

LATVIJAS UNIVERSITĀTE

Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte

Profesionālā bakalaura studiju programma “Skolotājs” ar apakšprogrammu

“Pirmskolas un sākumskolas skolotājs”

Nepilna laika studijas

Olga Mūrniece

SOCIĀLĀS ADAPTĀCIJAS ĪPATNĪBAS

1,5-2 GADUS VECIEM BĒRNIEM

Bakalaura darbs

Darba autore

Olga Mūrniece

Vārds, uzvārds

Paraksts

Darba vadītāja

Asoc. prof.

Akadēmiskais amats

Mg.paed.

Zinātniskais

grāds

Baiba Brice

Vārds, uzvārds

Paraksts

RĪGA 2020

Anotācija

Bakalaura darba temats: Sociālās adaptācijas īpatnības 1,5-2 gadus veciem bērniem

Bakalaura darba autore:

Bakalaura darba zinātniskā vadītāja:

Darba apjoms: 52 lpp., ietver 7 attēlus, 7 tabulas, izmantotas 40 literatūras vienības, pievienoti 2 pielikumi.

Bakalaura darbs izstrādāts ar mērķi teorētiski un empīriski pētīt 1,5–2 gadu vecu bērnu sociālās adaptācijas sekmēšanas iespējas pirmsskolas pedagoģiskajā procesā.

Darba teorētiskajā daļā raksturots sociālās adaptācijas jēdziens un rādītāji, analizētas 1,5-2 gadus vecu bērnu attīstības īpatnības un šo bērnu adaptāciju pirmsskolas izglītības iestādē veicinošie paņēmieni.

Darba empīriskajā daļā raksturots pedagoģiskais process darbā ar pusotrgadīgiem bērniem, lielu uzmanību veltot tādiem paņēmieniem kā muzikālas rotaļas, bērnu elementārā muzicēšana, individuāla skolotāja un bērna mijiedarbības formas. Pētījuma rezultātā apstiprināta hipotēze: 1,5 – 2 gadus veci bērni veiksmīgi adaptēsies pirmsskolas izglītības iestādē, ja ikdienas pedagoģiskajā procesā bērniem tiks nodrošināta individuāla pieeja, iesaistot bērnu interesēm un vajadzībām atbilstošās muzikālās kustību aktivitātēs.

Pētījuma noslēgumā izstrādāti īsi ieteikumi pirmsskolas skolotājiem, kas piešķir šim darbam praktisku nozīmīgumu.

Atslēgas vārdi: sociālā adaptācija, 1,5-2 gadus veci bērni, pirmsskolas pedagoģiskais process, kustību rotaļas, muzikālās rotaļas

Annotation

Topic of the bachelor work: Social adaptation features of 1.5-2 year old children.

Author of the bachelor work: Olga Murniece

Scientific advisor of the bachelor work: Baiba Brice

Volume of the bachelor work is 52 pages, with 7 graphs, 7 tables, 40 cited publications, and 2 annexes.

The bachelor work is drafted with an objective to theoretically and empirically research opportunities to promote social adaptation of children ages 1.5-2 in pedagogical process.

Theoretical part of the bachelor work includes definition and indicators of social adaptation, analysis of developmental features of children aged 1.5-2 years, and methods used in education establishments to promote their adaptation.

Empirical part of the bachelor work describes pedagogical process of work with 1.5-2 year old children focusing on methods including musical games, playing music, forms of individual interaction between a pedagogue and a child. The research supports the hypothesis: 1.5-2 year old children will adapt successfully if individual approach is ensured in daily pedagogical process by introducing musical and movement activities in alignment with child's interests and needs.

The research concludes with short practical recommendations to teachers.

Keywords: social adaptation, 1.5-2 year old children, pre-school pedagogical process, movement games, musical games.

Saturs

Ievads.....	5
1. 1,5-2-gadīgu bērnu sociālās adaptācijas norises teorētiskās nostādnes.....	7
1.1. Sociālās adaptācijas jēdziens, komponenti un rādītāji.....	7
1.2. 1,5-2-gadīgu bērnu vecumposma raksturojums sociālās adaptācijas kontekstā.....	14
1.3. 1,5-2 -gadīgu bērnu sociālo adaptāciju veicinošie paņēmieni.....	20
2. Sociālās adaptācijas norises izpēte 1,5-2- gadīgu bērnu grupā.....	26
2.1. Pētījuma metodoloģija.....	26
2.2. Bērnu sociālās adaptācijas rādītāji pētījuma sākumā.....	27
2.3. Pētījuma gaita.....	32
2.4. Pētījuma rezultātu analīze un ieteikumu izstrāde pirmsskolas skolotājiem.....	38
Secinājumi.....	41
Izmantotās literatūras un avotu saraksts.....	43
Pielikumi.....	46

Ievads

Mūsdienu sabiedrība dzīvo strauji mainīgos sociāli ekonomiskajos apstākļos, kas rada nepieciešamību arī katram indivīdam pastāvīgi pielāgoties šīm pārmaiņām. “Skola 2030” metodiskajā izstrādē, pamatojot nepieciešamību pāriet uz kompetencēs balstītu pieeju izglītībā, precīzi norāda: „mūsdienu bērniem ir jāiemācās dzīvot pasaulē, kas nepārtraukti mainās, un nākotnē jābūt gataviem radīt līdz tam nepieredzētu ekonomisko, politisko, sociālo un kultūras vidi” (Kakse, 2017, 5). Tādējādi kompetencēs balstītā pieeja ir vērsta uz lietpratības veidošanu, kas uzlūkojama kā „bērna spēja kompleksi lietot zināšanas, prasmes un paust attieksmes, risinot problēmas mainīgās reālās dzīves situācijās” (Āboltiņa, 2018, 185).

Minētās atziņas atklāj adaptācijas mērķi – tā ir ne tikai vienreizēja pielāgošanās kaut kādai videi, piemēram, pirmsskolas grupai, bet spēja patstāvīgi adaptēties arvien mainīgai videi, kas ir sociālās kompetences stūrakmens.

Bērna spēja aktīvi iesaistīties izglītības iestādes norisēs, iespēja attīstīt kompetenci sava vecuma iespēju robežās, vispirms ir atkarīga no viņa adaptēšanās izglītības iestādē. L.Āboltiņas (2011, 2014, 2018) plašie pētījumi šajā jomā apliecina, ka sociālā adaptācija izglītības iestādē ir ļoti nozīmīgs process, kas ietekmē ne tikai bērna sekmes un mācību sasniegumus, bet arī aktivitāti un sabiedriskumu kopumā.

Analizējot jauno pirmsskolas izglītības saturu, var konstatēt, ka galvenā uzmanība tajā tiek veltīta sociālai jomai, caur kuru bērns apgūst visu mācību jomu saturu. Pirmsskolas izglītības 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 mācību programma, 2019, 6).

Lai šādu mērķi būtu iespējams sasniegt, bērnam vispirms ir jāiekļaujas jaunajā sociālajā vidē – pirmsskolas izglītības iestādē. Ja bērns jau no pirmajām dienām šo vidi uztvers kā svešu un naidīgu, gaidot, kad tā mainīsies atbilstoši bērna līdzšinējai pieredzei ģimenē, tad ievērojami palielinās iespēja, ka minētais izglītības mērķis tā arī paliks nesasniegts. Bērns, uzsākot apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi pusotra gada vecumā, kad viņa sociālā pieredze ir vēl niecīga un aprobežojas galvenokārt ar ģimeni, bieži nav gatavs mainīties un adaptēties šai videi. Tādēļ ļoti svarīgi palīdzēt bērnam pārvarēt pirmās sociālās grūtības, sekmēt bērna pirmo adaptēšanos, no kuras lielā mērā būs atkarīga viņa turpmākā pielāgošanās sociālās vides prasībām.

Pārskatot zinātnisko literatūru, nākas konstatēt, ka Latvijā lielāka uzmanība ir pievērsta skolas vecuma bērnu sociālās adaptācijas problēmām, savukārt plašākā zinātniskā

publikācija par mazbērna vecuma adaptācijas problēmām tapusi gandrīz pirms 20 gadiem (Gailuma, 2002). Arī ārzemju literatūrā adaptācijas problēmas bērniem līdz 2 gadu vecumam gandrīz netiek aplūkotas. Tajā pašā laikā, ņemot vērā mūsdienu sociālās tendences, arvien vairāk vecāku izvēlas atgriezties darba tirgū pēc iespējas ātrāk, kā rezultātā bērns jaunā sociālā vidē nonāk jau pusotra gada vecumā. Visi minētie apstākļi pamato šī pētījuma temata izvēli un tā aktualitāti.

Pētījuma objekts: sociālā adaptācija pedagoģiskajā procesā

Pētījuma priekšmets: 1,5–2 gadus vecu bērnu adaptēšanās pirmsskolas izglītības iestādē

Pētījuma mērķis: teorētiski un empīriski pētīt 1,5–2 gadus vecu bērnu sociālās adaptācijas sekmēšanas iespējas pirmsskolas pedagoģiskajā procesā.

Pētījuma hipotēze: 1,5 – 2 gadus veci bērni veiksmīgi adaptēsies pirmsskolas izglītības iestādē, ja ikdienas pedagoģiskajā procesā bērniem tiks nodrošināta individuāla pieeja, iesaistot bērnu interesēm un vajadzībām atbilstošās muzikālās kustību aktivitātēs.

Pētījuma uzdevumi:

1. Analizēt zinātniski pedagoģisko, psiholoģisko un metodisko literatūru par sociālās adaptācijas procesa likumsakarībām 1,5-2 gadus veciem bērniem;
2. Veikt empīrisku pētījumu un pārbaudīt darba hipotēzi;
3. Apkopot pētījuma rezultātus un izstrādāt ieteikumus pirmsskolas skolotājiem.

Pētījuma metodes:

- 1) Teorētiskā pētniecības metode: psiholoģiski pedagoģiskās literatūras analīze par pētāmo tēmu;
- 2) Empīriskās: pedagoģiskā novērošana, pedagoģiskā procesa vadība.

Pētījuma bāze: 10 bērni (1,5-2 gadi) pirmsskolas izglītības iestādē X.

1. 1,5-2-gadīgu bērnu sociālās adaptācijas norises teorētiskās nostādnes

1.1. Sociālās adaptācijas jēdziens, komponenti un rādītāji

Ar adaptāciju tradicionāli saprot „spēju pielāgoties jaunai videi, apstākļiem” (Mārtinsons, Perepjolkina, 2015, 279). Tā ir arī pielāgošanās „jaunai situācijai, prasībām, noteiktiem apstākļiem, kas nepārtraukti mainās”, arī negatīvu faktoru pārvarēšana, kas saistīta ar pielāgošanos šai videi, turklāt jāuzsver, ka adaptācija nodrošina cilvēka, viņa organisma darbaspēju saglabāšanu (Skujiņa, 2000, 8).

Socioloģijā tiek pētīta sociālā adaptācija, ar ko apzīmē atsevišķa indivīda apzinātu un brīvu pielāgošanos sociālajam prasībām, morāles normām, pieņemtai sociālai sistēmai, sociāli kulturālai videi (Šiļņeva, 2000).

S. Gailuma skaidro, ka sociālā adaptācija ir „cilvēka pielāgošanās sociālās sfēras nosacījumiem, kas sevī ietver:

- adekvātu apkārtējās vides un sevis paša uztveri;
- atbilstīgu attiecību sistēmu un saskarsmi ar apkārtējiem;
- spēju strādāt, mācīties, organizēt brīvo laiku un atpūtu;
- pašapkalpošanās, pašorganizācijas un savstarpējās apkalpošanās kolektīvā prasmi;
- uzvedības izmaiņu atbilstoši citu cerībām” (Gailuma, 2002, 85).

Adaptācija ir vispārīgs jēdziens, ar kuru apzīmē organisma pielāgošanos videi, lai saglabātu izdzīvošanai (fiziskai, emocionālai) svarīgo līdzsvaru. Sociālas adaptācijas procesā indivīds pieņem sabiedrībā pastāvošās sociālās prasības, uzvedības normas, vērtības, darbības un saskarsmes paņēmienus, kas ir izveidojušies tajā sociālajā grupā (institūcijā), kurā indivīds vēlas (vai ir spiests) adaptēties. Sociālo adaptāciju var uzlūkot kā atsevišķa cilvēka vai grupas apzinātu integrāciju noteiktā sociālā vidē, tādējādi sevi radinot pie kaut kā jauna un vēl nebijuša. Katra cilvēka kā sabiedrības locekļa sociālās adaptācijas veidošanās process sākas ar viņa pirmajām dzīves dienām, to nosaka ģimene un tajā pastāvošās audzināšanas metodes (Baltiņa, 2018). Tādējādi jebkuram cilvēkam, nonākot kādā jaunā vidē vai vidē, kurā viņš nav ilgstoši uzturējies, nepieciešams pielāgoties, adaptēties. Jo līdzīgāka jaunā vide būs tai, pie kuras cilvēks ir pieradis, jo vieglāks būs adaptācijas process, piemēram, ģimenē un pirmsskolā tiek nodrošināta vienāda pieeja prasību sistēmā.

Tāpat adaptācija var būt vieglāka, ja cilvēkam jau ir pietiekami plaša informācija, izpratne par jauno vidi, piemēram, bērns atgriežas pirmsskolā pēc ilgāka pārtraukuma

(teiksim, vasaras brīvdienām), vai pāriešana uz jaunu izglītības iestādi – ir nepieciešams laiks, lai adaptētos, tomēr tas vairumā gadījumu būs īsāks nekā gadījumā, ja bērns pirmo reizi uzsāk apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi.

Pirmais, kurš sāka aplūkot sociālās adaptācijas problemātiku 20.gs. sākumā, bija franču sociologs E. Dirkeims, kurš adaptāciju definēja kā indivīda iekšējās organizācijas pielāgošanos esošajām sabiedrības normām. Attiecīgi indivīda adaptācija paredz, ka indivīds pieņem sabiedrībā (sociālajā institūcijā, par kādu uzskatāma arī pirmsskolas izglītības iestāde) dominējošo morāli un uzvedības normas, apzinās tās, kas izpaužas viņa domās, mērķos, darbībās. Sabiedrības līmenī adaptācija ir galvenokārt atspoguļojas pašu normu pastāvēšanā. Normas ir primāras, „pozitīvas”. Funkcionāli indivīda adaptācija ir esošo normu „interiorizācijas” process – brīva, labprātīga ārējo normu pieņemšana par savām iekšējām. Normu trūkums, to trūkumi, neskaidrība ir uzlūkojama kā patoloģija, kas padara adaptācijas procesu teju vai neiespējamu (Peyre, 2020).

Šīs idejas turpināja cits sociologs – M. Vēbers, kurš arī atzina adaptācijas nozīmi sociālajos procesos, tomēr uzsvēra: ja sociālās normas sakrīt ar indivīda interesēm, viņš tām seko, ja viņi to nedara, viņš tos noraida. Pielāgošanās kritērijs ir racionalitāte, efektivitāte mērķu sasniegšanā. M. Vēbers demonstrē indivīda un grupas pielāgošanās vienotību un atklāj to dabiskās pretrunas. Normu, uzvedības modeļu, pieeju mērķu sasniegšanai mainīgums mudina cilvēku uz individuāli aktīvi radošo darbību. Jāatzīmē, ka nevis sociālās normas rada indivīda pielāgošanos, bet indivīds savas adaptācijas procesā novērtē, pārveido, attīsta sociālās normas. Tādējādi, pēc M. Vebera domām, adaptācija ir ne tikai indivīda eksistences veids, bet arī viens no sociālā progresa mehānismiem (Albrow, Xiaoying, 2014). Pirmsskolas izglītības kontekstā šīs idejas skaidrojamas divējādi. No vienas puses, bērnam ir ļoti grūti pieņemt uzvedības normas, kas ir pretrunā ar viņa vēlmēm un vajadzībām. Piemēram, bērnam māca dalīties ar grupas biedriem, taču šo normu bērnam ir grūti pieņemt, viņš to noraida, jo nav radis dalīties. No otras puses, mūsdienu sabiedrībā pastāvošās uzvedības normas nav ļoti strikti reglamentētas, kā tas būtu, piemēram, armijā vai totalitārā valstī. Tas nozīmē, ka katrā mazākā sociālā grupā bērni apzināti vai neapzināti pārveido un pielāgo pieaugušo prasības. Tieši šo iemeslu dēļ nebūs iespējams atrast divas pirmsskolas grupas, kurās bērni uzvedīsies vienādi, katrā no tām bērni izveidos savu attiecību sistēmu, „nerakstīto likumu kodeksu”, ko nebūt nav noteikuši pieaugušie.

Mūsdienu zinātnieku sociālo adaptāciju aplūko kā līdzsvaru starp indivīda un sabiedrības prasībām, interesēm un vajadzībām, savdabīgu kompromisu starp to, kas vajadzīgs indivīdam un sociumam, ko veido līdzsvarā esoši jēdzieni:

- normativitāte: jebkurā sociālā vidē, institūcijā ir savi noteikti uzvedības noteikumi, tikumiskās normas, kuru ievērošana tiek prasīta no locekļiem;
- racionalitāte: jebkurām prasībām ir jābūt racionālām, jēgpilnām un saprastām – ir apgrūtināti pielāgoties tam, kā jēgu nesaprot, arī tad, ja izvirzītās prasības ir pilnīga pretrunā ar indivīda vajadzībām;
- individualitāte: adaptācijas process ir individuāls, to ietekmē bērna sociālā pieredze, organisma fiziskās, psihiskās adaptīvās sistēmas, kas lielā mērā nosaka organisma reakciju uz nepieciešamību pielāgoties vides izmaiņām (Terzievs, 2019).

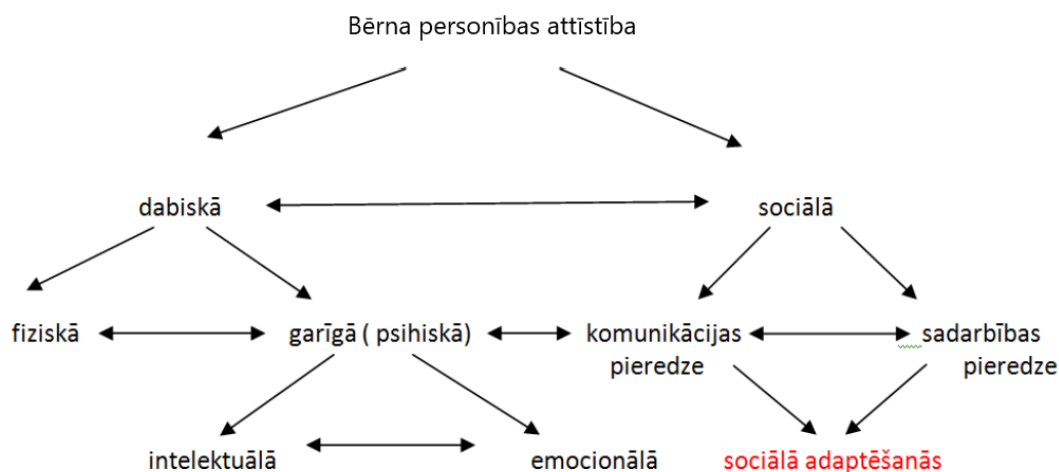
Arī A. Lanka norāda, ka adaptācijas procesā neizbēgami notiek aktīva sociālās vides normu apguve, kas balstīta uz nepārtrauktu analīzi un izpēti. Bērns adaptācijas procesā veic regulāru izvirzīto prasību analīzi un pielāgo tās savai individuālai izpratnei (Lanka, 2003).

