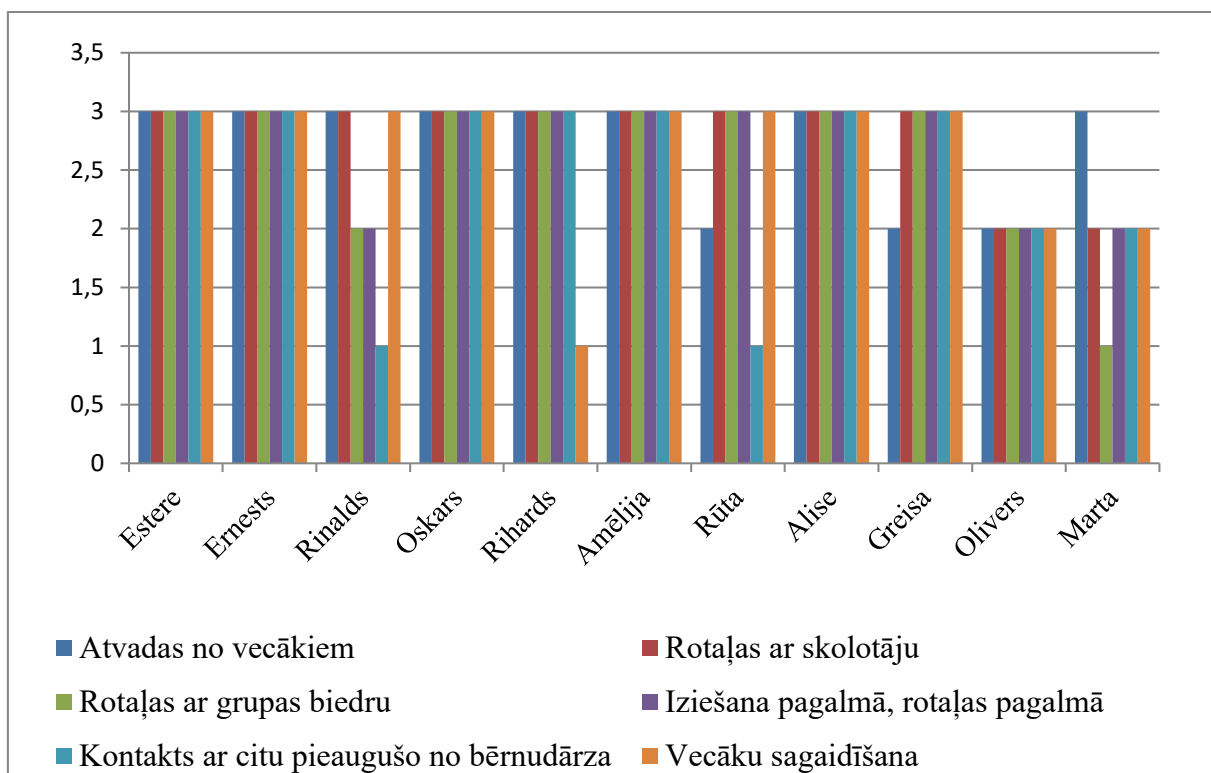
	Atvadas no vecākiem	Rotaļas ar skolotāju	Rotaļas ar grupas biedru	Iziešana pagalmā, rotaļas pagalmā	Kontakts ar citu pieaugušo no bērnudārza	Vecāku sagaidīšana	Kopā
<b>Estere</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Ernests</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Rinalds</b>	3	3	2	2	1	3	14
<b>Oskars</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Rihards</b>	3	3	3	3	3	1	15
<b>Amēlija</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Rūta</b>	2	3	3	3	1	3	15
<b>Alise</b>	3	3	3	3	3	3	18
<b>Greisa</b>	2	3	3	3	3	3	17
<b>Olivers</b>	2	2	2	2	2	2	14
<b>Marta</b>	3	2	1	2	2	2	12

### Apzīmējumi:

1. **punkts** - smaga adaptācija
2. **punkti** - vidēja adaptācija
3. **punkti** – viegla adaptācija

Kā redzam tabulā, februārī jau 6 bērni pārvarējuši adaptācijas posmu un iekļāvušies jaunajā vidē.

