

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

## PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ADAPTATION OF YOUNG CHILDREN TO PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

**N. Shcherbakova  
E. Alferova**

*Summary:* The article is devoted to the urgent problem of adaptation of young children to a preschool educational organization. The problem of adaptation of children 2-3 years of age to kindergarten conditions is of great importance. How a child gets used to a new regime, to strangers, depends on his physical and mental development, helps to prevent or reduce morbidity, as well as further well-being, existence in kindergarten and family. In order to avoid complications at the beginning of the adaptation process at the initial stage and ensure its optimal course, an adult needs to help the child gradually get used to the conditions of kindergarten. Properly organized activities of a teacher with children can be the key to effective adaptation of children to kindergarten conditions. The article presents the results of a study of the adaptation of young children to a preschool educational organization.

*Keywords:* adaptation, development, preschool education, early age, preschool age, kindergarten.

**Щербакова Наталья Евгеньевна**

канд. пед. наук, доцент, доцент, ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет»  
stenyakova-n@mail.ru

**Алферова Екатерина Сергеевна**

Магистрант, ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет»  
katrin\_alferova99@mail.ru

*Аннотация:* Статья посвящена актуальной проблеме адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации. Проблема адаптации детей 2-3 года жизни к условиям детского сада имеет большое значение. От того как проходит привыкание ребенка к новому режиму, к незнакомым людям зависит его физическое и психическое развитие, помогает предотвратить или снизить заболеваемость, а также дальнейшее благополучие, существование в детском саду и семье. Чтобы на первоначальном этапе избежать осложнений в начале процесса адаптации и обеспечить оптимальное ее течение, взрослому необходимо помочь ребенку постепенно привыкнуть к условиям детского сада. Правильно организованная деятельность педагога с детьми может стать залогом эффективной адаптации детей к условиям детского сада.

В статье представлены результаты проведенного исследования адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации.

*Ключевые слова:* адаптация, развитие, дошкольное образование, ранний возраст, дошкольный возраст, детский сад.

**П**роблема адаптации ребенка к условиям детского сада возникла с самого начала существования дошкольных учреждений и сейчас остается актуальной в нашем современном мире. Практически каждая семья сталкивается с этой проблемой, когда приходит время отдавать ребенка в детский сад. Особенно с этим сталкиваются дети раннего возраста. В этот период дети особенно чувствительны к разлуке с близкими, очень боятся новизны.

Адаптация – это сложный процесс приспособление человека к условиям новой социальной среды, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями, один из социально-психологических механизмов социализации личности.

Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей, знание и учет возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка. А также насколько ребенок в семье подготовлен к переходу в детский сад.

Еще до поступления малыша в группу воспитателям следует установить контакт с семьей. Задача воспитателя: успокоить взрослых, пригласить их осмотреть групповые помещения, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации, выработать единый подход к воспитанию ребенка, согласование воздействий на него дома и в дошкольном учреждении. Детский сад должен стать реальной, а не декларируемой, открытой системой, родители и педагоги должны строить свои отношения на психологии доверия. Успех сотрудничества зависит во многом от взаимных установок семьи и детского сада. В раннем возрасте ребенок приобретает стремление к самостоятельности и независимости от взрослого, остаётся связанным со взрослым, ибо нуждается в его практической помощи, оценке и внимании. Это противоречие находит разрешение в новой социальной ситуации развития ребенка, которая представляет собой сотрудничество или совместную деятельность ребенка и взрослого [2;4;5;6].

На основе проведенного анализа теоретических характеристик адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации, было организовано и проведено соответствующее эмпирическое исследование, цель которого – изучение уровня адаптации детей раннего дошкольного возраста к условиям детского сада.

Исследование было проведено на базе МБДОУ №71 «Северное сияние» г. Пенза. В исследовании принимали участие 50 детей раннего возраста (2 – 3 года): 25 детей вошли в состав экспериментальной группы (ЭГ), 25 – в состав контрольной (КГ). Все дети посещают детский сад с начала учебного года.

### Исследование было осуществлено в 3 этапа:

I. этап – проведение констатирующего исследования. Этот этап заключается в определении условий успешной адаптации детей раннего дошкольного возраста.

Инструментарием данного этапа исследования было выбрано:

1. Наблюдение за деятельностью детей.
2. Метод опроса родителей.
3. Экспертный опрос воспитателей 1 младших групп №1 и №2.
4. Методика А.С. Роньжиной «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению».
5. Методика А. Остроуховой «Изучение степени адаптации ребенка к ДОУ» [17].
6. Методика диагностики тревожности Р. Сирса.
7. «Выявление уровня сформированности коммуникативных умений и навыков детей» методика Ю.В. Микляевой.