Tādējādi, sociālās adaptācijas procesā svarīgas ir uzvedības normas, kuras indivīds pieņem. Ja, piemēram, pirmsskolas izglītības iestādes grupā nepastāvētu nekādas uzvedības normas, bērns nespētu iejusties šajā vidē, jo tā būtu pārāk nenoteikta un neskaidra. Jo labāk bērns saprot jaunās vides prasības, jo vieglāk norit adaptācijas process. Tai pat laikā ir jāņem vērā, ka katrā grupā, sociālajā institūtā (piemēram, ģimenē un pirmsskolas izglītības iestādē) var pastāvēt atšķirīga vērtību sistēma un dominējošās uzvedības normas, kas īpaši izteikti var būt migrantu bērniem, kas nāk pilnīgi atšķirīgas kultūrvides, piemēram, Āzijas.

Adaptācija ietver plašu spektru individuālu reakciju, kuru raksturs ir atkarīgs no bērna psihofizioloģiskajām un individuālajām īpatnībām, no izveidojušajām ģimenes attiecībām, no uzturēšanās pirmsskolas izglītības iestādē apstākļiem. Tādēļ adaptācijas tempi, tāpat kā iespējamās problēmas dažādiem bērniem ir atšķirīgas (Петрова, 2016).

Vērtējot adaptāciju, svarīgs ir tās saturs (kam nepieciešams adaptēties) un process (kādā veidā noris adaptācija, vides faktori, kas ietekmē vai kavē adaptāciju). V. Terzievs sociālo adaptāciju uzlūko kā indivīda atbilstību sociumam (viņa uzvedība nosodāma vai atbalstāma), turklāt šo „atbilstību” nosaka gan bioloģiskie, gan sociālie faktori. Pie bioloģiskajiem var minēt cilvēka veselības stāvokli kā tādu, spēju izturēt stresu, arī vecumu, dzimumu u.c. faktoros. Sociālie faktori ir pati vide, tajā notiekošā mijiedarbība, jaunā indivīda iekļaušana, normu veidošana jeb izmantotie specifiskie paņēmieni adaptācijas sekmēšanai utt. Pie sociālajiem faktoriem pieskaitāma arī kultūrvide, no kādas nāk indivīds, esošā vērtību sistēma (Terzievs, 2019).

L. Āboltiņa (2014), analizējot adaptācijas faktoros, izvirza bērna personības attīstību kopveselumā, respektīvi, sociālā adaptācija un bērna personības dažādas attīstības jomas jāskata holistiski. Uzskatāmi tas atspoguļojams shēmā (sk. 1.att.).



1.att. Bērņa adaptācijas un personības attīstības likumsakarības (Ābolčiņa, 2014, 18)

Tādējādi sociālā adaptācija ir cieši saistīta ar bērna sociālo attīstību, kas ietver tādas faktorus kā agrākā komunikācijas un sadarbības pieredze. Turklāt pastāv savstarpējās saiknes ar bērna garīgo, fizisko un emocionālo attīstību, tādējādi adaptācijas procesā svarīgi ņemt vērā arī šos faktorus.

Virkne zinātnieku, pētot sociālo adaptāciju, liek uzsvaru uz mijiedarbības jēdzienu. Tā, krievu zinātniece L.Obuhova sociālo adaptāciju definē kā personības un grupas mijiedarbības optimizāciju, viņu darbības mērķu, vērtīborientācijas satuvināšanos, kā rezultātā indivīds apgūst grupas normas un tradīcijas, ieiet tās lomu struktūrā, citiem vārdiem runājot, pieņem savu jauno sociālo lomu (Обухова, 2013).

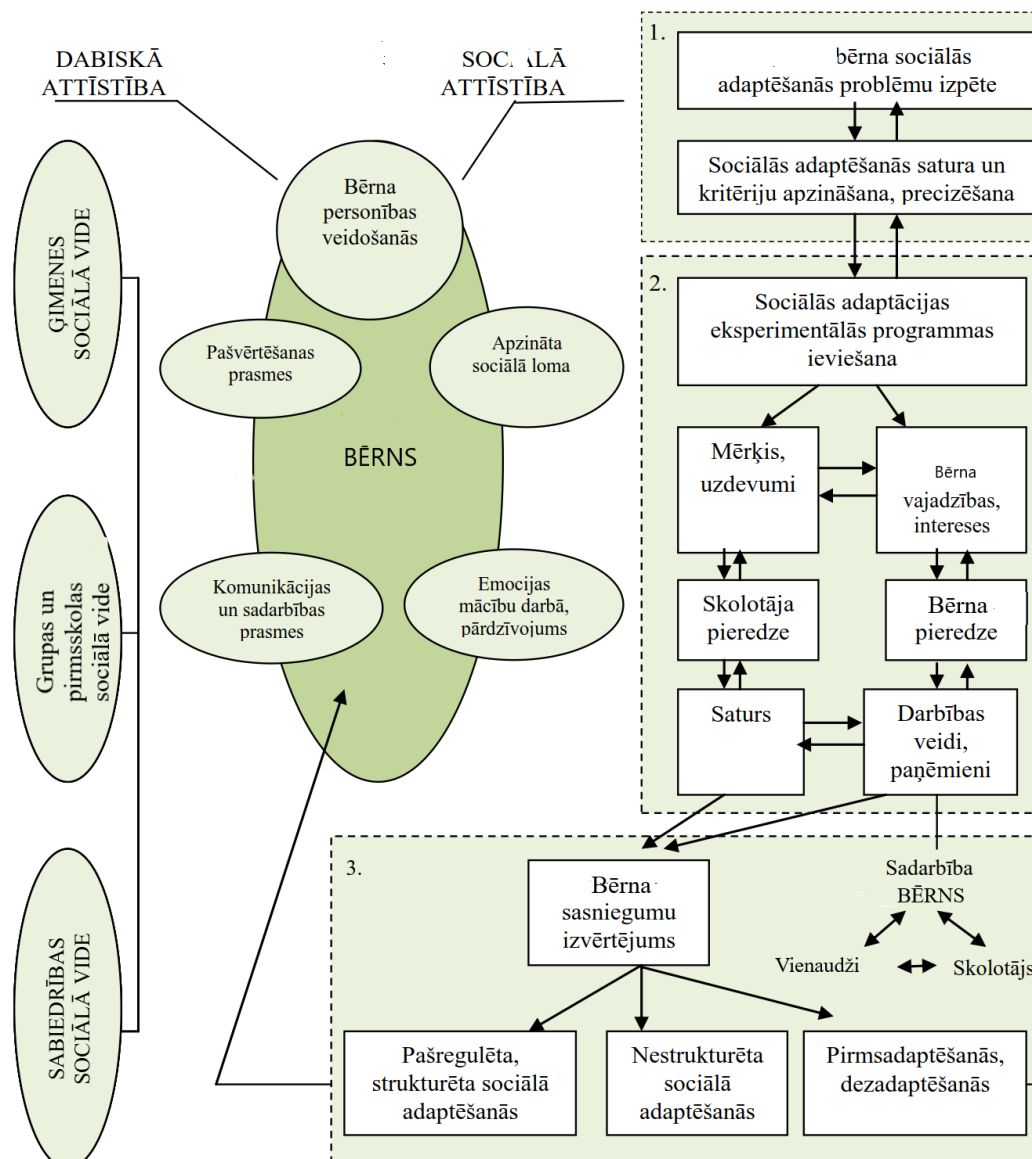
Izvirzot mijiedarbību kā galveno adaptācijas jēdzienu, svarīgi kļūst četri aspekti:

- 1) adaptācijas process vienmēr paredz divu vai vairāku sistēmu mijiedarbību (šī pētījuma kontekstā tā ir arī ģimenes un izglītības iestādes mijiedarbība);
- 2) mijiedarbība tiek īstenota īpašos apstākļos – disbalansa apstākļos, kad pastāv nesaskaņotība starp sistēmām;
- 3) šādas mijiedarbības galvenais mērķis ir nodrošināt koordināciju starp sistēmām, tās pakāpe un raksturs var ļoti plaši variēt;
- 4) mērķa sasniegšana paredz izmaiņas abās sistēmās, kuras mijiedarbojās (Мишарина. 2017).

Arī latviešu zinātnieces D. Lieģeniece (1999) un L. Ābolčiņa (2014) adaptāciju skata mijiedarbības ar dažādām sociālām vidēm rakursā, uzsverot, ka sociālās vides ietekme (ārējie adaptācijas faktori) ir jāskata ciešā saistībā ar iekšējiem (bērna temperaments, psihiskās un emocionālās attīstības individuālās īpatnības, sociālā aktivitāte u.tt.).

Sociālā adaptācija iezīmē bērna dabiskās attīstības priekšnoteikumus (te pieskaitāmi temperaments, veselības stāvoklis u.tt.), arī tie socializētāji, kas iedarbojas ārpus izglītības

iestādes, vispirms jau ģimene. Lai nodrošinātu veiksmīgu sociālo adaptāciju, ir ļoti būtiski ir īstenot sociālās adaptācijas programmu – mērķtiecīgu pedagoģisko iedarbību, kas atkarīga gan no pedagoga kvalifikācijas un kompetences un spējas respektēt bērna personību, gan no šīs programmas satura un atbilstības bērna vajadzībām un interesēm (sk. 2.att.)



2.att. Sociālās adaptācijas shēma (Āboltiņa, 2013)

Minēto faktoru daudzveidība pamato faktu, ka bērniem adaptācija norit ļoti individuāli, turklāt procesa ilgums un smaguma pakāpe var atšķirties. Saskaņā ar S. Gailumas atziņām, vērtējot bērnu sociālās adaptācijas procesu izglītības iestādē, var izdalīt trīs adaptācijas līmeņus: vieglu, vidēju un smagu. Līmenis ir vērtējams gan pēc ilguma, gan pēc fizioloģiskajām un neiropsiholoģiskajām pārmaiņām, kas vērojamas adaptācijas periodā. Pārskats par šiem līmeņiem sniegts 1.tabulā (sk. 1.tab.).

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

Simptomi	Viegla adaptācija	Vidēja adaptācija	Smaga adaptācija
Laiks, kurā normalizējas bērna veselības un emocionālais stāvoklis	10-20 dienas	20-40 dienas	Līdz 60 dienām un vairāk (var ieilgt vairākus mēnešus)
Neiropsihiskā attīstība	Regress vai negatīvas izmaiņas nav novērojamas	1-2 mēnešus var pazemināties runas aktivitāte	Vērojams psihiskās attīstības straujš regress
Saslimšanas biežums un ilgums	Saslimšanas nav novērojamas	Īslaicīgas saslimšanas	Atkārtotas ilgstošas slimības ar komplikācijām, neirotiskas reakcijas.
Svars, apetīte u.c.	Bez izmaiņām	Apetītes samazināšanās pirmajā mēnesī, neliels svara zudums	Ēstgribas traucējumi, būtiska svara samazināšanās

Adaptācijas process iziet vairākas stadijas, kuru ilgums un dziļums ir saistīts ar iepriekš aplūkotajām pakāpēm, turklāt šīs stadijas var atkārtoties un saglabāties visā adaptācijas periodā, kas vidēji ilgst ap 1-2 mēnešiem, tomēr var turpināties līdz pat 6 mēnešiem:

- 1) trauksmes fāze, ietverot šoka un pretšoka fāzes (pirmajā bērns var pārbiedēts raudāt, baidīties atlaist pieaugušo; otrajā notiek organisma aizsargreakciju aktivizēšanās, kura bērns piemeklē sev piemērotāko paņēmienu, kas mazina trauksmes sajūtu, piemēram, sēdēt pieaugušajam klēpī);
- 2) pretestības fāze, kam raksturīga organisma koncentrēšanās pret dažādām iedarbībām: to varētu nosaukt par ilgtermiņa stratēģiju, kādu bērns izvēlas, piemēram, bērns var histēriski raudāt un nelaist vaļā vecākus; tā var arī būt somatiska saslimšana (bērns saslimst, jo tā viņš paliek mājās un nav jāiet uz izglītības iestādi – bieži tas ir neapzināts psiholoģisks aizsargmehānisms); ilgtermiņā pretošanās var izpausties kā atteikšanās paklausīt skolotāju, ignorēšana, noliegšana;
- 3) stabilizācijas (vai izsīkuma) fāze: bērns sāk interesēties par apkārt notiekošo, stāvoklis normalizējas un atbilst bērna „normālam” psihiski emocionālajam stāvoklim. Gadījumā, ja adaptācija netiek izieta, tad var runāt par izsīkuma fāzi: ir vērojams spēcīgs regress psihiskajā attīstībā, iespējami neirotiski traucējumi, kuru pārvarēšanai noteikti nepieciešama speciālista palīdzība (Смирнова, 2010; Волобуева, Климова, Ширшова, 2012).

Lai arī minētos līmeņus un fāzes var uzlūkot par orientieriem adaptācijas procesa vērtēšanā, tomēr kvalifikācijas darba autore skatījumā lietderīgāk ir izmantot tādus kritērijus

un radītājus, kurus var izvērtēt ikdienas pedagoģiskajā novērošanā. Šajā kontekstā var izmantot L. Āboltiņas piedāvātos kritērijus:

- komunikācija un sadarbība ar vienaudžiem (trauksmes un pretestības fāzē bērni parasti atsakās sadarboties ar vienaudžiem, jo nejūtas pārliecināti par savu vietu un lomu vienaudžu grupā);
- sociālās lomas pieņemšana (dotā pētījuma kontekstā – pirmsskolēns, kurš zina, ka katru rītu dodas uz dārziņu, bet vakarā – mājās);
- emocionālā atsaucība, pārdzīvojums (izpaužas mijiedarbībā ar vienaudžiem un pieaugušo);
- pašvērtējums (Es tēls) (Āboltiņa, 2014; 2018).

Zinātniskajā literatūrā ir skatīti kritēriji arī ievērojami plašāk. Tā, saskaņā ar Ķīnas zinātnieku pētījumu, var izdalīt šādus pirmsskolas vecuma bērnu adaptācijas kritērijus:

Ķīnas zinātnieki plašā pētījumā par sociālās adaptācijas īpatnībām pirmsskolā, par svarīgākajiem sociālās adaptācijas kritērijiem skata bērna personības aspektus, un tieši:

- pašnoteikšanās: bērns demonstrē patstāvību (sava vecuma iespēju robežās), kas ietver prasmi atrast sev nodarbošanos;
- komunikācija: bērns veido kontaktu ar pieaugušo un vienaudžiem;
- socializācija: bērns ir sapratis un pieņēmis grupā noteiktās uzvedības normas (piemēram, zina, ko nedrīkst darīt un to nedara, teiksim, nedrīkst kāpt uz galdiem, skapjiem);
- kustības: kustības mazam bērnam ir iekšēja attīstības vajadzība, ja bērns ir kustīgs, tātad viņš vidē jūtas labi un droši;
- priekšmetiskā un rotaļu aktivitāte: bērns aktīvi izzina jaunas rotaļlietas, pēta apkārtējo pasauli (Xing, Chen, Qian, 2014).

Šos kritērijus ir iespējams izmantot empīriskā pētījumā, izstrādājot konkrētus rādītājus un līmeņus, kas atbilstu 1,5- 2 gadus vecu bērnu iespējām. Tas rada nepieciešamību sniegt ieskatu vecumposma raksturojumā, iezīmējot galvenās agrīnā vecuma bērnu sociālās adaptācijas īpatnības.

Apkopojot nodaļā izklāstīto, var secināt:

- 1) *sociālā adaptācija ir indivīda pielāgošanās mainīgai vai jaunai sociālai videi, šī pētījuma kontekstā skatīta bērna sociālā adaptācija pirmsskolas izglītības iestādē;*
- 2) *sociālo adaptāciju ietekmē iekšējie un ārējie faktori; ar iekšējiem saprot bērna personības attīstību kopumā, tai skaitā viņa psihisko, emocionālo jomu, īpaši izceļot izveidojušās komunikācijas un sadarbības prasmes; pie ārējiem faktoriem*

pieskaitāma vide, pieaugušo pieredze un organizētā darbība adaptācijas sekmēšanai;

- 3) sociālā adaptācijā izdalāmi trīs smaguma līmeņi, kas izpaužas gan adaptācijas procesa ilgumā, gan arī psihiskajā un fiziskajā reakcijā: viegla (īss periods, minimāls psihisks un emocionāls diskomforts), vidēja un smaga (ilgst virs 60 dienām, raksturīgs psihiskās un emocionālās sfēras regress);*
- 4) par sociālās adaptācijas kritērijiem var izdalīt komunikāciju un sadarbību ar vienaudžiem; sociālās lomas pieņemšanu; emocionālo atsaucību, pašvērtējumu (pašapziņu), vispārējo aktivitāti.*

1.2. 1,5-2-gadīgu bērnu vecumposma raksturojums sociālās adaptācijas kontekstā

Kā jau tika norādīts, sociālā adaptācija ir cieši saistīta ar bērna personības attīstību kopveselumā, tādēļ nepieciešams īsumā raksturot 1,5-2 gadus vecu bērnu fiziskās, psihiskās un emocionālās attīstības likumsakarības.

Fiziskā attīstība. Pusotra gada vecumā bērns jau pārliecinoši staigā, turpina strauji pilnveidot pamatkustības. Bērni ir ļoti kustīgi, viņiem patīk rāpties, piemēram, var ierāpties dīvānā, sāk kāpt pa kāpnēm uz augšu, pamīšus liekot abas kājas, tomēr bieži bērnu līdzsvara izjūta attīstīta nepietiekami, tādēļ ir svarīgi pieturēties. Kāpšanu lejup, liekot kājas pamīšus, bērns apgūst tikai pēc 2-3 gadu vecuma. Parādās dejošanas kustības, pusotra gada vecumā bērns prot spert soļus sānis, griezties ap savu asi mūzikas pavadījumā. Turklāt pārsvarā visiem bērniem patīk mūzika, vairums „dejo”, dzirdot ritmisku mūziku. Starp pusotru un diviem gadiem bērns sāka apgūt arī pašapkalpošanās prasmes: lai arī tikai daži bērni var patstāvīgi uzvilkt dažus apģērba gabalus, tomēr bērns apzinās, ka ir jāģērbjas un padod nepieciešamo apģērba gabalu, stiepj rokas un kājas, lai palīdzētu apģērbt sevi. Ap diviem gadiem liela daļa bērnu prot daļēji noģērbties (Герасимова, Кузнецова, 2004, 111).