Lai labāk atspoguļotu 7. tabulā minētos datus, darba autore izveidoja diagrammu, kurā tika atspoguļoti vidējie rādītāji katrā no kritērijiem.(sk. 6. attēlu).



**6.attēls.Bērnu adaptācija februārī**

Skatoties uz tabulas un diagrammas stabiņiem, var redzēt, ka bērni veiksmīgi adaptējušies. Tikai **Rinalds** vēl joprojām raud un meklē audzinātāju, ja grupiņā ienāk svešs cilvēks. Bet pēc darba autores domām, tur darbs ir psihologam. **Rihards** vēl joprojām dažreiz raudot gaida mammu, bet tikai tāpēc, ka mamma netiek ar viņu galā un viņš tiek pie knupja. Pēc mammas teiktā, Rihards mājās nokārtojas tikai uz podiņa. Bet grupiņā viņš vairs uz podiņa neprasās – visu nokārtojas pamperā. Tas tikai norāda, ka viņam ir grūtības ar adaptāciju. **Rūtai** atvadas no vecākiem ir pagrūtas, bet tikai tāpēc, ka viņu slimu ved uz dārziņu. **Oliverts** ļoti bieži un ilgi slimo. Viņam katra atgriešanās dārziņā ir kā jauna adaptācija. Un janvārī mūsu grupiņai pievienojās **Marta**. Viņa ļoti ātri un veiksmīgi spēja adaptēties, jo skolotāja spēja viņai vairāk pievērst uzmanību un palīdzēt iejusties grupiņā. Jo februārī pārējie bērni jau bija iemācījušies spēlēt patstāvīgi vai kopīgi.

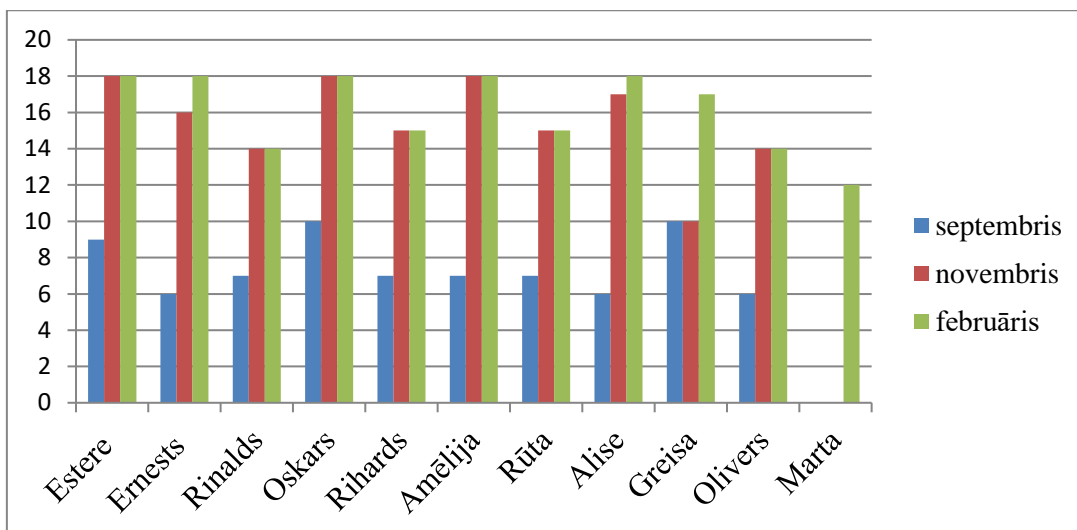
Lai uzskatāmāk redzētu, kā noritējusi bērniem adaptācija, darba autore izveidoja septembra, novembra un februāra mēnešu kopīgu tabulu (sk. 8. tabulu).