II. этап – проведение формирующего исследования с использованием разработанной программы для успешной адаптации детей раннего дошкольного возраста.

III. этап – контрольное исследование, анализ и интерпретация полученных экспериментальных данных.

Цель первичной диагностики: обследование исходного уровня адаптации детей раннего дошкольного возраста.

Наблюдение в условиях естественной жизнедеятельности было направлено на фиксацию фактов. Такой вид наблюдения характеризуется тем, что отсутствует контакт с малышом, и диагностирует индивидуальные особенности его деятельности.

Наблюдение проводилось в процессе их жизнедеятельности в дошкольном учреждении:

- в привычной для них ситуации на занятиях по ри-

сованию, развитию речи, конструированию, музыкальном занятии и физкультуре;

- в свободной форме деятельности – игре;
- в режимных моментах, таких как – умывание, приём пищи и одевании на прогулке.

В индивидуальных беседах с родителями выясняли условия жизни малыша в семье, состояния его здоровья, привычки, особенности характера, режим дня и взаимоотношения между взрослыми членами семьи. Также знакомили с сотрудниками детского сада, которые будут работать с детишками и рассказывали о режиме дня в дошкольном учреждении.

Достаточно полно использовалась наглядная информация для родителей. Стенд наглядной информации оформлен просто и в едином стиле, не перегружен информацией.

Беседа с воспитателями показала, что при поступлении ребёнка в дошкольное учреждение педагоги использовали индивидуальные и фронтальные формы организации общения.

Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента на основе выделенных показателей продемонстрировал следующее.

По результатам методики А.С. Роньжиной (М.В. Корепановой, А.С. Харламповой) мы выявили, что высокий уровень в экспериментальной группе показали 0 детей (0 %), средний – 7 (28 %) детей, низкий – 18 (72 %) ребёнка. В контрольной группе по методике А.С. Роньжиной результаты следующие: высокий уровень имеют 0 (0 %) детей, средний уровень – 8 (32%) ребёнка, низкий – 17 (68 %) ребенка.

По результатам методики А. Остроуховой мы выявили, что легкий уровень адаптации в экспериментальной группе показали 0 детей (0 %), средний – 6 (24 %) детей, усложненный – 10 (40 %) детей, уровень дезадаптации был выявлен у 9 детей (36%). В контрольной группе - легкий уровень адаптации показали 0 детей (0 %), средний – 7 (28 %) детей, усложненный – 13 (52 %) детей, уровень дезадаптации был выявлен у 5 детей (20%).

По результатам методики Р. Сирса мы выявили, что высокий уровень в экспериментальной группе показали 14 детей (56 %), выраженный – 10 (40 %) детей, низкий – 1 (4 %) детей. В контрольной группе результаты следующие: высокий уровень имеют 13 (52 %) детей, выраженный уровень – 9 (36%) детей, низкий – 3 (12 %) ребенка.

Результаты диагностики по методике Ю.В. Микляевой продемонстрировали, что высокий уровень в экспериментальной группе показали 0 детей (0 %), средний – 10 (40 %) детей, низкий – 15 (60 %) детей. В контрольной группе: высокий уровень имеют 0 (0 %) детей, средний уровень – 9 (36 %) детей, низкий – 16 (64 %) ребенка.

Таким образом, результаты констатирующего исследования показали, что актуальным является осуществление целенаправленной организации процесса привыкания детей к новым условиям дошкольного учреждения, которое способствовало бы адекватному, безболезненному приспособлению детей к новым условиям, сохранению и укреплению их психического здоровья. Возникает потребность в создании и разработке целостного набора средств, приемов и методов, которые способствовали бы эффективному повышению адаптационных возможностей детей, и содействовала снятию стрессового состояния.

Решение вышеупомянутого вопроса легло в основу разработки программы психолого-педагогического сопровождения ребенка в период адаптации к дошкольной образовательной организации.

Программа позволяет ребенку легче адаптироваться в группе детей, усваивать групповые правила поведения, создает безопасное пространство для общения, условия для самовыражения, объединяет всех детей совместной деятельностью, способствует повышению уверенности в своих силах, влияет на гармонизацию межличностных отношений [15;20].

Цель программы – способствовать личностному росту ребенка и тем самым, помогать ему адаптироваться к условиям детского сада.

Основные задачи программы:

- сформировать чувство принадлежности к группе,

помочь ребенку почувствовать себя более защищенным;

- развивать навыки социального поведения;
- способствовать повышению уверенности в себе и развитию самостоятельности;
- развивать способность ребенка к сопереживанию, эмпатии;
- формировать умение ребенка выражать свои чувства разными, адекватными способами, в том числе и с помощью творчества;
- формировать позитивное отношение к сверстникам.