Minētās bērna fiziskās attīstības īpatnības ir jāņem vērā, organizējot adaptācijas procesu – bērniem ir svarīgi kustēties, viņiem ļoti patīk mūzika un skaņu spēles. Šī īpatnība pamato nepieciešamību adaptācijas procesā izmantot muzikālas rotaļas un spēles.

Bērns analizējamajā vecumposmā strauji apgūst jaunas prasmes un iemaņas, kas saistītas ar apkārtējās pasaules izzināšanu. Nostiprinoties kustību veiklībai un roku motorikai, bērns apgūst prasmi darboties ar dažāda lieluma priekšmetiem, tiecas visus izpētīt. Bērniem lielu prieku sagādā priekšmetu izzināšana ar visām maņām, jo īpaši ar tausti, redzi un dzirdi. Pateicoties labākai acu- riku kustību koordinācijai, bērns spēj izmantot dažādus materiālus

objektus tā, lai rastos priekšstati par apkārtējo pasauli, raksturīgas manipulējošas darbības, piemēram, bērns piepilda spainīti ar klucīšiem, to iztukšo un atkal piepilda, tomēr pārmērīgi bagāta priekšmetiskā vide nomāc bērna aktivitāti, ir grūti izvēlēties, ko viņš darīs (Vorda, 2017).

Bērnu vēlēšanās darboties ar priekšmetiem un pieaugošā ieinteresētība par apkārtējās pasaules priekšmetiem norāda uz nepieciešamību adaptācijas procesā izmantot priekšmetiskas rotaļas, arī darbības ar vienkāršiem mūzikas instrumentiem – gan pašu gatavotiem, gan rūpnieciski ražotiem.

Bērna un apkārtējās vides savstarpējā mijiedarbībā pilnveidojas arī bērnu centrālās nervu sistēmas darbība, tālāk attīstās smadzeņu pusložu garozas funkcijas. Vispirms paplašinās nervu sistēmas darba spējas, kas nosaka aktīvās nomodās laika palielināšanos: 2 gadu vecs bērns var būt nomodā 5-6 stundas, tomēr spēja darboties ar vienvēidīgu darbības veidu ir ierobežotas, tādēļ nodarbību ilgums ieteicams līdz 15-20 minūtēm, ko var pakāpeniski palielināt, orientējoties uz bērnu individuālajām īpatnībām (Галанов, 2006; Герасимова, Кузнецова, 2004).

Psihiskā attīstība. Strauji attīstās izziņas procesi – domāšana, runa, uztvere, atmiņa. 2 gadu vecumu var dēvēt par pētniecisko periodu: bērns tiecas pastāvīgi visu izpētīt, izmēģināt, ko nosaka arī bērna jaunās fiziskās iespējas. Bērniem ļoti patīk eksperimentēt ar smiltīm un ūdeni, tādēļ šādas rotaļas svarīgi iekļaut adaptācijas programmā (Корнева, 2020). Vienlaikus ir svarīgi, lai apkārtējā vide būtu droša bērna pētnieciskai darbībai, tādēļ liela uzmanība ir pievēršama grupas vides iekārtošanai atbilstoši bērnu vecumam.

Nozīmīgas izmaiņas notiek bērna runas attīstībā. Bērns arvien labāk saprot cilvēkus, viegli atpazīst ikdienišķu lietu nosaukumus, spēj izsekot jēgai īsos teikumus, kuros ir svarīgi divi vārdi (pusotra gada vecumā) vai trīs vārdi (2 gadu vecumā). Strauji pieaug saprotamo vārdu apjoms, parādās izpratne par vietniekvārdiem tu, es, mans. Bērns var saprast un izpildīt īsas norādes („aizej uz virtuvi un atnes krūzi”), lai gan svešos, nepazīstamos apstākļos var apjukt. Līdztekus attīstās arī runas prasme. Pirmie izrunātie vārdi (bieži tie ir saīsināti, ar neprecīzu zilbju struktūru) ir cilvēku vārdi, kas viņam ir ikdienā līdzās, to priekšmetu nosaukumi, kas visvairāk saista viņa uzmanību. Bērns var iemācīties izmantot arī vārdus, kas saistīti ikdienas darbībām, pieklājības frāzes (paldies, atā u.tml.). Var pastāvēt zināmas īpatnības vārdu izmantošanā. Atsevišķus vārdus bērns attiecina tikai uz vienu konkrētu priekšmetu (piemēram, mīļota rotaļlieta), bet citi vārdi tiek lietoti ļoti plaši uz analogijas parauga, piemēram, „bumba” var tikt attiecināta uz visiem apaļiem priekšmetiem, „kaķis” – ne tikai uz dzīvnieku, bet visām pūkainām lietām, arī mīkstiem apģērba gabaliem un plīša rotaļlietām (Vorda, 2017). Mācoties jaunus vārdus un atkārtojot nosaukumus pēc pieaugušā,

pusotrgadīgi bērni nereti izrunā tikai pirmo zilbi, vēl divu gadu vecumā bieži ir grūti un pat neiespējami atkārtot trīszilbju vārdus, tādēļ bērnu aktīvajā vārdu krājumā biežāk ienāk „saīsinājumi”. Ap 1,5-2 gadu vecumu bērna aktīvais vārdu krājums ir aptuveni 50 vārdi (Корнева, 2020).

G. Svences vērtējumā pusotra gada vecumā bērni plaši sāk veidot divu vārdu kombinācijas, kas ne vienmēr ir saskaņotas gramatiski, savukārt ap 2 gadu vecumu parādās jau garāki izteicieni, teikumi (Svence, 1999). Tomēr darba autore, balstoties uz novērojumiem, vēlētos norādīt, ka analizējamajā vecumposmā valodas attīstībā iespējamās ļoti lielas atšķirības. Būs bērni, kuri praktiski nerunās, tikai izmantos norādošos žestus un atsevišķus skaņu atdarinājumus, bet būs arī tādi, kas 2 gadu vecumā jau lieto īsus teikumus. Šīs īpatnības ir svarīgi ņemt vērā, lai nodrošinātu iespēju saprasties ar bērnu.

Krievu pedagoģe M. Ļisina, pētot agrīnā vecuma bērnu runas attīstību saskarsmes procesā, norāda, ka pēc 1,5 gadu vecuma 1 parādās īpašs darbības veids, kas vērsts tikai uz vienaudžiem. Šīs darbības atšķiras no tām, kas ir vērstas uz pieaugušo, tādējādi bērns sāk diferencēt mijiedarbību ar vienaudzi un pieaugušo (Лисина, 2009).

Runas attīstība, tai skaitā prasme klausīties ir cieši saistīta ar nervu sistēmas nobriešanu. Jo ilgāk bērns spēj noklausīties pasakas priekšlasījumu ar atbalstu uz grāmatas ilustrācijām, jo labāk attīstīta ir bērna runa. Tomēr daudziem 1,5-2 gadus veciem bērniem uzmanība vēl ir ārkārtīgi nenoturīga, jo īpaši tas attiecināms uz citu runas klausīšanos, ja netiek nodrošināta kāda aktīva darbība vai kā savādāk nodrošināta uzmanības piesaistīšana un noturēšana (Корнева, 2020).

Līdz ar runas attīstību pārmaiņas skar domāšanu, uztveri, atmiņu. Analizējamajā vecumposmā pilnveidojas bērna domāšana un uztvere. Tuvojoties 2 gadu vecuma, bērnam jau uzkrājušies noteikti priekšstati par apkārtējo pasauli, ko viņš aktīvi demonstrē. Bērns apgūst darbību nosaukumus, pēc pieaugušā lūguma var tās izpildīt, turklāt viņiem pat sagādā prieku izpildīt kādus īsus pieaugušā norādījumus (Герасимова, Кузнецова, 2004). Šī īpatnība norāda uz iespēju izmantot kustību rotaļas, kurās bērniem nepieciešams atdarināt kādas kustības.

Tomēr atmiņa ir īslaicīga. Bērni secīgi var izpildīt 2 – 3 vienkāršus norādījumus, tomēr, lai bērni tos iegaumētu, tos nākas atkārtot vairākas reizes – bērniem dominē mehāniskā iegaumēšana. Bērni bieži neatceras to, kas tika darīts iepriekšējā nedēļā, ja bērns nav ilgstoši redzējis kādu savu grupas biedru, viņš var to neatcerēties. Tai pat laikā bērns var viegli iegaumēt emocionāli nozīmīgus notikumus (Галанов, 2006).

Sociāli emocionālā attīstība. Analizējamajā vecumposmā veidojas pašapziņas bāzes elementi – bērns apzinās savu vārdu, ārējo izskatu, dzimuma piederību. Ap divu gadu vecumu

bērni sāk lietot vietniekvārdus „es”, „mans”. G. Svence uzsver, ka „līdz ar pašvērtējuma rašanos bērni sāk sevi salīdzināt ar citiem. Pašvērtējumu agrīnās bērnības periodā galvenokārt ietekmē pieaugušo dotais vērtējums, liela nozīme ir nosodījumiem, kritikai, uzslavām, sāk attīstīties sasnieguma gūšanas motivācija” (Svence, 1999, 72). Šis aspekts ir nozīmīgs adaptācijas procesā, jo tas tiešā veidā ietekmē bērna mijiedarbību ar vienaudžiem (Галанов, 2006).

Ir jāuzsver, ka bērni šajā vecumā ir ļoti emocionāli, viņi neprot apvaldīt savas emocijas, bieži tās ir situatīvas un ambivalentas (Svence, 1999). Emocionālās svārstības var negatīvi ietekmēt adaptācijas procesa norisi.

Rotaļu darbība. Kā jau tika norādīts, šajā vecumā dominē manipulējošas rotaļas, vienveidīgu darbību atkārtošana. Parādās paralēlās rotaļas, kas nozīmē, ka bērni, sākot interesēties par vienaudžiem, cenšas atkārtot viņu veiktās darbības. Piemēram, smilšu kastē viens bērns sāk veidot „smilšu kūkas”, otrs tūdaļ pat sāk veikt analogiskas darbības (Dzintere, Stangaine, 2007).

Ir jāņem vērā, ka bērniem ir grūti koncentrēties uz vienveidīgu, viņu skatījumā nepievilcīgu darbību, savukārt sev interesantas rotaļas procesā viņi samērā ilgu laiku spēj saglabāt uzmanību, var būt dusmīgi, ja pieaugušais kaut kādu iemeslu dēļ vēlas pārtraukt rotaļu. Ir jāņem vērā, ka aizrāvēis bērns aizmirst par visu pārējo, tai skaitā arī par tualetes apmeklējumu, tādēļ ir svarīgi par to bērnam laiku pa laikam atgādināt. Bērna uzmanību piesaista ārēji pievilcīgi, spilgti priekšmeti, grāmatas ilustrācijas. Nepieciešams uzsvērt, ka bērnu uzvedība rotaļās ir situatīva un visbiežāk tā veidojas no impulsīvas rīcības, vienā un tai pašā rotaļā atkarībā no dažādiem ārējiem apstākļiem bērna uzvedība var būt atšķirīga. Lai arī bērni savās rotaļās labprāt atdarina savās rotaļās vienaudžus, tomēr kopā gatavi rotaļāties tikai ar pieaugušajiem (Волков, Волкова, 2002).

R. Kaņepēja un L. Āboltiņa, pētot adaptācijas norisi agrīnā vecuma bērniem, norāda, ka šajā vecumposmā „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 apgūšana un egocentriskās runas apguve. Bērna izziņas procesi tiek aktivizēti “iekšējo shēmu” kontekstā, un tie izpaužas runā un saskarsmē. Runas attīstība ir saistīta ar visu kognitīvo procesu attīstību, savukārt “Es” apziņa – ar jaunu personības attīstības fāzi. Savu darbību bērni pauž rotaļās. Īpaši nozīmīgas ir darbības ar priekšmetiem un atdarināšanas darbības tiešā vērojumā” (Kaņepēja, Āboltiņa, 2009). Tādejādi var secināt, ka adaptācijas norise ir balstāma uz

darbības principi, piedāvājot bērniem vecumam un individuālajām īpatnībām atbilstošas aktivitātes. Jo daudzveidīgākas, vajadzībās balstītas aktivitātes bērnam būs pieejamas, jo vieglāk noritēs adaptācijas process.

Adaptācijas īpatnības. Bērna adaptāciju iestādē lielā mērā ietekmē viņa individuālās īpatnības. Krievu pedagogi izdala trīs raksturīgākos adaptācijas „scenārijus”, kādi raksturīgi agrīnā vecuma bērniem:

- 1) Vairums bērnu negatīvi un vētrairi reaģē un demonstrē savu attieksmi pret notiekošo: skaļi raud, histēriski krīt zemē, var kost, skrāpēt, dusmīgi met prom rotaļlietas, ko viņiem piedāvā. Bērns var svārstīties starp divām galējībām – vēlēties sēdēt pieaugušajam klēpī un sagaidīt mīļumu vai arī mētāt mantas, klaigāt, ar nodomu neievērot noteikumus, kurus viņam skaidro pieaugušais. Noguruši, viņi var spēji iemigt. Šie bērni parasti pierod pie jaunajiem apstākļiem mēneša laikā.
- 2) Bērni pēc šķiršanās ar māti noslēdzas sevī, ir ļoti saspringti, izbiedēti, bieži apsēžas kādā kaktiņā un tur sēž, skatoties vienā punktā, nepieskaras ne rotaļlietām, ne ēdienam, uz skolotāju nereaģē, klusām var attiekties iet uz podiņu, pat ja pie tā mājās ir raduši, ir ārkārtīgi grūti ar bērnu izveidot kontaktu un iesaistīt nodarbībās. Adaptācijas process šiem bērniem parasti ir smags un ieildzis.
- 3) Komunikabli, sabiedriski bērni, kuri viegli atvadās no vecākiem un tūdaļ pat dodas pie rotaļlietām, viegli veido kontaktu ar pieaugušajiem, uzņemas iniciatīvu. Bērni labprāt demonstrē savas prasmes un gaida uzslavu no pieaugušā. Šāda situācija ilgst parasti pirmās trīs dienas, pēc tam viņi piepeši sāk protestēt un nevēlas no rīta šķirties no mātes, var raudāt, izrādīt dusmas, tomēr parasti šie bērni var ātrāk nomierināties nekā pirmās grupas bērni. Parasti šo bērnu adaptācija noris viegli (Реш, Кудашев, Баранов, 2002, 52).

Pirmajās adaptācijas dienās lielākā daļa bērnu izjūt negatīvas emocijas, ko aktīvi demonstrē – raud, kliec, atsakās paklausīt, turklāt parasti bērna nomierināšana nedod vēlamus rezultātus, drīzāk nepieciešams novērst viņu uzmanību no pārdzīvojumiem. To var, pievēršot uzmanību bērnu mīļmantiņai, izmantojot bērniem saistošu nodarbi, muzikālu fonu u.tml. Ir jāņem vērā, ka ap 1,5-2 gadu vecumu bērnam jau ir izveidojies primārais uzvedības stereotips – kad dodas gulēt, kad un kā ēd, kad dodas pastaigā. Šī stereotipa būtiskas izmaiņas padziļina izjusto stresu, attiecīgi apgrūtina adaptāciju (Заздравных, Карачевцева, 2016).

Adaptācijas stresa ietekmē bērni neuztver nepazīstama cilvēka runu, pārdzīvojumu dēļ var nesaprast uz sevi vērstu runu. Nepazīstamā atmosfērā bērns nejūtas drošs, visu uztver kā bīstamu, tādēļ var atteikties ņemt rokās karoti, pastiept roku zem ūdens strūklu, lai nomazgātu rokas, atteikties sēsties uz podiņa u.t.t. Apgūtās pašapkalpošanās un personīgās

higiēnas iemaņas uz laiku var izzust ne tikai pirmsskolā, bet arī mājas apstākļos (Гудкова, 2017).

Pētnieki norāda, ka adaptācijas periodā agrīnā vecuma bērni var demonstrēt „bezpalīdzību”, tomēr atteikties no pieaugušā atbalsta. Tā, ja bērns nav apguvis prasmi ēst patstāvīgi, viņš vispār atsakās no ēdienu, savukārt bērni, kuri mājās ir ēduši pilnīgi patstāvīgi, te var sēdēt un gaidīt, lai viņu pabaro. Bērns var sākt raudāt visdažādāko iemeslu dēļ: ja viņš nezina, kā nomazgāt rokas, viņš raud, ja vēlas rotaļlietu, bet nevar to paņemt, raud, ja nav radis iet gulēt bez šūpošanas klēpī – viņš raud: līdzīgi kā zīdains bērns demonstrē neapmierinātas vajadzības, tomēr precīzi var nepaskaidrot, ko tieši viņš vēlas. Šo iemeslu dēļ ir ļoti svarīgi labi pārzināt bērna ieradumus un rēķināties ar to, tādējādi adaptācijas sākumā ir svarīgi iegūt no bērna vecākiem pēc iespējas plašāku informāciju par bērnu. Pētnieki uzsver: no tā, kā bērna organisms pārvarēs šo pirmo adaptāciju apkārtējai videi, lielā mērā būs atkarīga viņa veselība un pašsajūta jebkuros citos jaunos apstākļos (Реан, Кудашев, Баранов, 2002).

Lai arī 1,5-2 gadus veciem bērniem svarīgas ir priekšmetiskās darbības un daudzveidīgas aktivitātes, krievu pedagoģes I. Lapinas veiktie pētījumi liecina, ka bērns adaptācijas sākumposmā neizjūt vēlēšanos piedalīties „rotaļās ar rotaļlietām”, nepazīstamā vide, kopējā atmosfēra var nomākt bērna ierasto aktivitāti. Vērojumi liecina, ka bērnam ir nepieciešama kāda sasaiste ar zināmo, tādēļ bērni, kuriem ir iespēja ņemt uz pirmsskolu līdzīgu iemīļoto rotaļlietu vai grāmatīņu, vieglāk spēj adaptēties un ātrāk sāk interesēties par apkārt notiekošo (Лापина, 2020). Šīs īpatnības svarīgi ņemt vērā empīriskajā pētījumā.

Apkopojot nodaļā izklāstīto, var secināt:

- 1) 1,5-2 gadus veci bērni ir kustīgi, aktīvi pasaules pētnieki, bērniem patīk pārvietoties, dejot, darboties ar rotaļlietām, tādējādi videi, kurā uzturas bērni, ir jābūt drošām bērnu fiziskās aktivitātes dēļ;*
- 2) strauji attīstās valoda: bērns arvien labāk saprot uz sevi vērstu runu, spēj ar dažiem vārdiem izteikt savas vajadzības, strauji pieaug arī aktīvais vārdu krājums, bērni sāk izmantot runu saskarsmē ar pieaugušajiem, vēlāk arī ar vienaudžiem; ir nenoturīga prasme klausīties un saprast garākus vēstījumus, tas ir jāņem vērā, izmantojot darbā ar bērniem literatūru;*
- 3) svarīgs sasniegums – bērna pašapziņas veidošanās, kas ietekmē mijiedarbību ar vidi, jo īpaši vienaudžiem; tomēr emocionālā sfēra nav vēl nobriedusi, emocijas ir situatīvas, bērnam ir grūti valdīties;*
- 4) adaptācijas procesā atkarībā no bērna individualitātes izdalāmas trīs grupas: bērni, kuri vētraini reaģē ar raudāšanu uz izmaiņām; bērni, kuri noslēdzas sevī, un*

sabiedriski bērni, kuru adaptācijas process vairumā gadījumu norit bez sarežģījumiem.