*8.tabula. Kopīgs rādītājs*

	septembris	novembris	Februāris
<b>Estere</b>	9	18	18
<b>Ernests</b>	6	16	18
<b>Rinalds</b>	7	14	14
<b>Oskars</b>	10	18	18
<b>Rihards</b>	7	15	15
<b>Amēlija</b>	7	18	18
<b>Rūta</b>	7	15	15
<b>Alise</b>	6	17	18
<b>Greisa</b>	10	10	17
<b>Olivers</b>	6	14	14
<b>Marta</b>			12

Tabulā ir redzams, ka jau novembrī vairumam bērnu, adaptācija bērnudārzā noritējusi veiksmīgi. **Ernestam** bija ļoti smaga adaptācija, bet arī viņš ir spējis adaptēties jaunajā vidē. Tagad Ernests grupiņā ir jautrākais, aktīvākais bērns. Viņš cenšas visus smīdināt. **Olivers** turpina slimot. Tas tikai norāda, ka vēl nespēj adaptēties jaunajā vidē. **Rūta** arī līdz galam nespēj pieņemt pārmaiņas savā dzīvē. Rūta jau oktobrī tika iemācīta izmantot podiņu. Janvārī un februārī novērojām, ka viņai ir problēmas ar slāpināšanu bikšselēs. Pārāk ātri un pārāk daudz vecāki no viņas paprasīja – jauna vide, podiņmācība, knupīša atņemšana. Pēc darba autores izvirzītajiem kritērijiem redzams, ka mazā **Alisīte** arī veiksmīgi spējusi adaptēties jaunajā vidē. Bet janvāra beigās tika novērots, ka Alisei ir uzradušās problēmas ar ēšanu – viņa var apēst ļoti daudz un prasa vēl. Un tā notiek katrā ēdienreizē. Kad Alisei liekas, ka pieaugušie neredz, viņa ēdienu mutē sastūķē ar rokām. Ir novērojams, ka Alisei veidojas dīvains muguras izliekums ar priekšā izspīlētu vēderu. Uzdodot mammai netiešus jautājumus, secinājām, ka mājās Alise arī ēd ļoti daudz.

Lai labāk atspoguļotu 8. tabulā minētos datus, darba autore izveidoja diagrammu, kurā tika atspoguļoti vidējie rādītāji katrā no kritērijiem.(sk. 7. attēlu).



**7.attēls. Kopīgie adaptācijas rādītāji**

Šajā attēlā ir redzams, ka rotaļas ar audzinātāju, kas balstītas uz pārsteiguma momentu ir bērniem sekmīgi palīdzējušas pārvarēt grūto adaptācijas laiku. Jo rotaļa nav tikai rotaļāšanās, bet rotaļas laikā veidojās pozitīva saskarsme starp bērnu un skolotāju. Jo mazbērnu vecums ir tas vecums, kad viņiem ļoti, ļoti vajag mīļu pieskārienu, samīļošanu. Un šīs rotaļas viņiem to sniedza.

*Apkopojot rezultātus var secināt, ka darba autores izvirzītā hipotēze ir apstiprinājusies. Ir apstiprinājies, ka adaptācija norisināsies veiksmīgi, ja skolotāja pedagoģiskajā procesā ar bērniem izmantos interesējošas rotaļas un rotaļlietas, kas bērnos raisīs pārsteiguma momentu.*