Занятия по программе проводятся в сентябре – октябре и предполагают групповую форму работы. Программа рассчитана на детей 2-3 лет и состоит из 6 занятий, которые проводятся 1-2 раза в неделю в форме интерактивных занятий с включением тренинговых упражнений продолжительностью 15-20 минут.

В таблице 1 представлено тематическое планирование программы. (Таб. 1.)

После проведения формирующего этапа исследования, направленного на улучшение условий адаптации детей к детскому саду в процессе использования программы психологической адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации, необходимо выявить динамику уровня адаптированности детей раннего возраста к детскому саду. Для выявления динамики мы использовали выделенные в констатирующем этапе показатели психологической адаптации детей

Таблица 1.

Тематическое планирование программы психологической адаптации детей 2-3 лет к условиям детского сада.

№ п/п	Тематика занятий	Цель	Содержание
1	Знакомство. «Зайка – зайка».	Дать детям возможность ощутить свою принадлежность к группе, выразить свое состояние. Настроить детей на позитивное восприятие детского сада	Занятие начинается с приветствия «С голубого ручейка начинается река, ну а дружба начинается с улыбки». Основная часть начинается с сюрпризного момента - появление зайчика. После того как зайчик появился, психолог предлагает познакомиться, проводится упражнение «Знакомство». Упражнение «Пальчики здороваются». После выполнения данного упражнения зайчик вместе с психологом предлагает выполнить упражнение «Зайчата». Далее выполняется психогимнастика «Тихий час для зайчат» Проводится под музыкальное сопровождение. Психолог играет роль мамы Зайчихи, дети - зайчат. Прощание «Воздушные поцелуи» и возвращение в группу.
2	«Кукла в гости к нам пришла»	- снятие эмоционального и мышечного напряжения; - снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии; -развитие навыков взаимодействия детей друг с другом; -развитие эмоциональной отзывчивости к окружающему миру.	После приветствия психолог знакомит детей с куклой, которая пришла вместе с ней. Дети знакомятся с куклой, узнают, что ее зовут Наташа. Предлагает выполнить упражнение «Научим куклу умываться». При проговаривании потешки дети выполняют соответствующие движения. Далее проводится игра «Что в мешочке». Кукла принесла для нас волшебный мешочек. Дети достают по одному предмету и называют его. Рассматривают. В заключительной части, дети прощаются, выполняется упражнение «Карусели»

№ п/п	Тематика занятий	Цель	Содержание
3	«Котик - Коток»	-создание у детей положительного эмоционального состояния, развитие коммуникативных навыков адаптация ребенка в коллективе сверстников; - развитие мелких мышц рук, обучение понимать и повторять стихотворный текст, отгадывать загадки, побуждение детей к активной речи.	Приветствие. «Загадка»- дети отгадывают и узнают, что это котик. Психолог интересуется, у кого дома есть кот или кошка? Как их зовут? А вы хотите стать котиками? Дети рассказывают и показывают, что делают котят. Психолог говорит, что котят любят играть в карандаши, и предлагает ребятам поиграть вместе. Дети катают карандаши по примеру взрослого. Сюрпризный момент - появление Котика. Котик появляется и предлагает поиграть в игру «Мяу-мяу». Упражнение «Котик танцует» (проводится под веселую музыку). Упражнение на расслабление «Котик устал». Релаксация. Ритуал «завершение» занятия.
4	Песочная терапия	- создание положительного эмоционального настроения; -развитие воображения; - установить контакт с другими детьми; - снятие напряжения и тревожности.	Приветствие, знакомство с куклой-малышом. Игра «Большие – маленькие». Игра «Это Я». Игра «Песочный дождик» (ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь). Игра «Необыкновенные следы» Ритуал «завершение» занятия.
5	Мы все вместе	- снятие напряжения, создание позитивного настроения, атмосферы доброжелательности, учить детей устанавливать контакт, действовать вместе.	Приветствие. Игра «Самолеты (дети по сигналу педагога изображают самолет, работу двигателя). Пальчиковая гимнастика «Кошки - мышки». Упражнение «Улыбка по кругу». Рефлексия занятия. Что вам понравилось на занятии? Что вам не понравилось на занятии?
6	«Веселый бегемотик»	- сплочение группы, создание доброжелательной атмосферы, улучшения настроения детей, развитие слухового внимания, способности быстро реагировать на ситуацию.	Приветствие по кругу. Игра «Добрый» бегемотик». Пальчиковая игра «Моя семья». Упражнение «Улыбка по кругу». Рефлексия занятия. Ритуал «прощание».