1.3. 1,5-2 -gadīgu bērnu sociālo adaptāciju veicinošie paņēmieni

Balstoties uz vecumposma raksturojumu, nosakot piemērotākos adaptācijas procesa sekmēšanas paņēmienus, var izdalīt šādas īpatnības:

- 1) Adaptācijas procesa sākumā daudzi bērni demonstrē „bezpalīdzību” – „aizmirstas” pat jau apgūtās pašapkalpošanās un higiēnas prasmes, tomēr šāda atkarība no pieaugušā ir pretrunā ar bērna pašapziņu un tiekšanos pēc patstāvības, tādēļ nepieciešams pārdomāti veidot vidi tā, lai sekmētu bērna patstāvību;
- 2) Bērni ir kustīgi, vairumā gadījumu bērnus saista mūzika: tas norāda uz nepieciešamību izmantot muzikālās rotaļas; papildus svarīgi pievērst uzmanību pastaigu organizācijai, ņemot vērā bērnu augsto nogurdināmību;
- 3) Bērni ir „mazi pētnieki”, viņiem patīk rotaļas ar smiltīm un ūdeni: te grupā var izmantot rotaļas ar kinestētiskajām smiltīm, iespēju robežās rotaļas ar ūdeni (ūdens pārļiešana, kuģīšu vai pīlīšu laišana ūdens bļodā utml.);
- 4) Bērnus saista priekšmetiskās rotaļas, tomēr viņu uzmanība ir viegli izkļaidējama: te būtu nozīmīgi pārdomāti veidot priekšmetisko vidi, plānojot dažādas aktivitātes.

Noteikti vispirms ir jāuzsver, ka adaptācijas procesam ir jābūt aktīvam, attiecīgi, bērniem ir jādarbojas, aktīvi jāiesaistās grupas dzīvē. Šo ideju pamato D. Lieģeniece, uzsverot, ka pedagoģisko procesu svarīgi organizēt darbības teorijas pamatprincipiem, izveidot tādu mācību un lietu (priekšmetisko) vidi, kas atbilstu bērna vajadzībām, vecumposma īpatnībām un sekmētu bērna psihisko attīstību (Lieģeniece, 1999).

Lai radinātu bērnu pie jaunās sociālās vides prasībām un īpatnībām, zinātnieki iesaka noteikt skaidrus noteikumus, kas paaugstinātu darbības prognozējamību, attiecīgi bērni justos drošāki, tā kā stresu un trauksmi adaptācijas periodā sekmē tieši nenoteiktība. Jo labāk bērns sapratīs, kas ir sagaidāms, jo vieglāk viņam būs tam pielāgoties (Terziev, 2019).

Balstoties uz krievu pedagogu O. Bočkarevas (Бочкарева, 2009), A. Gudkovas (Гудкова, 2017), I. Zazdravnajas un N. Karačevcevas (Заздравных, Карачевцева, 2016) atziņām, var izvirzīt šādus adaptācijas procesa organizācijas pamatprincipus:

1. Stingri jāturas pie paredzētās dienas kārtības (tās ievērošana sakārto bērna uzvedību; viņš pierod pie noteiktas dienas kārtības un mierīgi tai pakļaujas), turklāt ir svarīgi uzsvērt, ka šie noteikumi attiecas uz visiem (arī pieaugušo) – tas mazina bērna iespējamo pretestību un nodrošina, ka viņš labprātāk iesaistās darbībā.

2. Dienas kārtība jāievieš nesteidzoties, neradot bērnam nepatīkamas sajūtas, jo pretestība adaptācijas periodā attīstās ļoti ātri, piemēram, ja ēšanas vai mazgāšanās laikā viņam radušās nepatīkamas izjūtas, rīt viņš atteiksies ēst, bet mēģinājums viņu nomazgāt izraisīs raudāšanu un skaļus protestus.

3. Daudzi bērns pret visu jauno attiecas negatīvi, piesardzīgi, tāpēc bērns ar pirmsskolu, grupu un tās noteikumiem jāiepazīstina pakāpeniski. Viss, ko bērnam uzspiež vai piedāvā negatīvu emociju laikā, izraisa vēl lielāku protestu un padziļina dezadaptāciju. Ja bērns ir satraukts vai raud, viņš vispirms ir jānomierina, šajā nolūkā izmantojot bērnu saistošas nodarbes, kas ļauj novērst uzmanību no paša bērna pārdzīvojumiem – tā var būt kustību rotaļa, mūzika, jauna, spilgta rotaļlieta utt.

4. Pedagogam jāņem vērā, ka bērna emocionālais stāvoklis ietekmē prasmju veidošanos. Ņemot vērā bērnu pārslēgšanās grūtības no viena darbības veida uz otru, pirms ēšanas un gulētiešanas bērns pievēršams mierīgām rotaļām, dodot labi pazīstamas rotaļlietas, neuzsākot jaunas izklaides, nedodot to, kas ilgstoši varētu piesaistīt viņa uzmanību. Jaunas izklaides turpretī ir ļoti piemērotas dienas pirmajā pusē, kad bērns ir vairāk satraukts par šķiršanos no vecākiem.

5. Bērns uzreiz nevar iekļauties darbībā, protestē, ja viņu grib iesaistīt kaut kur pēkšņi, negaidīti. Nepieciešams laiks, lai bērns noskaņotos, saprastu pieaugušā prasību. Tāpēc pirms jebkuras darbības jāveido bērnam „nostādne”, jābrīdina par paredzamo darbību: šī „brīdināšana” var izpausties verbāli (tagad mēs dosimies mazgāt rokas), izmantojot atgādnis (skolotāja rāda uz ilustrāciju, kur redzams bērns, kas mazgā rokas) vai kādus īpašus rituālus (piemēram, viena un tā pati dziesmiņa, īsa pirkstu vai kustību rotaļa pirms jauna darbības cikla). Pēc šāda principa no rītiem tiek veidots rīta aplis, kas ļauj bērniem noskaņoties uz jauno dienas sākumu.

6. Ir svarīgi, lai visas darbības pieaugušais izrunātu, tai skaitā raksturojot arī savas darbības: „Tagad sēdīsimies pie galda – arī es apsēžos pie galda” utt. Ja bērnam ir nepietiekami attīstīta valodas sapratne, tad šādi verbāli skaidrojumi to uzlabos, ļaus veidot komunikāciju ar bērnu.

7. Visas norises jāorganizē tā, lai bērnam nebūtu jāgaida (nomazgājies – sēžas pie galda, apsēdies pie galda – sāk ēst, noģērbies – guļas gultā).

8. Jāievēro metodikas vienotība un audzināšanas paņēmieni pastāvīgums (nemainība) (ikviena izmaiņa ierastajā saskarsmes veidā ar bērnu izraisa izmaiņas viņa uzvedībā).

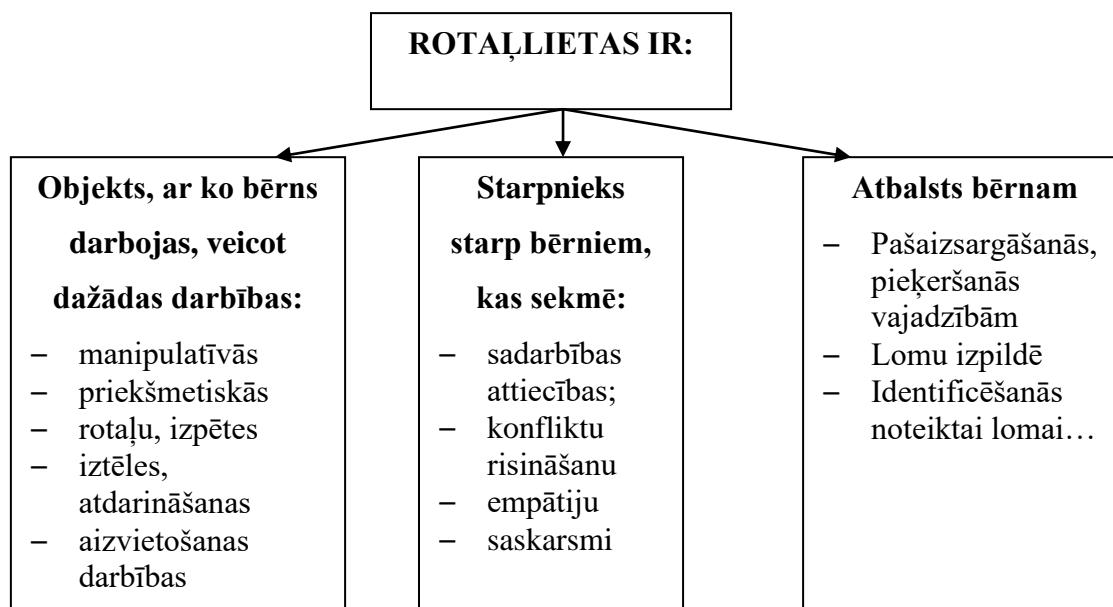
9. Bērns jāpieradina veikt darbības, kas viņam ir pa spēkam. Piedāvājot bērnam darboties, tiek veicināta aktivitātes un patstāvības attīstība.

Visā pirmsskolas periodā bērnu vadošais darbības veids ir rotaļa, turklāt, kā norādījusi D. Lieģeniece, veicot dažādu attīstības teoriju pārskatu, vairums zinātnieku atzīst, ka līdz 2 gadu vecumam dominē manipulējošās rotaļas, kas vērstas uz priekšmetiskās pasaules izzināšanu, priekšmetu īpašību izpēti (Lieģeniece, 1999). Tādējādi bērnu attīstībā liela nozīme ir pārdomāti izvēlētiem rotaļlietām, jo adaptācijas procesā bērni nereti vieglāk kontaktējas ar rotaļlietu starpniecību (Решн, Кудашев, Баранов, 2002).

Kā norādījušas D.Dzintere un I.Stangaine, rotaļlieta ir rotaļas materiālais centrs, apstākļi attīstībai, rotaļu biedrs, kas tieši vai netieši vingrina bērna rotaļāšanās prasmes (Dzintere, Stangaine, 2007, 172). Nodrošinot bērnam atbilstošas rotaļlietas, tiek sekmēta viņa patstāvība. Tomēr ir ļoti svarīgi, lai vide nebūtu „pārbagāta” – pārāk lielas izvēles priekšā bērns apjūk, nespēj izvēlēties un koncentrēt uzmanību uz kādu atsevišķu rotaļlietu. Rotaļlietas grupā var mainīt, iepazīstināt ar tām bērnus pakāpeniski (Герасимова, Кузнецова, 2004).

Rotaļlieta īsteno vairākas funkcijas – tā ir rotaļas materiālais centrs, tā mēdz kalpot arī starpnieku starp bērnu un pieaugušo vai bērnu un vienaudzi, atbalstu dažādu ikdienas grūtību pārvarēšanā. Ne velti, kā norādījusi I. Lapina, daudzi bērni adaptācijas periodā ņem līdzi savas rotaļlietas – to klātbūtne ir ka rada bērnam drošības izjūtu un sniedz savdabīgu atbalstu jaunā pasaules iepazīšanā (Лопина, 2020).

Rotaļlietas funkcijas bērnu radošajā rotaļā uzskatāmi atspoguļotas 3. attēlā.



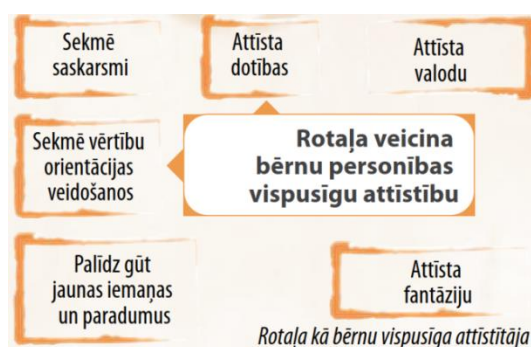
3. att. Rotaļlietas funkcijas (Dzintere, Stangaine, 2007, 173)

Kā uzskatāmi redzams, rotaļlieta ļauj izpētīt priekšmetisko pasauli, sekmē saskarsmi ar vienaudžiem, kā arī atbilst paš aizsardzības vajadzībām. Tādējādi rotaļlietas ir ļoti svarīgas

adaptācijas periodā. Tā kā plīša rotaļlietas neatbilst higiēnas prasībām izglītības iestādē, tad būtu ieteicams, ka katrs bērns atnes savu iemīļoto rotaļlietu, ko ņem līdzī gultā.

Jebkuru bērna darbību ar rotaļlietu jāuzskata par rotaļu. Ka uzsver D. Dzintare un I. Stangaine, rotaļa rada bērnam apmierinājumu, prieku un gandarījumu, kas savukārt sekmē viņa pašdarbošanos, ļauj nomierināties un pārvarēt vides diskomfortu (Dzintare, Stangaine, 2005, 20).

Arī I. Konstantinova (2011), pētot rotaļas, jo īpaši kustību rotaļas ietekmi uz bērnu atzīst tās vispusīgo nozīmi bērna personības attīstībā, īpaši ietekmē tās jomas, kas aktuālas sociālās adaptācijas procesā – saskarsmi, valodu, jaunu iemaņu apguvi un vērtīborientāciju kā pašapziņas pamatu (sk. 4.att.)



4.att. Rotaļas ietekme uz bērna personības attīstību (Konstantinova, 2011, 7)

Pastāv ārkārtīgi liela rotaļu daudzveidība. I. Stangaine un D. Dzintare tās iedala divās plašās grupās – pēc bērnu iniciatīvas (paša bērna radītas, brīva radoša rotaļa vai rotaļa – eksperiments) un pieaugušo radītas (tās piedāvā un vada pieaugušais ar noteiktu pedagoģisku, attīstošu mērķi). Staro pieaugušo radītajam izdalāmas mācību spēles (didaktiskās rotaļas un spēles), rotaļas vaļsbrīžiem un tautas rotaļas (Dzintare, Stangaine, 2005). Darba autore vērtējumā nozīmīgas ir pieaugušo radītās un vadītās rotaļas, jo, kā liecina iepriekš aplūkoti pētījumi, bērniem adaptācijas periodā var būt nomākta rotaļu aktivitāte.

I. Konstantinova (2011) savukārt visas rotaļas iedala „brīvās” un „rotaļās ar noteikumiem”, kuras savukārt dalāmas divās plašās grupās – didaktiskās un kustību. Īpaši lielu vērtību zinātniece pievērš kustību rotaļām, ar ko var saprast jebkuru rotaļu, kas ietver kustības un kam ir zināmi noteikumi. I. Konstantinova uzsver, ka tieši kustību rotaļu plašās attīstošās iespējas padara tās par neatņemamu pirmsskolas pedagoģijas sastāvdaļu.

Arī B. Brice un I. Bajarune norāda: „maziem bērniem ir dabiska vēlēšanās kustēties, un ir daudz rotaļu un spēļu, kas apmierina šo vēlmi. Ikvienam bērnam tieši rotaļa ir tā, kas sniedz prieku, garīgu apmierinājumu, zināšanas, kustību iemaņas, prasmes un pieredzi (Brice,

Bajarune, 2011. 5). Metodiķes turpina, uzsverot, ka visbiežāk kustības, kuras papildinātas ar melodiju, bērniem interesantiem tēliem un tekstu, ļauj viegli piesaistīt un noturēt uzmanību, mazinās negatīvos pārdzīvojumus, pozitīvi ietekmēt bērna aktivitāti kopumā. Tas pamato nepieciešamību empīriskajā pētījumā izmantot daudzveidīgas kustību un muzikālās rotaļas.

Interesantas ir I. Lapinas atziņas par ieteicamo rotaļu veidu izvēli atbilstoši bērnu temperamentam, ko zināmā mērā varētu sasaitīt ar iepriekš aplūkotajām bērnu grupām, kā viņi reaģē pirmajās dienās pirmsskolas izglītības iestādē. I. Lapinas (Лापина, 2020) un A. Reana ar līdzautoriem (Реан, Кудашев, Баранов, 2002) atziņu apkopojums par ieteicamākajām rotaļām, sniegts 2.tabulā.

2.tabula. Rotaļu piemērotība bērnu adaptācijas reakcijai

Adaptācijas reakcija	Rotaļu veidi
<i>Skaļa emocionālā reakcija, uzbudinātība, arī agresija</i>	Daudzveidīgas vidējas intensitātes kustību rotaļas, tai skaitā ar sporta elementiem (ar ķegļiem, ar bumbu), ritmiskas dejas (mūzikas klausīšanās), sitamie mūzikas instrumenti; rotaļas ar smiltīm un ūdeni
<i>Sabiedriska, viegli pielāgojas</i>	Jautras, kustību rotaļas, tai skaitā tādas, kas paredz bērnu savstarpējo mijiedarbību; riņķa dejas (rotaļas aplī ar kustību atkārtošānu), priekšmetiskas rotaļas, kas ļauj darboties kopā (lieli celtniecības bloki, mašīnas, lelles u.tml.)
<i>Raud, dod priekšroku sēdēt skolotājam klēpī, turēties pie rokas</i>	Šie bērni dod priekšroku mierīgām nodarbībām (konstruktori, ilustrāciju aplūkošana). Piemērotas nelielas intensitātes rotaļas ar priekšmetiem, pirkstu rotaļas, ucināšanas rotaļas, rotaļas ar smiltīm, mīkstu veidošanas materiālu
<i>Intraversija, noslēgšanās sevī</i>	Izklaidējošas rotaļas, mūzikas klausīšanās, vienkāršu kustību atkārtošāna, rotaļas ar muzikāliem instrumentiem, rotaļas ar smiltīm, mīkstu veidošanas materiālu

Analizējot tabulā iekļautos datus, var secināt, ka ļoti piemērotas ir daudzveidīgas kustību rotaļas, tomēr darbā ar pasīviem bērniem, nepieciešamas sākt ar vienkāršām, individuālām kustību rotaļām, tai skaitā tautas ucināšanas dziesmiņām, piemērotas ir arī rotaļas ar smiltīm, mīksto plastilīnu vai mālu.

V. Batņa, analizējot darbu ar trauksmainiem bērniem, par vienu no piemērotākajām metodēm izvirza tieši smilšu rotaļas. Maziem bērniem pieejami tādi darbības veidi kā zīmēšana smiltīs, māksliniecisku kompozīciju veidošana (smilšu bēšana), veidošana no mitrām (kinestētiskām) smiltīm ar rokām vai izmantojot formiņas; rotaļas ar sausām smiltīm – spēlēšanos smiltīs var papildināt ar daudzveidīgām rotaļlietām, kas atbilst smilšu terapijas pamatprincipiem (Batņa, 2001).