## Secinājumi

1. Adaptācija ir veids, kā cilvēks pielāgojas jauniem sociāliem apstākļiem. Adaptācija mazbērna dzīvē ir grūts laiks. Viņš tiek atrasts no ierastās vides, mīļiem cilvēkiem. Dažiem bērniem sava īsā mūža laikā nav bijusi saskare ar citiem cilvēkiem un bērniem, kā tikai ar sev mīļiem cilvēkiem. Atvedot uz pirmsskolas iestādi, bērnam jau no pašas pirmās dienas ir jāpaliek svešā vidē bez mīļiem cilvēkiem. Viņam ir jāpielāgojas jauniem apstākļiem, noteikumiem, svešiem pieaugušajiem un bērniem.
2. Katrs bērns šo adaptācijas laiku pārvar savādāk. Kāds viegli un ātri iejutīsies jaunajā vidē, kādam šis pielāgošanās laiks prasīs mazliet ilgāku laiku, bet būs bērni, kas adaptāciju pārvarēs ar grūtībām.
3. Adaptācijas procesa norise ir atkarīga gan no bērna individuālajām, gan fiziskajām un psihiskajām īpatnībām.
4. Svarīgi organizēt savu darbu tā, lai tiktu ņemts vērā katra bērna emocionālais stāvoklis un tiktu ievērotas bērna vecuma attīstības likumsakarības.
5. Adaptācijas procesā svarīga loma ir skolotājam. Skolotājam jābūt laipnam, sirsnīgam ar patiesu smaidu. Skolotājam ir jāmīl bērni, jāmīl rotaļāties ar bērniem.
6. Adaptācijas periodā rotaļa ir skolotājas galvenais palīgs viņas darbā. Jo ar rotaļas palīdzību starp pedagogu un bērnu veidojas emocionāls kontakts un bērns sāk uzticēties pedagogam. Ar rotaļas palīdzību bērns ātrāk adaptējas jaunajā vidē. Izvēloties rotaļu, galvenais nosacījums, lai tā patiktu, gan bērnam, gan skolotājam
7. Rotaļa ir neatņemama dzīves sastāvdaļa. Rotaļas palīdz bērnam veiksmīgāk adaptēties jaunajā vidē. Rotaļas rada bērnos prieku, apmierinājumu, drošību un palīdz uzlabot emocionālo pašsajūtu adaptācijas periodā.
8. Rotaļa pārsteigums, ļoti palīdzēja bērniem adaptēties jaunajā vietā. Pārsteigums bērnos izraisīja izbrīnu, pārsteigumu, prieku, smaidu, jautrību un nevaldāmus smieklus.
9. Lai bērns veiksmīgāk adaptētos, rotaļlietas un rotaļas ir jāmaina. Nevar izmantot vienas un tās pašas rotaļas.
10. Adaptācijas procesā ir jābūt savstarpējai sadarbībai starp vecākiem un skolotāju. Skolotājam ir jāveicina situācija, ka vecāks uzticas pedagogam un labprāt sadarbojas.
11. Pētījuma sākumā izvirzītā hipotēze ir apstiprinājusies. Bērna adaptācija norisinājusies veiksmīgi, jo skolotāja pedagoģiskajā procesā izmantoja bērniem rotaļlietas, kas veicināja bērnos pārsteiguma momentu.

## Priekšlikumi

1. Lai adaptācija noritētu vieglāk, ir nepieciešama individuāla pieeja katram bērnam. To pedagogs var panākt, ja grupiņā bērnudārza gaitas uzsāk tikai 3 bērni, kuriem ik pēc nedēļas pievienojas klāt vēl 2 bērni.
2. Pedagogam ir jābūt gatavam, ka bērniem var nepatikt vai neinteresēt rotaļlietas, kuras viņš ir sagatavojis, kā pārsteiguma rotaļlietas. Šajā situācijā palīdz runāšanās ar bērnu, lai bērns dzird pedagoga laipno, mierīgo balsi un meklēt interesantu rotaļlietu ar pārsteiguma efektu.
3. Kontaktējoties ar bērnu, pedagogam labāk notuities bērna līmenī, lai veidojas acu kontakts, lai bērns saprot, ka pedagogs uzrunā tieši viņu.
4. Regulāri jāinformē vecāki, kā noris bērna adaptēšanās bērnudārzā. Pedagogam ar vecākiem jāveido pozitīva komunikācija.