раннего возраста. По данным показателям мы провели повторную диагностику детей, используя диагностические методики констатирующего эксперимента.

Рассчитанные эмпирические значения критерия Фишера по показателям адаптации детей к ДОО в двух группах до и после проведения программы позволили сделать вывод о том, что проведенная работа была эффективной.

1. В экспериментальной группе уровень адаптации детей раннего возраста стал значительно выше, чем на констатирующем этапе эксперимента. Дети научились находить общий способ решения трудных ситуаций, решать поставленные перед ними задачи сообща ( $\varphi^*_{эмп.} = 3,195$ , при  $p \geq 0,01$ ).
2. В экспериментальной группе отмечается значительное увеличение уровня сформированности в плане контекстного общения со взрослыми по-

сле формирующего этапа эксперимента. Стало осуществляться не непосредственное, а опосредованное требованием сотрудничество ( $\varphi^*_{эмп.} = 4,14$ , при  $p \geq 0,01$ ).

3. В экспериментальной группе после использования специальной программы занятий у большинства детей стал преобладать положительный эмоциональный фон ( $\varphi^*_{эмп.} = 4,086$ , при  $p \geq 0,01$ ).

В контрольной группе результаты диагностики остались практически неизменными, и полученное эмпирическое значение критерия Фишера, которое не достигло порогового значения при  $p \geq 0,05$ , позволяет сделать вывод об отсутствии различий.

Результаты исследования могут быть применены в процессе психолого-педагогической работы с детьми раннего возраста в дошкольной образовательной организации.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: практ. пособие / авт.- сост. Л.В. Белкина. – Воронеж: Учитель, 2004. – 236 с.

2. Бабич Н.А., Талина И.В. Социальная адаптация детей 3-4 годов жизни (младший дошкольный возраст) к условиям детского образовательного учреждения // В сборнике: Инновационный потенциал молодежи. – 2016. – 2016. С. 64-68.
3. Бежаева Д.Н., Зиновенко О.А. Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада // В сборнике: Аспекты и тенденции педагогической науки. – 2016. – С. 34-37.
4. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. 1989. № 1. С. 92-100.
5. Богуславская З.М. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста: кн. для воспитателя детского сада / З.М. Богуславская, Е.О. Смирнова. – М.: Просвещение, 1991. – 207 с.
6. Волобуева Н.А., Климова Т.В. Адаптация детей к условиям дошкольного учреждения // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2012. – № 5. С. 14-19.
7. Галанов А.С. Я иду в детский сад: пособие для родителей и воспитателей / А. С. Галанов. – М.: Школ. Пресса, 2002. – 80 с.
8. Галигузова Л.Н. Формирование потребности в общении со сверстниками в раннем возрасте // Вопросы психологии. 1985. № 5. С. 46-53.
9. Григорьева А. Игра как способ адаптации детей дошкольного возраста // Воспитание дошкольников. 2010. № 3. С. 51-52.
10. Доронова Т.А. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями // Дошкольное воспитание. 2004. № 1. С. 60-69.
11. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития: метод. рук. для работников дошкол. образоват. учреждений. – М.: Линка-Пресс, 2001. – 224 с
12. Евстратова Е.А. Новые формы по взаимодействию дошкольного образовательного учреждения и семьи // Воспитание детей раннего возраста в условиях семьи и детского сада: сб. ст. и док. СПб., 2003. С. 58-65.
13. Зубова Г., Арнаутова Е. Психолого-педагогическая помощь родителям в подготовке малыша к посещению детского сада // Дошкольное воспитание. 2004. № 7. с.66 – 77.
14. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практ. пособие. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
15. Макшанцева Л.В. Программа психодиагностики, профилактики и преодоления дезадаптации младших дошкольников к ДОУ // Психолог в детском саду. 2004. № 1. С. 24-48.
16. Николаева Е.И. Некоторые размышления о подготовке ребенка к посещению детского сада // Дошкольная педагогика. 2011. № 9. С. 67-69.
17. Остроухова А. Успешная адаптация. Как ее «измерить»? / Обруч. 2008. № 3. С. 16-17.
18. Печора К.Л. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях / К.Л. Печора. – М.: Просвещение, 2006. – 214 с.
19. Пыжьянова Л. Как помочь ребенку в период адаптации // Дошкольное воспитание. 2003. № 2. С. 14-16.
20. Самарина Л.В. Открой новый мир: программа адаптации детей ран. возраста к дет. саду / Л.В. Самарина, В.А. Холопова. – СПб.: Речь, 2003. – 221 с.

---

© Щербакова Наталья Евгеньевна (stenyakova-n@mail.ru), Алферова Екатерина Сергеевна (katrin\_alferova99@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»