Konkrētu paņēmienu un to kombināciju izmantošana ir atkarīga no konkrētās bērnu grupas vajadzībām, kā arī pirmsskolas izglītības iestādes materiālajām iespējām.

Apkopojot nodaļā izklāstīto, var secināt:

- 1) adaptācijas sekmēšanai nepieciešams ievērot noteiktu dienas kārtību, kas mazina nenoteiktību un ļauj vieglāk pielāgoties tai;*
- 2) agrīnā vecuma bērniem ļoti būtiskas ir rotaļlietas – svarīgi, lai pirmsskolā būtu pieejamas bērnu interesēm atbilstošas rotaļlietas, iespēja ņemt uz izglītības iestādi savu iemīļoto rotaļlietu, kas šajā gadījumā pilda aizsargfunkcijas;*
- 3) par piemērotākajiem rotaļu veidiem adaptācijas periodā var uzskatīt kustību rotaļas, muzikālās rotaļas, tai skaitā muzicēšanu, kā arī rotaļas ar smiltīm.*

2. Sociālās adaptācijas norises izpēte 1,5-2- gadīgu bērnu grupā

2.1. Pētījuma metodoloģija

Empīriskais pētījums tiek veikts pirmsskolas izglītības iestādē X no 2020./2021. Mācību gada sākumā (septembris – oktobris). Tā mērķis bija pārbaudīt izvirzīto hipotēzi: *1,5 – 2 gadus veci bērni veiksmīgi adaptēsies pirmsskolas izglītības iestādē, ja ikdienas pedagoģiskajā procesā bērniem tiks nodrošināta individuāla pieeja, iesaistot bērnu interesēm un vajadzībām atbilstošās aktivitātēs, sekmējot bērnu patstāvību.*

Pētījumā piedalījās 12 bērni vecumā no 1,5 līdz 2 gadiem, kas uzsākuši apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi. Kopumā grupā ir 14 bērni, taču 2 bērniem ir virs 2,5 gadiem, viņu adaptācija norit atšķirīgi, tādēļ tika izraudzīti tikai tie bērni, kuru vecums svārstās no 18 līdz 24 mēnešiem.

Pētījuma īstenošanai par centrālo pētīšanas metodi tika izraudzīta **novērošana**, ar ko jāsaprot pētāmo parādību speciāli organizēta uztvere, mērķtiecīgs izziņas process, kas ļauj pārbaudīt sākotnēji izvirzīto hipotēzi (Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, 1999). Novērošana ir viena no visizplatītākajām un arī pieejamākajām pedagoģisko pētījumu metodēm, ko plaši pielieto pedagoģiskajā praksē. Dotā pētījuma ietvaros tika izmantota tiešā novērošana, izdalot trīs iespējamās pētnieka pozīcijas, kuras min Dz. Albrehta (Albrehta, 1998):

- vērotājs: darba autore ieņēma neitrālas pozīcijas, vērojot un vērtējot bērnu reakciju uz sociālās vides stimuliem, kas ļāva prognozēt adaptācijas norisi;
- procesa dalībnieks: darba autore iesaistījās ar bērniem dažādās kopīgās rotaļās ar mērķi veidot labvēlīgu saskarsmi un noteikt galvenās bērnu vajadzības adaptācijas procesā, tādējādi precizējot piemērotākos darba paņēmienus;
- procesa vadītājs: balstoties uz novērojumiem iepriekšējos posmos, darba autore mērķtiecīgi atlasīja un organizēja rotaļas sociālās adaptācijas sekmēšanai, tai skaitā kustību rotaļas, rotaļas ar priekšmetiem, kinestētiskām smiltīm u.c.

Lai novērošanas dati būtu sistematizējami un analizējami, kā arī pakļauti vienotam mērķim, tika izstrādāti kritēriji un rādītāji adaptācijas procesa vērtēšanai (sk. 3.tabulu). Kritēriji tika izstrādāti patstāvīgi, balstoties uz teorētiskajā pētījumā gūtajām atziņām.

Visi novērojumu dati tika fiksēti protokolos ikdienas pedagoģiskajā procesā, norādot datumu, situāciju (konkrēta rotaļa, tās dalībnieki, norises vieta – grupas telpas vai pastaigu laikā), fiksējot konkrēto bērnu uzvedību, izmantotos verbālos un neverbālos līdzekļus,

emocionālās reakcijas. Šādu vērojumu sistemātiska analīze ļāva arī pieskaņot adaptācijas periodā izmantojamās metodes un paņēmienus konkrēto bērnu vajadzībām.

3.tabula. Kritēriji adaptācijas procesa vērtēšanai

Kritēriji	Viegla adaptācija (bērns veiksmīgi adaptējies) – 3 balles	Vidēji smaga adaptācija – 2 balles	Smaga adaptācija (deadaptācija, regress) – 1 balle
Ierašanās pirmsskolā, uzturēšanās grupā	Bērns ierodas mierīgs vai labā noskaņojumā, uzreiz sāk pats interesēties par rotaļlietām	Bērna noskaņojums mainīgs, var būt satraukts, ar skolotāja atbalstu sāk izrādīt interesi par rotaļlietām, skolotāja ieteiktiem darbības veidiem	Bērns ir satraukts, nekomunicē, raud, var būt agresīvs, bērns atsakās šķirties no vecākiem, pēc tam vēlas turēties pieaugušajam pie rokas vai sēž klēpī
Mijiedarbība ar skolotāju	Bērns ieklausās skolotājā, izpilda viņa norādījumus, pats vēršas pie skolotāja	Bērns ieklausās skolotājā, vairumā gadījumu atbild uz aicinājumiem, bet pats iniciatīvu neizrāda	Ignorē skolotāju vai izturas nelabvēlīgi, noraida jebkādu kontaktu
Mijiedarbība ar vienaudžiem	Bērns labprāt darbojas pāri, grupā, komunicē	Bērns vēro vienaudžus, bet netuvojas	Bērns negatīvi reaģē uz vienaudžu tuvumu vai pilnībā ignorē vienaudžus
Rotaļu darbība / aktivitāte nodarbībās	Labprāt iesaistās skolotāja organizētās nodarbībās, ir aktīvs, izrāda iniciatīvu	Ir nepieciešams patstāvīgs atbalsts, neizrāda ieinteresētību	Ir pasīvs, nomākts, vēro nodarbības no malas, bet atsakās piedalīties
Grupas iekšējās kārtības noteikumu ievērošana	Ātri saprot noteikumus un tos ievēro noteikumus atbilstoši savām spējām	Pastāvīgi nepieciešami atgādinājumi, palīdzība, daļu noteikumu noraida	Ignorē jebkādas noteikumus, uzvedas, kā vēlas

Bērni tika izvērtēti pēc minētajiem kritērijiem septembra sākumā (pirmā nedēļa, kad bērni uzsāka apmeklēt pirmsskolu) un oktobra beigās, vērtējot iespējamās pozitīvās vai negatīvās izmaiņas. Šādas salīdzinājums ļāva noteikt izmantoto paņēmieni efektivitāti, kā arī prognozēt tālāko bērnu sociālo attīstību, identificējot arī bērnus, kuri, iespējams, vēl nav kaut kādu iemeslu dēļ adaptējušies.

2.2. Bērnu sociālās adaptācijas rādītāji pētījuma sākumā

Pirmsskolas izglītības iestādē, kurā tika īstenots pētījums, parasti pirmajās dienās vecāki kādu laiku var uzturēties pirmsskolas telpās, lai tādejādi bērns justos drošāk un kopā ar vecākiem iepazītu jauno vidi. Tomēr 2020./21.mācību gadā sakarā ar izglītības iestādē noteiktiem pasākumiem COVID19 infekcijas izplatības ierobežošanas ietvaros, vecāki bērnus

varēja atvest tikai līdz izglītības iestādei, pašiem nebija atļauts uzturēties iestādē. Lai mazinātu bērnu stresu, pirmajā dienā audzinātāja sagaidīja bērnus iestādes pagalmā, bērniem bija iespēja vispirms paspēlēties, saglabājot vizuālu kontaktu ar vecākiem, pēc tam jau kopā ar skolotāju doties uz grupu. Jau ar nākamo dienu vecāki tikai nodeva bērnus skolotāja palīdzībai pie ieejas. Tika rekomendēts pirmajā nedēļā atstāt bērnu tikai priekšpusdienas cēlienā, izvērtējot katra bērna gatavību palikt uz diendusu.

Novērojumos tika fiksēta katra bērna raksturīgākā uzvedība, kas bija vērojama pirmajās dienās un otrās nedēļas sākumā. Pārskats par vērojumiem sniegts 4. Tabulā. Tajā minēto bērnu vārdi ir mainīti.

4.tabula. Bērnu sociāli emocionālās uzvedības raksturojums adaptācijas perioda sākumā

Bērns, vecums	Uzvedība pirmajās dienās	Uzvedības izmaiņas pēc nedēļas	Citi faktori
Elza 19 mēneši	Kliedz, nelaiž vaļā, pēc tam ilgi raud skolotājai vai viņas palīdzībai klēpī, dod priekšroku atrasties pie pieaugušā visu dienu (sēdēt klēpī, dot roku).	Atnākot raud, vēlas sēdēt skolotājai klēpī, tomēr dienas laikā nomierinās, orientējas uz pieaugušo, sāk iesaistīties dažās rotaļās kopā ar pieaugušo	Joprojām lieto mānekli, ir mīļmantīna – mīksta pelīte, kuru neizlaiž no rokām. Pati neēd, negērbjas. Uz podiņa nesēžas.
Amanda 24 mēneši	Raud, kad atvadās no mātes, taču ātri nomierinās, klusi sēž stūrī uz paklāja, aplūko plīša rotaļlietas, uz pieaugušo nereaģē, raud, ja pieskaras kāds no bērniem	Sākumā raud, taču nomierinās, sākusi iesaistīties dažās rotaļās, tomēr dod priekšroku turēties savrup	Uz podiņa nesēžas, patstāvīgi neēd, nerunā, iemieg tikai, ja šūpo
Emma 18 mēneši	Kliedz, tiecas izrauties un skriet prom, sauc mammu. Kad nogurst, kļūst apātiska	Raud, var sākties histērija, ja kāds no bērniem pieskaras. Visas dienas garumā apātiska, negrib ēst	Pati neēd, no podiņa bail, lieto mānekli
Sofija 23 mēneši	Ar lielu ieinteresētību skrien pie rotaļlietām, spēlējas. Trešajā dienā – piepeši atsakās palikt, sāk raudāt, bet ātri nomierinās	No vecākiem šķiras mierīgi, var sēdēt pie galda, skatīties grāmatas, spēlējas ar rotaļlietām, pret citiem izturas atturīgi, vairāk vēro	Labi attīstīta runa atbilstoši vecumam
Evelīna 19 mēneši	Sākumā kliedz, raud, pēc tam kļūst apātiska, apsēžas stūrītī pie rotaļu skapja un tur pavada visu laiku, atsakās kontaktēties	Sēž vienā vietā, kur pieaugušais „nosēdinājis” – jebkādas darbības veic tikai pēc pieaugušā pamudinājuma	Pasīva – pati neēd, poda pielietojumu nesaprot, ne vienmēr saprot uz sevi vērstu runu
Kate 24 mēneši	Sākumā ļoti aizrautīgi sāk spēlēties, rāda skolotājam dažādas rotaļlietas.	Atnākot, vēlas, lai viņu skolotāja samīļo, apkampj, tad ir mierīga, sāk interesēties par rotaļlietām.	Labi attīstīta runa atbilstoši vecumam

Bērns, vecums	Uzvedība pirmajās dienās	Uzvedības izmaiņas pēc nedēļas	Citi faktori
Uldis 21 mēnesis	Raud, ir nobijies, nedaudz nomierinās, kad skolotāja viņu samīlo, tur klēpī. Uz rotaļlietām nereaģē.	Nedrošs, bailīgs, visu dienu bail atlaist skolotājas roku, ja skolotāja atiet, var sākt raudāt. Ja kāds bērns grib pieskarties viņa lācītim, klieudz	Lieto mānekli, nes līdzī lācīti, ne vienmēr saprot uz sevi vērstu runu, saziņai lieto norādošus žestus
Niks 22 mēneši	Ātri pārstāj raudāt pēc šķiršanās no vecākiem, tomēr ir ļoti satraukts, skraida, nekontaktējas. uz savu vārdu neatsaucas, atsakās ēst.	Visu laiku skraida, mētā mantas, citus bērnus grūsta, uz skolotāju nereaģē, ļauj, lai skolotājs viņu baro, pats ēst atsakās.	Nav apgūtas pašapkalpošanās un higiēnas prasmes
Roberts 20 mēneši	Pirmajā dienā ļoti mierīgs, pat nedaudz apātisks, pēc tam no rīta klieudz, atsakās doties uz grupu.	Raud pēc šķiršanās, atsakās no skolotāja pieskārieniem. Pamostas raudot. Izvairās no vienaudžiem	Nav apgūtas higiēnas prasmes, daļēji pats ēd.
Rolands 24 mēneši	Uzreiz sāk interesēties par rotaļlietām. Trešajā dienā, kad vecāki atstāj uz diendusu, pēcpusdienā ir „apvainojies”, neiet klāt mammai, rāda, ka ir dusmīgs.	Mierīgs, interesējas par rotaļlietām, izrāda interesi par apkārtējiem bērniem, labprāt iesaistās kopā ar skolotāju nodarbībās, jo īpaši kustību rotaļās	Patstāvīgi ēd, labi saprot teikto un izpilda, taču pats vairāk komunicē ar žestiem.
Kaspars 23 mēneši	Sāk raudāt, kad saprot, ka mamma nav līdzās, taču pēc tam ātri nomierinās, rotaļājas ar rotaļlietām.	Viegli veido kontaktu ar pieaugušajiem, bet pret bērniem atturīgs, vairāk vēro no malas. Vēlas, lai pieaugušais viņu samīlo.	Nav apgūtas pašapkalpošanās un higiēnas prasmes
Markus 21 mēnesis	Sākumā raud, tad nomierinās, sāk interesēties par rotaļlietām	Izrāda dusmas, var lauzt rotaļlietas (kāp ar kājām virsū un lec), kad kaut ko vēlas un tas netiek izpildīts, speciāli pārkāpj noteikumus (uzrāpjas uz palodzes un atsakās kāpt no tās nost)	Vāji apgūtas pašapkalpošanās un higiēnas prasmes

Analizējot tabulā iekļautos datus, nākas secināt, ka daži no bērniem vēl lieto māneklus, ir mīļmantiņas, bez kurām jūtas nomākti un satraukti (Elza, Emma, Uldis). Vairums bērnu nav apguvuši elementārās higiēnas iemaņas (lieto autiņbiksītes, uz podiņu neprasās), kā arī patstāvīgi neēd, kas saskaņā ar teorētiskajiem datiem negatīvi atsaucas uz adaptācijas procesa norisi un bērna pašapziņas veidošanos.

Pēc adaptācijas norises nosacīti bērnus var iedalīt trīs grupās, kuras aplūkotas teorētiskajā daļā (Реш, Кудашев, Баранов, 2002):

- 1) Bērni, kas vētraini demonstrē savu attieksmi: Uldis, Niks, Elza, Emma, Evelīna, Markus.

- 2) Apātiski, bailīgi bērni, kas ar grūtībām veido kontaktu ar pieaugušo: Roberts, Amanda.
- 3) Sabiedriski bērni, kuru adaptācijas norise prognozējama viegla: Rolands, Kaspars, Sofija, Kate.

Tādejādi adaptācijas periodā īpaša uzmanība ir pievēršama Robertam un Amandai, kuri noslēdzas sevī, neveido kontaktu nedz ar pieaugušajiem, nedz bērniem. Ir grūti uztvert, kā jūtas bērns, ko viņš vēlas, vai vispār saprot uz sevi vērstu runu. Tāpat uzmanība būtu pievēršama Emmai un Evelīnai – meitenes pēc šķiršanās izrāda „vētrainas emocijas”, tomēr vēlāk nomierinās, ir klusas un sevī noslēgtas, atsakās iesaistīties kopīgās rotaļās. Uldim, Nikam un Elzai ir nepieciešama papildus emocionāla uzmanība dienas pirmajā pusē – bērni pēc šķiršanās no vecākiem vēlas, lai viņus samīļo, sēž klēpī. Var prognozēt, ka labvēlīga emocionālā kontakta veidošanās rezultātā bērni pieradīs pie jaunajiem apstākļiem, skolotāju sāks uztvert par „mātes aizvietotāju”, kas ļaus vieglāk adaptēties jaunajiem apstākļiem. Pēc pirmās nedēļas vērojumu datiem viegla adaptācija ir prognozējama 4 bērniem – Rolandam, Sofijai, Katei un Kasparam, tomēr ir jāņem vērā, ka pēc kāda laika šī situācija var mainīties, šiem bērniem var „apnikt” bērnudārzs.

Analizējot sākotnējās novērošanas datus, var saskaņāt likumsakarību – vieglāki adaptācijas rādītāji ir bērniem, kuriem ir pilni 2 gadi, kas var liecināt, ka daudzi pusotrgadīgie nav psiholoģiski gatavi pirmsskolas izglītības iestādei un tas var negatīvi ietekmēt adaptācijas norisi.

Lai būtu iespējams izvērtēt un grafiski atspoguļot izmaiņas sociāli emocionālajā stāvoklī adaptācijas periodā, bērni tika izvērtēti pēc izstrādātajiem kritērijiem (sk. 5.tab.).

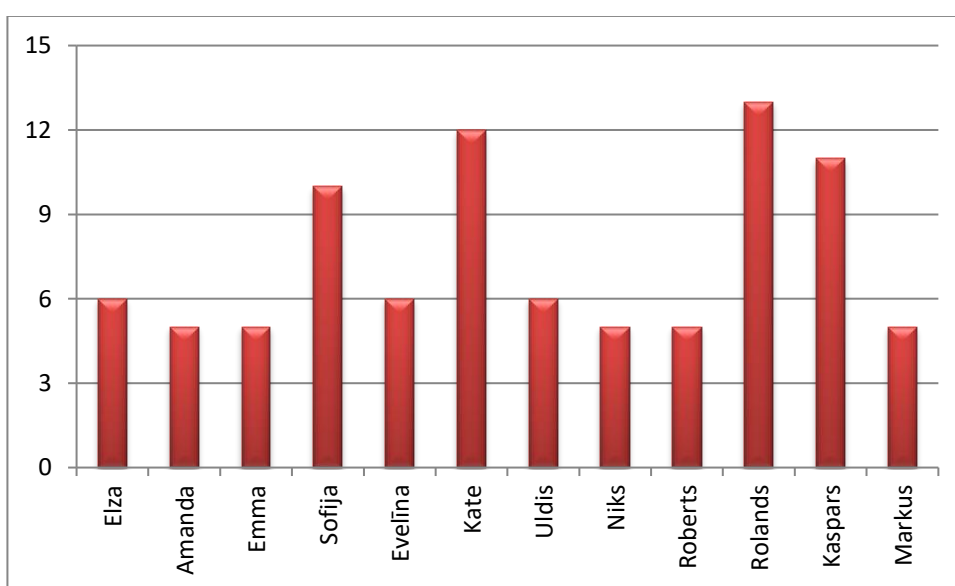
5.tabula. Pētījuma dalībnieku adaptācijas vērtējums pētījuma sākumā pēc kritērijiem

Bērns	Ierašanās PII	Mijiedarbība ar skolotāju	Mijiedarbība ar bērniem	Rotaļu darbība	Noteikumu ievērošana
Elza	1	2	1	1	1
Amanda	1	1	1	1	1
Emma	1	1	1	1	1
Sofija	2	2	2	2	2
Evelīna	1	2	1	1	1
Kate	3	3	2	2	2
Uldis	1	2	1	1	1
Niks	1	1	1	1	1
Roberts	1	1	1	1	1
Rolands	3	3	2	3	2
Kaspars	2	3	2	2	2
Markus	1	1	1	1	1

Ir jānorāda, ka 3 balles apzīmē veiksmīgu sociālo pielāgošanos jaunajiem apstākļiem. Par izietu adaptācijas procesu un adaptēšanos varētu uzskatīt gadījumu, kad bērns saņem 3 balles visos piecos kritērijos (kopā 5 balles), tomēr ir jāņem vērā arī bērnu individuālās attīstības īpatnības, temperaments, iepriekšējā pieredze, komunikācijas prasmes u.c. aspekti, kas atspoguļojas adaptācijas procesā.