## Literatūras saraksts

1. Batņa, V. (2007). *Rosinot bērna iekšējo pasauli. Teorija pieredze prakse*. Rīga: Raka.
2. Boulbijs, Dž. (1998). *Drošais pamats*. Rīga: Rasa ABC.
3. Brice, B. (2007). *Pirkstiņu rotaļas*. Rīga: Raka.
4. Brice, B. (2018). *Skaņu pasakas un ritma rotaļas. Rokasgrāmata skolotājiem un vecākiem*. Rīga: Zvaigzne ABC
5. Brice, B. (2013). *Viss sākas ar rotaļu*. Rīga: Raka.
6. Brzezińska, A.I, Czub, M. Ożadowicz, N. (2013). Adaptation of a three-year old child to preschool environment. *Edukacja. An interdisciplinary approach*,( 1), 25-40. Retrieved from: [https://www.researchgate.net/publication/264219656\\_Adaptation\\_of\\_three-year-old\\_child\\_to\\_preschool\\_environment\\_Edukacja\\_An\\_interdisciplinary\\_approach\\_1\\_25-40](https://www.researchgate.net/publication/264219656_Adaptation_of_three-year-old_child_to_preschool_environment_Edukacja_An_interdisciplinary_approach_1_25-40)
7. Buboviča, J., Studente, A. (2017). Tolerances jēdziens pedagoģijā. *Humanitārās un sociālās zinātnes*, 2017, Vol.27, 5.-14.lpp. Pieejams: <https://ortus.rtu.lv/science/lv/publications/26189>
8. Cherry, K. (2021). Adaptation in Piaget's Theory of Development. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/what-is-adaptation-2794815>
9. Datler, W., Ereky-Stevens, K., Hover-Reisner, N., & Malmberg, L.(2012). Toddlers' transition to out-of-home day care: Settling into a new care environment. *Infant Behavior and Development*, 35(3), 439 – 451. Retrieved from: Science Direct. doi: 10.1016/j.infbeh.2012.02.007
10. Dzalbe, S. (2017). Kustību rotaļas sekmīgai adaptācijai. *Pirmsskolā*, 19 (51), 3 – 6.
11. Dzintere, D. (2000). *Rotaļa kā īpaša kultūras forma un kultūras apguves veicinātāja*. Rīga: Izglītības solī.
12. Dzintere, D., Stangaine, I. (2012). Radošā rotaļa un spēle .*Ceļā uz skolu. Bērnu sagatavošana pamatizglītības ieguvei*. Rīga: Zvaigzne ABC, 176 – 200. lpp.
13. Dzintere, D., Stangaine, I. ( 2007). *Rotaļa – bērna dzīvesveids*. Rīga: Raka.
14. Enciklopēdijas. Pieejams: <https://www.letonika.lv/>
15. Gailuma, S., (2002). *Bērns kā individualitāte pirmsskolas izglītības iestādē*. Rīga: SIA Jumi.
16. Golubina, V. (2007). *Pirmsskolas pedagoģijas rokasgrāmata*. Rīga: SIA Izglītības solī.
17. Gonçalves, J.P. (2016). Ciclo Vital Início, Desenvolvimento e Fim da Vida Humana Possíveis – Contribuições Para Educadores. *Revista Contexto & Educação* 31(98):79-110. Retrieved from: Research Gate. doi: [10.21527/2179-1309.2016.98.79-110](https://doi.org/10.21527/2179-1309.2016.98.79-110)