Analizējot tabulā atspoguļotos datus, var secināt, ka 2 bērni (Kate, Rolands) ierodas no rītiem labā noskaņojumā, kas ir viens no sociālās adaptācijas priekšnoteikumiem. Ja sociālo adaptāciju vērtējam kā grupas noteikumu pieņemšanu, tad jāatzīst, ka vairums bērnu pirmajās nedēļās noteikumus neievēroja, lai gan skolotāja individuāli norādīja katram bērnam, ko darīt nevajadzētu, kā iet uz ēdamzāli pa pāriem u.c. Daļēji uzvedības noteikumus pieņēma Sofija, Kate, Rolands un Kaspars. Aktīvu rotaļu darbību pirmajā nedēļā demonstrēja tikai Rolands, tomēr vairumā gadījumu bērni demonstrēja vāju aktivitāti, kas sakrīt ar teorētiskajiem pētījumiem. Tāpat jānorāda, ka pētījuma analīzes gaitā netika atklātas izteiktas dzimumatšķirības adaptācijas procesā – nav pamata apgalvot, ka meitenes vai zēni adaptējas labāk. Tomēr tika novērots, ka zēniem biežāk nekā meitenēm bija tendence uz agresīvu savu emociju izrādīšanu, kas pārsvarā izpaudās kā agresija pret rotaļlietām (to mešana, spersana).

Grafiski kopējie adaptācijas rādītāji atspoguļoti 5.attēlā.



5.att. Adaptācijas rādītāji pētījuma sākumā

Tātad, jo lielāks ir kopējais balļu skaits, jo veiksmīgāk norit adaptācija. Uzskatāmi redzams, ka grupā izceļas 4 bērni ar labiem adaptācijas rādītājiem (Sofija, Kate, Rolands un Kaspars), pārējie bērni ir aptuveni vienādā līmenī – šiem bērniem ir prognozējama vidēja vai smaga adaptācija, kas atkarīgs no individuālajām īpatnībām.

2.3. Pētījuma gaita

Empīriskā pētījuma ietvaros, balstoties uz novērotajām bērnu interesēm un vajadzībām, tika izstrādāts pedagoģiskā darba plāns diviem mēnešiem, atlasot rotaļas, tai skaitā kustību un muzikālas rotaļas, kas sekmētu bērnu sociālo adaptāciju. Pedagoģiskā darba plāns sniegts 6.tabulā. Tematiskais plānojums veidots pa nedēļām.

6.tabula. Pedagoģiskā darba plāns

Nr.	Tēma	Sasniedzamais rezultāts	Izmantojamie paņēmieni
1	Es bērnodārzā	<ul style="list-style-type: none"> Bērns veido pirmo kontaktu ar skolotājiem Bērns sāk pieņemt uzvedības noteikumus grupā Bērns sāk interesēties par skolotāja piedāvātām rotaļām 	Rotaļa „Čapa-čapa kājiņas” „Re, kāds es”, „Divi mazi pirkstiņi” Iepazīstināšana ar marakasiem, tamburīniem Rotaļa „Grabulīši”, rotaļas ar smiltīm
2	Putniņi: cāļi, pīlītes	<ul style="list-style-type: none"> Bērns veido kontaktu ar skolotājiem, izrāda uzticēšanos Bērns ir gatavs palikt pēcpusdienas cēlienā Bērns pieņem uzvedības noteikumus Bērns sāk pats rotaļāties ar piedāvātajiem mūzikas instrumentiem 	Rotaļa „Pīļu māte, cāļu māte bērns veda”, „Re, kāds es”, „Divi mazi pirkstiņi” Elementārā muzicēšana: marakasi, tamburīni, apaļā kalimba, ksilofons Rotaļas ar smiltīm
3	Meža zvēri: Zaķi un lāči	<ul style="list-style-type: none"> Bērns spēj viegli nomierināties pēc vecāku aiziešanas Bērns pieņem uzvedības noteikumus, dažus sāk patstāvīgi atcerēties Bērns iesaistās frontālās rotaļās 	„Ejam ciemos”, „Zaķēni slēpjas” „Ir jau visi sanākuši: „Zaķīšu dejas” (muzikāla), „Re, kāds es”, Sitam, sitam plaukstiņas. Elementārā muzicēšana. Rotaļas ar smiltīm
4	Rudens lietutiņš	<ul style="list-style-type: none"> Bērns patstāvīgi spēj nomierināties, ja raud, ir bijis sarūgtināts Bērns ir aktīvs Bērns labprāt iesaistās frontālās nodarbībā 	„Rudenī”, „Zaķēni slēpjas”, „Sitam, sitam plaukstiņas”, „Rotaļa ar podziņām”, „Mazputniņi un vanags” Elementārā muzicēšana. Rotaļas ar smiltīm
5	Rudens vējš	<ul style="list-style-type: none"> Bērns sāk mijiedarboties ar vienaudžiem brīvās rotaļās Bērna aktivitātes ir daudzveidīgas Bērns kļūst patstāvīgāks ikdienas darbību veikšanā 	„Mēs vingrojam”, „Rudenī”, „Vilcieniņš”, „Pankūciņa”, Rotaļa „Krāsainās lapas”, „Cepu, cepu kukulīti”, Sitam, sitam plaukstiņas Elementārā muzicēšana
6	Rudens veltes	<ul style="list-style-type: none"> Bērns turpina nostiprināt prasmes mijiedarbībā ar pieaugušajiem un vienaudžiem Bērns aktīvi iesaistās frontālās rotaļās 	„Rīta vingrošana”, „Rudenī”, „Ābolu lasīšana”, „Re, kāds es”, „Rotaļa ar podziņām”. Rotaļas ar smiltīm. Elementārā muzicēšana
7	Kaķi un peles	<ul style="list-style-type: none"> Bērns patstāvīgi sāk ievērot grupas kārtības noteikumus, kas saistīti ar dienas ritu Bērns labprāt mijiedarbojas ar bērniem 	„Bumbas ripināšana”, „Kaķi un peles”, „Re, kāds es”, „Rotaļa ar podziņām”. Elementārā muzicēšana. Rotaļas ar smiltīm
8	Mājas	<ul style="list-style-type: none"> Bērns ierodas PII labā noskaņojumā Patstāvīgi atrod sev nodarbošanos Ar interesi iesaistās skolotāja vadītās aktivitātēs Darbojas kopā ar vienaudžiem 	„Bumbas ripināšana”, „Draudzīgie lācēni”, „Ejam pastaigā”, „Ceļam māju”. Kopīga būvēšana no lieliem mīkstajiem klučiem Elementārā muzicēšana. Rotaļas ar smiltīm

Visu minēto rotaļu apraksti sniegti 2.pielikumā. Kopumā tika izmantotas 22 kustību, muzikālas rotaļas, kas tika izmantotas gan individuāli, gan frontāli, vadoties pēc bērnu noskaņojuma un gatava iesaistīties rotaļās. Pirmajā nedēļā liela daļa rotaļu tika veidotas individuāli vai nelielās apakšgrupās līdz 3-4 bērniem, jo bērniem bija grūti iesaistīties, bērni nestājās aplī, neveidoja kontaktu ar skolotāju. Daļa bērnu ilgstoši raudāja, tādēļ tika izmantotas kustību rotaļas ar šiem bērniem, turot viņus klēpī.

Visā pedagoģiskajā procesā tika izmantotas rotaļas ar smiltīm – grupiņā izveidots piepūšams baseiniņš 40 x 60 cm, kurā ir kinestētiskās smiltis. Baseiniņš tika likts uz grīdas, kurai uzklāta apakšā vaskadrāna, kas atvieglo smilšu savākšanu, ja bērni ir tās izmetuši ārpus baseina rotaļas laikā.

Papildus izmantotas nelielas smilšu formītes un nelielas plastikāta rotaļlietas. Tāpat tika izmantoti nelieli koka marakasi (pieejami katram bērnam), grupā bija 2 ksilofoni, apaļa kalimba (darināta no kokosrieksta), kā arī tamburīni un zvārguļi (sk. 6.att.).



6.attēls. Adaptācijas procesā izmantotie līdzekļi: kinestētiskās smiltis un mūzikas instrumenti

Lūk, daži pedagoģiskā procesa novērojumi.

1. nedēļā *Evelīna nevēlas atlaist māti, kliez, kad māte aiziet, kliez, kad skolotāja vēlas paņemt rokās, sauc mammu. Uldis ir ļoti nobijies un raud, taču viņš nedaudz nomierinās, kad skolotāja paņem rokās. Skolotāja ar Uldi klēpī nosēžas uz paklāja, iedod marakasu Uldi, zēns paņem. Dod Evelīnai, meitene paslēpj rokas aiz muguras. Skolotāja skaita pantiņu „Grabulīši”, rāda kustības, atkārtojot nedaudz iesaistās Uldis, Evelīnai vairs nekliez, sāk vērot.*

Šis novērojums liecina, ka bērni dažādi reaģē uz stresu, tomēr kustību rotaļas ar mūzikas instrumentiem bērnus saista.

Amanda pēc mātes aiziešanas nomierinās, piespiedusi sev klāt plīša lācīti, sēž uz paklāja stūrī, uz apkārtējiem nereaģē. Skolotāja viņu aicina, meitene nereaģē. Skolotāja pievelk klāt baseiniņu ar smiltīm. Rāda, kā var paņemt smiltis rokās. Amanda vēro, ko dara skolotāja, ar vienu pirkstu piebilsta baseinu, tad atrauj roku. No malas sāk par smiltīm izrādīt interesi Sofija, meitene pienāk klāt un paņem sauju, izber uz grīdas. Skolotāja rāda, ka tā nevajadzētu rīkoties, jo tad smiltiņas ir jāmet ārā. Meitene noliecas sāk darboties ar smilšu formītēm. Arī Amandas paņem vienu formīti un piepilda to ar smiltīm.

Vērojums liecina, ka bērnu, kurš kļūst apātisks un bailīgs, ir iespēja aktivizēt un ieinteresēt ar viņam zināmu darbības veidu – šajā gadījumā tās ir smiltis. Visi bērni ir raduši rotaļāties ārā smiltīs. Šis darbības veids saistīja visus bērnus. Galvenās grūtības, kas saistījās ar so darbības veidu, bija:

- Vienlaicīgi varēja izrādīt interesi vairāki bērni, kuri savā starpā sāka grūstīties un ņemt cits citam nost rotaļlietas (piemēram, Kaspars pirmajās nedēļās grūda citus bērnus prom, Niks dusmīgi ņēma nost citiem rotaļlietas)
- Bērni var sākt izmētāt smiltis: lai mazinātu to, rotaļas laikā pastāvīgi tika atgādināts, kā ir jārotaļājas ar smiltīm telpās
- Daži bērni vēlējās patstāvīgi pārvietot smilšu kasti, arī tad, kad skolotāja nav līdzās (grupā guļamistaba ir atsevišķā telpā, smilšu kaste stāv tur, kad ar to nespējās).

Minētie trūkumi noteica arī smilšu izmantošanas īpatnības – smilšu rotaļas ir iespējams izmantot individuālās un apakšgrupu nodarbībās, kuras vada skolotājs. Tās adaptācijas procesā nav piemērotas patstāvīgām rotaļām, jo bērni vēl nav pieņēmuši un sākuši ievērot iekšējās kārtības noteikumus, tie ir pastāvīgi jāatgādina, tādēļ, lai izvairītos no tādām darbībām kā smilšu mešana gaisā, smilšu neatbilstoša izmantošana, šīs rotaļas notika tikai pieaugušā (skolotājas vai skolotājas palīdzes) vadībā.

Jau pirmajās nedēļās bērni pakāpeniski tika iepazīstināti ar mūzikas instrumentiem. Sākumā bērniem tika piedāvāti marakasi un zvārguļi – tie ir instrumenti, ko viegli paņemt vienā rokā un grabināt. Šie instrumenti tika arī izmantoti muzikālās rotaļās, arī rotaļā „Grabulīši”. Pakāpeniski bērniem tika piedāvāti arī citi mūzikas instrumenti.

Lūk, daži vērojumi, kā bērni ar tiem iepazīstas.

Kate aplūko kalimbu, krata to. Skolotāja rāda, ka ar pirkstu var nospiegt metāla mēlītes. Meitene mēģina, neizdodas. Viņa nomet instrumentu. To paceļ Rolands. Zēnam izdodas patrinkšķināt, taču acīmredzami ātri nogurst, Markuss vēro, sāk sist pa metāla mēlītēm ar kociņu, kas paredzēts ksilofonam. Rolands paņem otru kociņu un abi zēni sit pa kalimbas metāla mēlītēm. Nedaudz vēlāk Niks, izmēģinājis iegūt skaņas ar pirkstiem, paņem

koka olu un sāk sist pa kalimbas apaļo muguriņu. Tiek iegūta doba skaņa, par ko zēns ļoti priecājas, sāk lēkāt.

Vērojumi liecina, ka bērnu uzmanību ļoti piesaista viņiem neparasti mūzikas instrumenti, ar kuriem viņi nav agrāk saskārušies. Lai arī šim kalimbas modelim metāla mēlītes ir samērā mīkstas un tās ir viegli darbināt pat divgadīgam bērnam, tomēr acīmredzami bērnu pirkstu motorika attīstīta nepietiekami. Bērni atrod jaunus paņēmienus, kā spēlēt „mūziku”. Ir jāuzsver, ka ar šo instrumentu bērni, kas atrada „alternatīvu” muzicēšanas veidu darbojas pietiekami ilgstoši – 7-15 minūtes, kas ir augsts rādītājs divgadīgam bērnam.

Pētījumā tika iekļautas arī atsevišķas rotaļas, kas paredzēja bērnu muzicēšanu. Te jāmin „Rotaļa ar podziņām” – bērni ņēma pa divām koka olām un tās sita kopā. Lūk, neliels vērojums, pirmo reizi organizējot rotaļu.

Niks paņem vienu olu, sāk viņāt pa zemi. Rolands met pret zemi un skatās, vai neatlec. Skolotāja rāda, kā var sasist oliņas savā starpā. Uldis paņem aiz olas resnākās puses un mēģina sist kopā ar tievākajiem galiem, kustību koordinācija ir nepietiekama, ne katru reizi sanāk. Amanda nedroši vēro. Ir nepieciešams ilgāks laiks, līdz meitene paņem vienu olu, pēta to, tad paņem vēl vienu, nedaudz paberzē, pasit vienu pret otru, viegli pasmaida.

Lai uzsāktu rotaļu, kā liecina minētais vērojums, bērni vēlas iepazīt jauno rotaļlietu, to pēta, izmēģina dažādas darbības. Vairāki bērni tās mēģināja ripināt, tādēļ skolotāja parādīja, ka šīs oliņas var ripināt pa auto trasi (lejupejoša) – bērni ar to aizrāvās un ikdienas procesā sāka bieži ripināt oliņas. Olu sasišana, lai iegūtu skaņu, bērniem kļūst sekundāra nodarbošanās. Tika ievērots, ka Evelīna izmēģināja arī sišanu pa olu ar kociņu vai mazo marakasīņu, abos gadījumos iegūstot atšķirīgas skaņas.

Jāuzsver, ka adaptācijas procesa sākuma daļā lielākā daļa bērnu rīta cēlienā raudāja, tādēļ svarīgi bija nomierināt katru individuāli. Te plaši tika izmantotas kustību rotaļas, kas spēlējams individuāli vai nelielās apakšgrupiņās, piemēram, „Cepu, cepu, kukulīti”, „Sitam, sitam plaukstiņas u.c.”

Ļoti labvēlīgu efektu atstāja mūzikas atskaņošana: te pārsvarā tika izmantotas uzmundrinošas bērnu dziesmiņas. Arī periodos, kad bērni zīmēja, veidoja, aplicēja, fonā tika atskaņota instrumentālā mūzika. Kādā nodarbībā, neieslēdzot mūziku, Kate sēž, nesāk darboties, saka „Mūzika”, tādējādi „atgādinot skolotājai, par nepieciešamību ieslēgt mūziku fonā”.

Septembrī uzsvars tika likts uz rotaļām, kurās bērni (arī frontālās nodarbībās), varēja aktīvi darboties neatkarīgi cits no cita, ar orientāciju uz skolotāju. Te izdalāmas tādas muzikālas kustību rotaļas kā „Ejam ciemos”, „Zaķīšu deja”, „Rudenī”, „Ceļam māju”.

Lūk, daži vērojumi, kā bērni reaģē uz frontālām rotaļām, kurās jāatkārto skolotāja rādītas darbības.

Rotaļa „Rudenī”. Elza nostājas aplī, skatās uz skolotāju, neko neatkārto. Markus grozās, skatās apkārt. Rolands cenšas atkārtot kustības ar novēlošanos – skolotāja parāda kustību, pēc tam Rolands to atkārto. Līdzīgi rīkojas arī Sofija.

Šī vērojuma dēļ sākotnēji tika palēnināts šādu rotaļu temps, atsevišķi uzsvāru liekot uz katru rindiņu un kustību, lai sekmētu, ka bērni to izpilda. Jānorāda, ka tieši „Rudenī” bērniem ļoti iepatikās kustības un vairums labprāt tajā piedalījās.

Vēl vienu grupu veido rotaļas, kurās nepieciešams veikt kādas konkrētas darbības, piemēram, „Pīļu māte, cāļu māte bērnus veda”, „Zaķēni slēpjas”, „Pankūciņa”, „Mazputniņi un vanags”, „Krāsainās lapas”, „Ābolu lasīšana”.

Rotaļā „Krāsainās lapas” un „Ābolu lasīšana” bērniem ir jāsalasa groziņos izbārstītās papīra lapas un bumbiņas.

Pirmajā reizē organizējot rotaļu „Krāsainās lapas”, bērni izvēlas atšķirīgas darbības. Piemēram, Niks sāk mētāt lapas, skatās kā tās krīt. Sofija pati izvirza sev papildus nosacījumu – lasīt sarkanās lapas ar paskaidrojumu „Tā patīk” (meitenei ļoti patīk sarkanā krāsa). Roberts apsēžas un ņem papīra lapas saujā, tās ņurca un mēģina saplēst.

Šis vērojums atkal ļauj pārlicināties, ka bērni vēl neprot pieņemt noteikumus, viņi īsteno atšķirīgas darbības, kas ļauj uzkrāt sensoro, juteklisko pieredzi. Bērni sāk pieņemt nosacījumus tikai tad, kad ir labi iepazinušies ar materiālu, skolotāja ar savu piemēru rāda, kas ir ar to jādara. Nepieciešams uzsvērt, ka adaptācijas perioda pirmajā pusē daļa bērnu nereaģēja uz aizrādījumiem vai varēja sākt raudāt, tādēļ jebkuras nevēlamās darbības bija nepieciešams novērst ļoti uzmanīgi, ņemot vērā bērnu pārmērīgo emocionalitāti.

Līdzīgi arī rotaļā „Lasām ābolus” vairums bērnu sāk spēlēties ar bumbiņām, groziņā cenšas tās salasīt tikai Kate. Rotaļu atkārtojot uzdevuma izpildes precizitāte ievērojami paaugstinās.

Pakāpeniski tika ievadītas rotaļas, kurās paredzēta lielāka mijiedarbība starp bērniem. Piemēram, rotaļā „Ir jau visi sanākuši” bērniem bija jāpagriežas citam pret citu un jāsvēcinās. Septembra beigās tika organizēta arī rotaļa „Mazputniņi un vanags”. Sofija, Evelīna, Kate, Roberts, Kaspars labi pieņem noteikumus, Rolands skraida un „vēzē spārnus”, ignorējot to, ka apkļususi mūzika, nesaprot kāpēc skolotāja (vanags) viņu noķer. Uldis stāv malā, viegli kustina rokas. Emma stāv pie krēslīņa, kad skolotāja dod signālu, ka ir jāapsēžas, meitene apsēžas. Minētie vērojumi liecina, ka daļa bērnu ne vienmēr pievērš uzmanību skolotājam. Vērtējot adaptācijas norisi, ir vērojama pozitīva dinamika – bērni sāk par aktivitātēm izrādīt arvien lielāku uzmanību.

Oktoobrī bērniem tika piedāvātas rotaļas, kas paredzēja ciešāku bērnu savstarpējo mijiedarbību. Noteikti nepieciešams raksturot kustību rotaļas, kas paredzēja bērnu tiešu savstarpējo mijiedarbību. Te jāmin tādas rotaļas kā „Vilcieniņš”, „Bumbas ripināšana”, „Lācēni”.

Interesanta bija bērnu reakcija rotaļā „Bumbas ripināšana” (pāros), kas tika pirmo reizi organizēta septembra beigās. Rolands pāri ar Sofiju uzreiz saprot, kas jādara. Rolandu aizrauj aktīvas nodarbības ar priekšmetu mešanu, ripināšanu, tieši tajās zēns rotaļājas kopā ar citiem bērniem, sāk ievērot noteikumus. Uldis ir pāri ar Elzu. Elza atripina bumbu. Uldis to paņem ar rokām, tur. Kad skolotāja rosina ripināt meitenei atpakaļ, Uldis iekrampējas bumbā, purina galvu, kad skolotāja lūdz bumbu atdot viņai, zēns sāk raudāt, nākas zēnu mierināt un atļaut parotaļāties vienam, ar Elzu pāri nosēžas skolotāja, Uldis īsu brīdi vēro, tad aiziet sānis, apsēžas un ripina bumbu sev starp kājām, neizlaižot. Evelīna šajā rotaļā piedalās, taču viņa ripina, neskatoties uz rotaļu partneri, vēro skolotāju.

Organizējot rotaļu „Vilcieniņš”, bērniem piedāvā doties ceļojumā – visiem jāstājas cits citam aiz muguras, vienu roku noliekot uz priekšā stāvošā pleca.

Elza stāv priekšā, labprāt apliek roku priekšā stāvošai skolotājas palīdzībai, taču kad aiz viņas stāvošais Kaspars meitenei uzliek roku uz pleca, to tūdaļ neapmierināta nopurina. Amanda atsakās likt roku, sāk raudāt, kad viņai uzliek roku Nīks, skolotājas palīdzība Amandu paņem pie rokas kā „Mašīnista palīgu”. Rotaļas laikā bērni vairākkārt noņem roku no priekšā stāvošā pleca.

Vērojums liecina, ka bērniem ir grūtības mijiedarboties. Jānorāda, ka lielā mērā šī situācija tika noregulēta līdz oktobra beigām, tomēr daļai bērnu saglabājās grūtības savstarpējā mijiedarbībā un noteikumu ievērošanā.

Interesanti novērojumi saistāmi ar to, ka, iepazīstoties ar jaunām rotaļām, rotaļlietām, instrumentiem, bērni nereti izvirza savus mērķus un šķietami ignorē skolotājas piedāvātos darbības veidus. Tikai tad, kad bērni ir iepazīnuši materiālu, izmēģinājuši dažādus darbības veidus, pieskaņojot jau zināmo jaunajam, viņi ir gatavi „iet tālāk” un ieklausīties skolotājā. Jo ierastāks kļuva bērnu ikdienas ritms, jo paaugstinās bērnu prasmes pieņemt un ievērot grupas iekšējās kārtības noteikumus. Tas liecina par nepieciešamību pastiprinātu uzmanību pievērst adaptācijas procesa organizācijas kārtībai un darbību prognozējamībai no bērnu viedokļa.

2.4. Pētījuma rezultātu analīze un ieteikumu izstrāde pirmsskolas skolotājiem

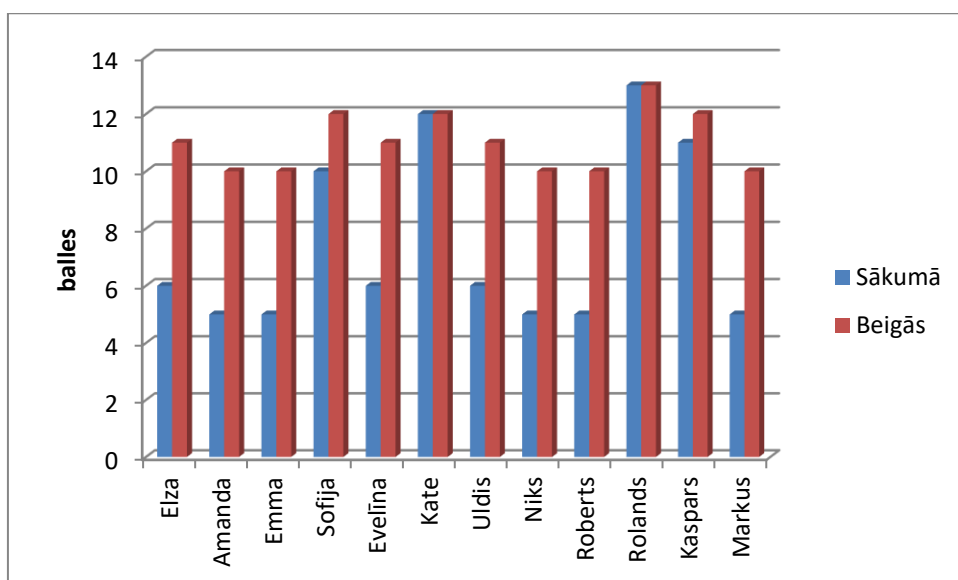
Pēc divu mēnešu ilga adaptācijas procesa atkārtoti tika izvērtēta bērnu adaptācijas rādītāji pēc izstrādātajiem kritērijiem. Pārskats par iegūto vērtējumu sniegts 7.tabulā.

7.tabula. Pētījuma dalībnieku adaptācijas vērtējums pētījuma beigās pēc kritērijiem

Bērns	Ierašanās PII	Mijiedarbība ar skolotāju	Mijiedarbība ar bērniem	Rotaļu darbība	Noteikumu ievērošana
Elza	2	3	2	2	2
Amanda	2	2	2	2	2
Emma	2	2	2	2	2
Sofija	3	3	2	2	2
Evelīna	2	3	2	2	2
Kate	3	3	2	2	2
Uldis	2	3	2	2	2
Niks	2	2	2	2	2
Roberts	2	2	2	2	2
Rolands	3	3	2	3	2
Kaspars	2	3	2	3	2
Markus	2	2	2	2	2

Analizējot tabulā iekļautos datus, nākas secināt, ka ir izzudis vērtējums „1”, kas liecina par smagu adaptācijas norisi. Lai arī no rītiem bērni nereti kašķējas, raud, nevēlas šķirties no vecākiem, taču spēj ļoti ātri nomierināties pēc ierašanās grupā, bērni sāk arī pieņemt grupā pieņemtos kārtības noteikumus, lai arī nereti tie ir jāatgādina. Tas ir vairāk saistāms ar bērnu vecuma īpatnībām. Ja pētījuma sākumā nereti bērni ignorēja skolotāja aicinājumus, aizrādījums, tad tagad ievēro skolotāja uzrunas un atgādinājumus. Kad jāiet, piemēram, ārā, daudzi bērni paši sastājas pāros un gaida skolotāju. Ir ievērojami paaugstinājusies bērnu vispārējā aktivitāte, bērni labprāt iesaistās rotaļu darbībā – gan rotaļājas ar grupā esošajām rotaļlietām, gan piedalās skolotāja aktivitātēs. Nedaudz vājāk ir attīstīta mijiedarbība ar vienaudžiem. Tomēr, ja pētījuma sākumā daži bērni izvairījās no kontaktiem ar vienaudžiem, tad pētījuma beigās bērni jau labprātāk iesaistījās visās rotaļās. Protams, netika sasniegti teicami rādītāji, kas ļautu apgalvot, ka visi bērni ir veiksmīgi pielāgojušies. Tas saistāms ar bērnu individuālās attīstības īpatnībām un uzkrāto sociālo pieredzi ārpus pirmsskolas izglītības iestādes.

Noteikti ir jāmin arī paša vecuma attīstības iespējas, par ko liecina kopējie rādītāji. Bērni, kuriem bija augsti pozitīvi rādītāji pētījuma sākumā (Kate, Rolands), saglabāja tādu pašu rādītāju. Lai arī ir novērojama neliela pozitīva dinamika, tomēr tā nav tik izteikta, lai to apzīmētu ballēs. Kopējo rādītāju dinamika atspoguļota 7.attēlā.



7.attēls. Adaptācijas rādītāju dinamika

Apkopojot rezultātus, var secināt, ka sākotnēji izvirzītā hipotēze ir apstiprināma. Pētījuma rezultāti un adaptācijas periodā veiktie novērojumi ļauj izstrādāt dažus ieteikumus pirmsskolas skolotājiem par adaptācijas procesa sekmēšanu 1,5-2 gadus veciem bērniem:

- 1) Pirmajā nedēļā ieteicams bērniem palikt tikai līdz diendusai. Bērni pēc pirmās diendusas pirmsskolā var izrādīt aizvainojumu, raudāt, jūtoties pamesti. Lai mazinātu šādu stresu, svarīgi, lai bērns vispirms iepazītu pašu pirmsskolas vidi kā tādu.
- 2) Ja bērns raud, šķiroties no vecākiem rītā, ieteicams, viņu uzreiz paņemt klēpī, spēlēt kādas kustību rotaļas, kurās izmantotas rotaļlietas, smieklīgas grimases, jautri pantiņi. Te ļoti piemērotas ir tautas ucināšanas rotaļas. To pamatmērķis ir sekmēt pozitīvu emociju veidošanos, palīdzot bērnam nomierināties. Adaptāciju neveicina paņēmiens – ilgstoši turēt klēpī bērnu, pat viņš pats tā pieprasa. Ir svarīgi bērnu pēc iespējas ātrāk aktivizēt, ja iespējams, tad agrīni piesaistīt citus bērnus.
- 3) Ja bērns ir apātisks un „pārāk kluss” pēc šķiršanās no vecākiem, ieteicams spēlēt ar viņu rotaļas, kontaktu veidojot „no attāluma” – skolotājs nosēžas iepretim bērnam un sāk ieinteresēt ar dažādām darbībām. Augstus rādītāju var sasniegt, darbojoties ar kinestētiskām smiltīm, kā arī ar vienkāršiem mūzikas instrumentiem, kurus var purināt vai pa tiem var sist. Ir piemēroti gan pašu gatavoti skaņu instrumenti, gan arī rūpnieciski iegādāti.
- 4) Adaptācijas perioda sākumā kustību rotaļas ir organizējamās tādas, kas paredz tikai mijiedarbību ar pieaugušo. Ir bērni, kuri negatīvi reaģē uz ciešāku

mijiedarbību ar vienaudzi, tādēļ periodā, kad adaptācijas process tikai sācies, bērnu nevajadzētu pārslogot.

- 5) Organizējot kustību rotaļas, pakāpeniski var pāriet uz rotaļām, kurās bērni sadodas rokās vai kā savādāk saskaras, veido ciešāku kontaktu. Skolotājam ir uzmanīgi jāraugās, lai šādas rotaļas neradītu kādam bērnam negatīvas emocijas.
- 6) Ikdienas pedagoģiskajā procesā bērnus ļoti saista mūzikas klausīšanās – parasti tās ir bērnu dziesmiņas ar uzmundrinošu, vieglu ritmu – lielai daļai bērnu patīk dejot, regulāra mūzikas klausīšanās palīdz atraisīties bērniem, jo īpaši rīta cēlienā, kad dominē negatīvs noskaņojums pēc šķiršanās no vecākiem.
- 7) Organizējot kustību rotaļas, ir jāievēro vairāki svarīgi nosacījumi:
 - Kustību rotaļu saturam un veidam (muzikāla, ar straujām fiziskām kustībām vai ar kustību atkārtošānu u.c.) jāatbilst šajā rotaļā iesaistīto bērnu interesēm. Ja bērns ir straujš, tad arī rotaļai ir jābūt pietiekami straujai. Tāpat rotaļā var iesaistīt bērna mīļākās rotaļlietas.
 - Nevienā kustību rotaļā nevar būt zaudētāju un uzvarētāju. Pat ja noteikumi paredz noķeršanu, bērns arī pēc tās turpina piedalīties rotaļā.
 - Rotaļa var ilgt līdz 5 minūtēm, pēc tam daļa bērnu sāk zaudēt interesi un uzmanību. Ja rotaļa organizēta, reaģējot uz problēmu bērnu uzvedībā, bet tā netiek pilnībā atrisināta rotaļas laikā (piemēram, bērns turpina raudāt), darbības veidu nepieciešams nomainīt. Tās var būt rotaļas ar priekšmetiem vai kustību rotaļas.
- 8) Individuāli ir organizējamas rotaļas rīta cēlienā un momentos, kad bērns raud vai ir noslēdzies sevī, tomēr, ja vēl kāds bērns izrāda interesi (vēro no malas), viņš noteikti ir jāaicina piedalīties frontālās, apakšgrupu nodarbībās.

Secinājumi

Apkopojot teorētiski un empīriski iegūtos rezultātus, tika formulēti šādi secinājumi:

1. Sociālā adaptācija šī pētījuma kontekstā ir bērna pierašana un pielāgošanās pirmsskolas izglītības iestādes videi. Šo pielāgošanos ietekmē iekšēji faktori (bērna attīstība kopveselumā) un ārējie faktori (pirmsskolas izglītības iestādes vide, iepriekšējā sociālā pieredze, pieaugušo organizēta darbība adaptācijas sekmēšanai).
2. Sociālā adaptācijā izdalāmi trīs smaguma līmeņi, kas izpaužas gan adaptācijas procesa ilgumā, gan arī psihiskajā un fiziskajā reakcijā: viegla (īss periods, minimāls psihisks un emocionāls diskomforts), vidēja un smaga (ilgst virs 60 dienām, raksturīgs psihiskās un emocionālās sfēras regress).
3. Par sociālās adaptācijas kritērijiem var izdalīt komunikāciju un sadarbību ar vienaudžiem un pieaugušajiem; sociālās lomas pieņemšanu, kas izpaužas kā iekšējās kārtības noteikumu pieņemšana; emocionālo stāvokli jaunajā vidē, vispārējo aktivitāti. Šo kritēriju rādītāji aplūkoti darba empīriskajā daļā.
4. Saskaņā ar teorētiskajām 1,5-2 gadus veci bērni ir kustīgi, aktīvi pasaules pētnieki, bērniem patīk pārvietoties, dejot, darboties ar rotaļlietām, tādejādi videi, kurā uzturas bērni, ir jābūt drošām bērnu fiziskās aktivitātes dēļ. Dabiskā interese par ritmu, mūziku, pamato iespējas pedagoģiskajā procesā plaši izmantot kustību un muzikālās rotaļas.
5. Agrīnā vecuma bērniem ļoti būtiskas ir rotaļlietas – svarīgi, lai pirmsskolā būtu pieejamas bērnu interesēm atbilstošas rotaļlietas, iespēja ņemt uz izglītības iestādi savu iemīļoto rotaļlietu, kas šajā gadījumā pilda aizsargfunkcijas.
6. Empīriskajā pētījumā tika izdalītas trīs bērnu grupas: bērni, kas vētraini demonstrē savu attieksmi (raud, emocionāli reaģē), Apātiski, bailīgi bērni, kas ar grūtībām veido kontaktu ar pieaugušo, kā arī sabiedriski bērni, kuru adaptācijas norise prognozējama viegla
7. Pirmajās nedēļās īpaši zemi rādītāji ir tādos kritērijos kā ierašanās pirmsskolā (bērni raud, atsakās piedalīties aktivitātēs), kā arī mijiedarbība ar vienaudžiem. Smaga adaptācija tika prognozēta 5 bērniem no 12, kas saistāms ar bērnu vecumu (pusotra gada vecums) un nepietiekamo iepriekšējo sociālo pieredzi.
8. Augstus rādītājus adaptācijas sekmēšanā uzrādīja darbs ar kinestētiskām smiltīm, mūzikas instrumentu spēlēšana (galvenokārt vienkārši, kurus var purināt vai pa kuriem var sist ar rokām – marakasi, zvārguļi, tamburīni), kā arī muzikālas kustību rotaļas, kurās fonā tika atskaņota mūzika. Individuālā darbā piemērotas rotaļas, kuras var spēlēt, bērnu turot klēpī.