18. Greble, V. (1973). *Latviešu bērnu folklorā*. Rīga, Zinātne.
19. Grůzov, L., Syslová, Z. (2017). Adaptation of two years old children in Czech preschool education. *International Journal of Learning and Teaching*, 9 (1): 349. Retrieved from: Research Gate. doi: [10.18844/ijlt.v8i5.1894](https://doi.org/10.18844/ijlt.v8i5.1894)
20. Ilzīte, N. (2017). Kā bērnā attīstās sociālās prasmes? *Pirmskol*, 9(49), 3 – 5.
21. Jasulaņeca, L. (2016). Bērna adaptācija pirmsskolā. *Studentu un maģistrantu zinātniskās konferences raksti*, Jelgava, 31- 36.
22. Kempbels, R. (2004). *Kā mīlēt savu bērnu*. AMNIS.
23. Krafte, B., (2000). *Pirkstiņu rotaļas*. Puse Plus.
24. Kristapsone, S., (2008). *Zinātniskā pētniecība studiju procesā*. Rīga: SIA Biznesa augstskola Turība.
25. Lasmanis, A. (2018). *Ievads pedagoģijā un ieskats kompetenču izglītībā*. Pieejams: <https://pedagogs.lv/2018/02/12/ievads-pedagogija-un-ieskats-kompetencu-izglitiba/>
26. Lasmanis, A. (2010). Mācību retrospektīvs raksturojums un perspektīva izglītības iestādē Latvijas Universitātes realizētā projekta „Profesionlajā izgltībā iesaistto visprizgltojošo mācību priekšmetu pedagogu kompetences paaugstinšana”. Rīga. Pieejams: <https://profizgl.lu.lv/mod/book/view.php?id=12252&chapterid=2481>
27. McLeod, S. (2020). Piaget's Theory and Stages of Cognitive Development. Retrieved from: <https://www.simplypsychology.org/piaget.html>
28. Nedimovič, T., Činč, E., Prtljaga, J. ( 2017). The Role and Significance of Game in Early Development of preeschool children. *International Journal of Teaching, Education and Learning*, 1 (1)51-66. Retrieved from: Scribd. doi: [//dx.doi.org/10.20319/pijtel.2017.11.5166](https://doi.org/10.20319/pijtel.2017.11.5166)
29. *Pedagoģijas terminu skaidrojoš vārdnīca*. (2000). Rīga: Zvaigzne ABC.
30. *Pirmskolas mācību programma*. (2019). Valsts izglītības satura centrs, e- ISBN 978-9934-540-17-2. Skatšanas datums from : <https://mape.skola2030.lv/resources/10>
31. Plaude, A. (2009). *Bērns starp pieaugušajiem*. Rīga: Zvaigzne ABC.
32. *Psiholoģija I*. (2015). Rīga: Zvaigzne ABC.
33. *Psiholoģijas vārdnīca*. (1999). Rīga: Mācību grāmata.
34. Pučure, I. (2000). Rotaļā – pirmsskolas vecuma bērnu pašapziņas sekmētāja. *Bērns kā vērtība ģimenē un pirmsskolā*. Rīga: Izglītības solī, 37. – 46. Lpp.
35. Puškarevs, I., (2001). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Raka.
36. Rupenheite, M. (16,12,2010). *Eriksona psihosociālās attīstības teorija – Ego psiholoģija*. Pieejams: <http://www.medkursi.lv/?p=1174>