9. Pēc divu mēnešu adaptācijas procesa bērnu sociālās adaptācijas rādītāji ievērojami uzlabojās. Nemainīgi palika diviem bērniem, kuri sākumā demonstrēja augstākos (vieglākās adaptācijas) rādītājus. Šādi rezultāti saistāmi ar bērnu vecumposma īpatnībām.
10. Kopumā sasniegtie rezultāti vērtējami pozitīvi, kas ļauj apstiprināt sākotnēji izvirzīto hipotēzi: 1,5 – 2 gadus veci bērni veiksmīgi adaptēsies pirmsskolas izglītības iestādē, ja ikdienas pedagoģiskajā procesā bērniem tiks nodrošināta individuāla pieeja, iesaistot bērnu interesēm un vajadzībām atbilstošās muzikālās kustību aktivitātēs.

Izmantotās literatūras un avotu saraksts

1. Āboltiņa L. (2011). Bērnu ar dažādu attīstību sociālā adaptācija vispārīzglītojošās skolas 1. klasē. No: LU Raksti. Pedagoģija un skolotāju izglītība. 759. sēj. Rīga: LU, 8.-19. lpp
2. Āboltiņa L. (2013) 7-gadīgo bērnu sociālās adaptācijas 1.klasē modeļa apraksts. The collection of scientific papers. Online: file:///C:/Users/User/AppData/Local/Temp/6-23-1-PB.pdf
3. Āboltiņa L. (2014) 7-gadīgo bērnu sociālā adaptēšanās skolā 1.klasē. Promocijas darbs pedagoģijas zinātņu doktora grāda iegūšanai skolas pedagoģijas apakšnozarē. Rīga: LU. Pieejams: https://dspace.lu.lv/dspace/bitstream/handle/7/4949/44296-Liga_Aboltina_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Āboltiņa L. (2018) Bērnu sociālās adaptēšanās un mācību sasniegumu mijiedarbība pedagoģiskajā procesā skolā. Latvijas Universitātes Raksti, 2018, 816. sēj., 185.-194.lpp. <https://doi.org/10.22364/ped.luraksti.816.13>
5. Albrow M., Xiaoying Z. (2014) Weber and the Concept of Adaptation:the Case of Confucian Ethics. URL: <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.911.3936&rep=rep1&type=pdf>
6. Batņa V. (2001) Rosinot bērna iekšējo pasauli. Rīga: Raka.
7. Baltiņa M. (2018). Sociālā pedagoga darbs skolēnu sociālās adaptācijas veicināšanai. Sociālās pedagoģijas un sociālā darba jautājumi un risinājumi. Berlin, GlobeEdit
8. Brice B., Barajune I. (2011) Vingrosim ar dziesmiņu. Rīga: Raka.
9. Dzintere D., Stangaine I. (2005) Rotaļa – bērna dzīvesveids. Rīga: Raka.
10. Dzintere D., Stangaine I. (2007) Rotaļa – bērna dzīvesprasmju sekmētāja. Rīga: Raka.
11. Gailuma S. (2002). Mazbērna adaptācijas īpatnības pirmsskolas izglītības iestādes rotaļu grupā. Grām.: *Bērns kā individualitāte pirmsskolas izglītības iestādē*. Rīga: Izglītības soļi, 84.-114. lpp
12. Kakse V. (2017) *Izglītība mūsdienīgai lietpratībai: mācību satura un pieejas apraksts*. Pieejams: <http://www.izm.gov.lv/images/aktualitates/2017/Skola2030Dokuments.pdf>
13. Kaņepēja R., Āboltiņa L. (2009). Bērnu literatūra bērna adaptācijas periodā pirmsskolā. No: LU Raksti. Pedagoģija un skolotāju izglītība. 747. sēj. Rīga: LU, 32.-44. lpp.
14. Konstantinova I. (2011) Kustību prieks dienai. Rundāle.
15. Lanka, A. (2003) Pedagoģiskais process. Rīga, RTU
16. Lieģenice D. (1999) Kopveseluma pieeja audzināšanā. Rīga: Raka.

17. Mārtinsone, K., Perepjolkina, V. u.c. (2015) *Psiholoģija 2: Personība, grupa, sabiedrība, kultūra*. Rīga: Zvaigzne ABC.
18. Peyre H.M. (2020) *Émile Durkheim*. Encyclopædia Britannica. URL:
<https://www.britannica.com/biography/Emile-Durkheim>
19. *Pirmsskolas mācību programma*. Kompetenču pieeja mācību saturā. Projekta vadītāja A. Miesniece. Rīga: Valsts izglītības satura centrs, 2019.
20. Skujiņa V. (red.) *Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca*. Rīga: Zvaigzne ABC.
21. Svence G. (1999) *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
22. Šiļņeva L. (2000) *Sociālā darba terminoloģijas vārdnīca*. Rīga: Attīstība
23. Terziev, V. (2019). Conceptual framework of social adaptation. URL:
https://www.researchgate.net/publication/331063978_conceptual_framework_of_social_adaptation
24. Vorda S. (2017) *Mazais runā*. Rīga: Zvaigzne ABC.
25. Xing L.-F., Chen L.-T, Qian Y.-L. (2014). Comparison of social adaptation in preschool singleton children born after frozen and fresh em-bryo transfer in art. Repro-ductive Medicine, Women's Hospital, School of Medicine, Zhejiang University, Hangzhou, Zhejiang, China. Online: [https://www.fertstert.org/article/S0015-0282\(14\)00689-X/pdf](https://www.fertstert.org/article/S0015-0282(14)00689-X/pdf)
26. Бочкарева, О. И. (2008) *Организация деятельности по формированию культурно – гигиенических навыков и этикета*. Младшая и средняя группы. Волгоград: ИТД «Корифей»
27. Волков Б.С. Волкова Н.В. (2002) *Детская психология*. Психическое развитие ребёнка до поступления в школу. Москва: Общ.Рос
28. Волобуева Н. А., Климова Т. В., Ширшова В. М. (2012) Адаптация детей к условиям дошкольного учреждения. *Вестник НГПУ*. №5. URL:
<https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-detey-k-usloviyam-doshkolnogo-uchrezhdeniya>
29. Галанов А. (2006) *Психическое и физическое развитие ребенка от 1 года до 3 лет*. Москва: Аркти.
30. Герасимова А., Кузнецова В. (2004) *Школа раннего развития*. Все аспекты развития вашего ребенка. От рождения до трех лет. Москва: Нева.
31. Гудкова А.С.(2017) Психолого - педагогическое сопровождение детей раннего возраста в период адаптации к условиям детского сада. *Актуальные вопросы реализации ФГОС дошкольного и начального общего образования: сборник статей по материалам Всероссийской научно-практической конференции*. Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина. С. 71-73.

32. Заздравных И.И., Карачевцева Н.Н. Адаптация ребенка к условиям дошкольного образовательного учреждения (из опыта работы) // Актуальные направления научных исследований: от теории к практике. 2016. № 1 (7). С. 121-122.
33. Корнева Л. (2020) Нервно-психическое развитие детей 1, 2 и 3 лет. Online: <http://detpolik-nvrsk.ru/patsientam/cto-dolzhen-znat-kazhdyj/117-nervno-psikhicheskoe-razvitie-detej-1-2-i-3-let>
34. Лапина И. (2020) Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого-педагогическое сопр. ФГОС ДО. Москва: Учитель.
35. Лисина М. (2009) Формирование личности ребенка в общении. СПб.: Питер
36. Мишарина А.Е. Социально - психолого - педагогическое сопровождение адаптации детей раннего возраста к условия ДОУ // Новая наука: психолого-педагогический подход. 2017. № 2. С. 110-112
37. Обухова, Л.Ф.(2013) Возрастная психология : учебник для бакалавров / Л. Ф. Обухова. — Москва : Издательство Юрайт
38. Петрова С. *Социальная адаптация детей дошкольного возраста*. Проблемы и решения. (2016) Online: <http://ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/89-preschool/9291-sotsialnaya-adaptatsiya-detej-doshkolnogo-vozrasta-problemy-i-resheniya.html>
39. Реан А.А. Кудашев А.Р., Баранов А.А. (2002) Психология адаптации личности. СПб.: Медицинская пресса.
40. Смирнова Е.О. (2010) Дети раннего возраста в детском саду: лекции 1-4. Москва, Педагогический университет "Первое сентября"

Pielikumi

1.pielikums
Novērošanas protokols

Novērošanas protokols

Datums

Novērojuma vieta: rīta cēliens, frontāla nodarbība, apakšgrupu rotaļa, brīvā rotaļa, pastaigu laiks, cits

Situācija	Bērna reakcija, darbība	Atbilstība kritērijiem

1. Čapa čapa kājiņas (Brice, 2011, 114)

Čapa, čapa kājiņas, ciemiņā

Lingo, lanko mājiņās, lingo, lango mājiņās

Plika, plaku plaukstiņas ciemiņā

Lingo, lanko mājiņās, lingo, lango mājiņās

Rotaļa spēlējama individuāli, bērnam sēžot klēpī (skolotāja kustina bērna kājas un rokas, lai nomierinātu). Var arī izpildīt, bērniem sēžot uz paklāja vai krēsliņiem, pašiem kustinot kājas un rokas.

2. Re, kāds es (Brice, 2018, 18)

Re, kur manas rokas, klap-klap-klap

Re kur manas kājas, dap,dap,dap

Re kur mani vaidziņi pf, pf, pf

Gaida mammas bučiņu – te,te,te

Re kur manas lūpiņas (kustina lūpas)

Re kur mani zobīni (klabina)

Re kur mans deguntiņš pī,pī,pī

Ļoti ziņkārīgs ir viņš pī, pī, pī

Rotaļa spēlējama individuāli, bērnam sēžot klēpī (skolotāja pieskaras pie attiecīgām ķermeņa daļām, pati izteiksmīgi kustina lūpas, zobus). Var arī izpildīt, bērniem sēžot uz paklāja, pašiem izpildot kustības, arī atkārtojot skaņas.

3. Divi mazi pirkstiņi (Brice, 2018, 19)

Divi mazi pirkstiņi spēlējas,

Rāda uz augšu, rāda uz leju,

Deguntiņu parāda

Rotaļa spēlējama individuāli, bērnam sēžot klēpī (skolotāja izpilda kustības). Var arī izpildīt, bērniem sēžot uz paklāja, pašiem izpildot kustības, arī atkārtojot skaņas.

4. Grabulīši (Brice, 2011, 93)

Grabulīti šo augstu paceļam 2x

Viens, divi trīs, jautri lēkājām

Grabulīti šo mēs visi paslēpjām...

Viens, divi trīs, jautri lēkājam
Grabulīti šo mēs visi zemē noliekam
Viens, divi trīs, jautri lēkājam
Grabulītim šim mēs visi pārkāpjam
Viens, divi trīs, jautri lēkājam
Grabulīti šo mēs lelei dāvinām
Viens, divi trīs, jautri lēkājam
Rotaļa tiek izpildīta ar maziem koka marakasiem – bērni izpilda darbības pēc skolotāja.

5. Piļu māte, cāļu māte bērnus veda

Skolotāja parāda ilustrācijas – pīlīte. Rāda kā pīle iet gāzelēdamies, rosina bērnus sastāties aiz viņas, mūzikas pavadijumā visi dodas uz dīķi peldēties. Dīķis – bērni apsēžas uz paklāja un imitē peldēšanas kustības

Skolotāja rosina visus „izkāpt no dīķa”. Rāda ilustrāciju – cālišu māte visticamā arī steidzīgi bērnus ved graudiņus knābāt.

Bērni sastājas aiz skolotāja sīkiem steidzīgiem soliņiem dodas uz māju. Esam klāt, graudiņi jāknābā – bērni notupjas uz paklāja un ar pirkstiem saliektiem kopā atdarina knābāšanu.

6. Ejām ciemos (Brice, 2011, 68)

Es pie lāča ciemos eju, dipu, dipu, dap
Aizeju un pieklauvēju dipu, dipu, dap
Tuk-tuk-tuk atveriet Lāča draugus ielaidiet
Lāča šodien mājās nav, lācim durvis ciet
Es pie zaķa.....
Es pie peles...

Bērni virsās pa apli, atdarina soļošanu, var atkārtot dipu-dap vai tuk-tuk. Atdarina kustības.

7. Zaķēni slēpjas

Skolotāja ieslēdz mūziku, visi bērni ir zaķīši, kas jautri spēlējas pļaviņā (brīvas kustības). Tikko mūzika apklust (tuvojas vilks), bērni tūdaļ slēpjas zem „egļītes”, lai vilks viņus nepamanītu, bērni nometas četrpārus tiecas paslēpties visi kopā zem viena liela saulesarga. Ja kāds bērns nav paslēpies, to vilks noķer.

Pēc tam rotaļu atkārtoti, arī noķertais atgriežas rotaļā.

8. Sitam, sitam plaukstiņas (Brice, 2018, 21) (Latviešu bērnu skaitāmpants)

Sitam, sitam plaukstiņas 2x

Kaunam, kaunam mušiņas

Lielā podā vārīsim

Gardu zupiņu

Ātri apēdam, Am

Rotaļa spēlējama individuāli, bērnam sēžot klēpī. Var arī izpildīt, bērniem sēžot uz paklāja, pašiem izpildot kustības.

9. Zaķīšu deja (Brice, 2011, 86)

Zaķēnam garas ausis, garas ausis,

Zaķēnam balta ļipa,

Zaķēns mežā palēkāk ... palecas nudien

Zaķēns mazliet atpūšas – atpūšas nudien

Tiek atskaņota jautrs muzikālas pavadījums, bērni var brīvi lēkāt, rādot attiecīgās zaķa ķermeņa daļas.

10. Ir jau visi sanākuši (Konstantinova, 2011, 22) (Lietuviešu tautas rotaļa)

Ir jau visi mūsu bērni sanākuši te.

Plaukstiņāmi plaukš, plaukš,

Kājiņāmi taukš, taukš.

„Labrītiņu” tev, tev,

„vakariņu” tev, tev.

1.-4. takts. Bērni, rokās sadevušies, virzās pa apli. Uz „te” piesit kāju. Pirmo daļu dzied vēlreiz, virzoties uz pretējo pusi. 5.-8. takts. Apstājas ar skatu uz apla centru. Dziedot „plaukš, plaukš”, divreiz sasit plaukstas. Dziedot vārdus „taukš, taukš”, divreiz piesit kājas. 9.-12. takts. Pagriežas pret savu draugu un, dziedot vārdus „tev, tev”, divreiz sasit plaukstas ar pretim stāvošo bērnu, tad pagriežas pret otrā pusē stāvošo bērnu un uz „tev, tev” atkal divreiz sasit plaukstas.

11. Rotaļa ar podziņām (B.Brice)

Tuk, tuk, tuk, paklausies podziņas skan

Tuk tuk paklausies, spēlēt patīk man

Rotaļai izmantoti koka olas atbilstoši bērna plaukstai – viņš tās sasit, ieklausoties skaņās

12. Rudenī (B.Brice)

1. Čibu čabu čab, lapas čab.
| Bērni sēž, viegli plaukšķinot pa ceļgaliem.
2. Piku paku pak, lietiņš list.
| Ātri kustinot pirkstus, atdarina lietutiņu.
3. Klusi, klusi, klusi sēnes dīgst!
| Plaukstas saliktas kopā, rokas lēnām ceļ
augšup, izveido virs galvas „sēnes cepuri”.

13. Pankūciņa

Uz paklāja novietoti vairāki vingrošanas riņķi

Skolotāja atskaņo mūziku: bērni izgājuši pastaigāties, dejo un priecājas.

Mūzika apklust – bērnus mamma sauc ēst pankūkas. Bērni steidzami ieņem vietu riņķa iekšpusē

14. Mazputniņi un vanags

Pa apli izvietoti krēsliņi. Skolotāja atskaņo mūziku – visi mazputniņi no ligzdām izlaižas (brīvi lēkā, dejo, vēzē spārnus apla iekšpusē). Mūzika apklust, bērniem pēc iespējas ātrāk jāpaslēpjas ligzdās, lai vanags (skolotāja) viņus nenoķer.

15. Vilcieniņš

Bērniem piedāvā doties ceļojumā. Ir jānostājas vienam aiz otra, jāuzliek labā roka uz priekšējā bērna pleca, ar kreiso roku atdarina aplūveida riteņu kustības. Rītmu nosaka „motors” – „čuk-čuk-čuk” (bērni atkārto pēc skolotāja).

Čuk, čuk,čuk,čuk, čuk, čuk, čuk, čuk,

vilciens pūš un elš,

Čuk, čuk,čuk,čuk, čuk, čuk, čuk, čuk,

tālu vedīs ceļš.

Čuk, čuk,čuk,čuk, čuk, čuk, čuk, čuk,

līdzī nemiēt mūs!

Čuk, čuk,čuk,čuk, čuk, čuk, čuk, čuk,

ai, cik jauki būs!

16. Krāsainās lapas

Tiek atskaņota mūzika, bērni mētā īstas vai papīra lapas virs galvas, skatās, kā tās krīt zemē. Izmantojot papīra, tiek diferencēti uzdevumi salasīt noteiktas krāsas vai lieluma lapas.

17. Cepu, cepu kukulīti (latviešu bērnu skaitāmpants)

Cepu, cepu kukulīti (cepšanas kustības)

Citu lielu, citu mazu (rāda ar rokām lielumu)

Mazo došu draugiem, radiem (ar rokām norāda, kam dos)

Lieto ēdīšu pats, pats pats (glāsta vēderu)

Rotaļa spēlējama individuāli, bērnam sēžot klēpī (skolotāja veic kustības ar bērna rokām). Var arī izpildīt, bērniem sēžot uz paklāja, pašiem izpildot kustības, arī atkārtojot skaņas.

18. Rīta vingrošana (Brice, 2018, 26)

Ar plaukstiņām, ar plaukstiņām pliku-plaku

Ar kājiņām tipu tapu

Mēs ņemam to konfekti, kas augšā nolita

Mēs paceļam to mantiņu, kas zemē nokrita

Mēs pasveicinām draudziņu, kas tur vistālāk stāv,

Mēs lecam tā ka šķērītes, kas sagriež papīru

Mēs aizsūtām no rītiņa gaisa bučiņu

Mūzikas pavadījumā bērni atkārtos skolotājas kustības

19. Ābolu lasīšana

Uz paklāja mazas krāsainas bumbiņas, bērni mazos groziņos tās lasa (fonā tiek atskaņota mundra mūzika)

20. Bumbas ripināšana.

Bērni sēž pāros viens otram iepretim, kājas plati (attālums līdz 1 m), katram pārim vidēja lieluma bumba. Bērni to ripina viens otram no sevis otra bērnam. Bērns var notvert bumbu, piepalīdzot ar kājām.

21. Draudzīgie lācēni

Bērni tēlo lācīšus, skatot mūzikai. Kad mūzika apklust, vajag atrast draugu un apkampties (bērni brīvi sastājas pāros).

Ja bērni paši nevar sastāties pāros, skolotāja atbalsta, norāda, kurš no bērniem ir palicis bez pāra.

22. Ceļam māju (Brice, 2011, 92)

Mēs ceļam, ceļam, ceļam

Mēs lielu māju ceļam

Ar jumtu, ar jumtu, ar logiem, ar logiem,

... ar sienām, ar kāpnēm...

Mēs durvis vaļā veram un visi iekšā ejam

Bērni stāv aplī, imitē kustības