37. Shonkoff, J.P., Phillips, D.A. (2000). *From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development*. National Research Council (US) and Institute of Medicine (US), ISBN-10: 0-309-06988-2. Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK225557/>. doi: 10.17226/9824
38. Skola2030, (2019). *Mācības pirmsskolā*. Pieejams: <https://www.skola2030.lv/vecakiem-un-skoleniem/pirmsskola>
39. Smilgaine, U. (2008). *Šūpuļdziesmas un ucināmās dziesmas latviešu bērnu folklorā*. (Latvijas Universitāte, Latvija).
40. Stangaine, I. (2015). *Bērna dzīvesdarbība rotaļā. Bērna sasniegumu veicināšana pirmsskolā*. Rīga: Raka
41. Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
42. Špona, A., Jermolajeva, J. (2015). *Bērns. Bērnība. Sasniegumu pētīšana*. Špona, A. *Bērnu sasniegumu veicināšana pirmsskolā*. 8.- 23. lpp. Rīga: RaKa.
43. Valsts izglītības satura centrs. *Metodiskie ieteikumi. Pirmsskolas mācību programmu īstenošanai*. VISC, (2016). Pieejams: [https://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met\\_iet\\_pirmsk\\_prog\\_ist.pdf](https://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met_iet_pirmsk_prog_ist.pdf)
44. Yazgin, E. (2017). Analysis of children is play in multicultural German kindergartens. *Ciencia E Tecnica Vitivinicola*. 32(10), 29 – 44. Retrieved from: [https://www.academia.edu/51136613/ANALYSIS\\_OF\\_CHILDRENS\\_PLAY\\_IN\\_MULTICULTURAL\\_GERMAN\\_KINDERGARTENS](https://www.academia.edu/51136613/ANALYSIS_OF_CHILDRENS_PLAY_IN_MULTICULTURAL_GERMAN_KINDERGARTENS)
45. Woźniak, G (2019). Everybody ready? Three steps to successful adaptation to the nursery. Retrieved from: <http://earlyyearsblog.eu/everybody-ready-three-steps-to-successful-adaptation-to-the-nursery/>
46. Барсукова, О. В. ( 2016). «Игры-секретки» для детей раннего и младшего дошкольного возраста / I Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург), Pieejams: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/209/11330/>
47. Бежаева, Д., Зиновенко, О., (2016). *Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада*. Междунар. науч. конф. (г. СанктПетербург, Свое издательство), Pieejams: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/209/11349>
48. Бузикова, И. (2016). *Роль игрушки-забавы в адаптационный период*. Pieejams: <https://www.maam.ru/detskijsad/prezentacija-rol-igrushki-zabavy-v-adaptacionyi-period.html>
49. Быкова, А. *Адаптация к садику. Как избежать ошибок*. Pieejams: <http://annabykova.ru/malishi-detskiy-sad/304.html>

50. Цыбикжапова, Д. С. (2017). *Адаптация детей к ДОО* // Молодойученый. — 2017. — № 18 (152). Pieejams: <https://moluch.ru/archive/152/43093/>
51. Харченко, М. А. (2018). Адаптация ребенка к условиям ДОУ. Проблемы и педагогические способы их решения. *Воспитатель детского сада*. Pieejams: <https://www.vospitatelds.ru/categories/7/articles/1312>
52. Крыжановская Н. В., Непомнящая Н. А. *Управление процессом адаптации младших дошкольников к условиям образовательной среды дошкольного образовательного учреждения* // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 35–42. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56973.htm>
53. Кулагина, И., (1999). *Развитие ребенка от рождения до 17 лет* Изд-во УРАО . Pieejams: <https://ipk74.ru/upload/iblock/7de/7dee11d66bbd359ac51cf1038655ba85.pdf>
54. Островская, Т.,(2008). Игровая методика введения детей в условия детского сада. *Психологическая наука и образование*, 13(3), 99-107. Полученное из: Psyjournals.ru.
55. Овсянникова, М.П., Кутняк, И.Н., Балакина И.Н., (2017) *.Значение игры для дошкольников.* Молодой учёный №9 (143). Pieejams: <https://moluch.ru/archive/143/40177/>
56. Русаков, А. (2010). Адаптация ребенка к детскому саду. Советы учителям и родителям. Pieejams: <https://ekniga.org/psihologiya/210103-adaptaciya-rebenka-k-detskomu-sadu-sovety-pedagogam-i-roditelyam.html>  
<https://www.litlib.net/bk/105875/read>
57. Сухомлинский, В. А., (1985). *Сердце отдаю детям* Издательство "Радянська школа" Pieejams: [http://lib.ru/KIDS/SUHOMLINSKIJ/serdce.txt\\_with-big-pictures.html#18](http://lib.ru/KIDS/SUHOMLINSKIJ/serdce.txt_with-big-pictures.html#18)