

40 години Обединено детско заведение 7 „Детелина“, София  
40 Years Kindergarten 7 „Detelina“, Sofia

## АДАПТАЦИЯТА НА 3–4-ГОДИШНИТЕ ДЕЦА ПРИ ПОСТЪПВАНЕТО ИМ В ДЕТСКАТА ГРАДИНА

Росица Георгиева

Обединено детско заведение 7 „Детелина“, София

**Резюме.** В статията са представени съвременни механизми за адаптивност на децата в най-ранна детска възраст. Засегнат е проблемът за приспособяването на детето при постъпването му в детската градина. Адаптацията трябва да протече по най-безболезнен начин и да спомогне за развиване на уменията за общуване и за разширяване на социалния опит на детето. Във връзка с разглеждания въпрос е изведен и успешен модел за адаптивно поведение на детето и способността да се ориентира в новата социална среда, от която зависят спокойствието и реализацията му в детската градина.

**Keywords:** adaptation, adaptability, balance, synchronization, placidity, knowledge and experience, social environment, relations, individuality and other

След навършване на тригодишна възраст възниква въпросът дали да запишете детето си на детска градина, или да продължавате да го гледате у дома. Съмненията на много майки са свързани с притесненията как детето ще се приспособи към тази голяма промяна. После идват страховете от постоянни настинки, боледуване, неприлични думички и други. До този момент детето е било само с вас, сега обаче то се интересува все повече от заобикалящия го свят и от своите връстници. Семейството е естествена среда, в която детето се ражда, живее и с която е дълбоко и емоционално свързано. Тук то изпитва сигурност, спокойствие и емоционална подкрепа. При постъпването в детската градина връзките между него и близките му се прекъсват, изменят се рязко условията на живот и дейност, нарушава се изграденият дотогава динамичен стереотип, възникват неприятни чувства и емоции. Детето се чувства потиснато, пренебрегнато и изоставено. Това са мъчителни кризи, през които минава биологичното му съзряване. От друга страна, не по-малко отрицателни са изживяванията за учителя, който среща съпротивата на неприспособимото дете.

Имайки предвид трайните и незаличими следи, които може да остави трудната адаптация върху поведението на детето, се захвем с разработването на този проблем при децата от първа група, тъй като при тях съществуват най-

много причини да се породят тези отрицателни емоции. Това са първите стресови ситуации, в които попада детето, и те са преодолими, ако малкото дете бъде подпомогнато от родителите си и от персонала в детската градина, за да се адаптира по-бързо и сравнително безболезнено към новите условия, новата социална среда. Усилията на всеки от нас, на цялото обкръжение около децата трябва да са насочени към предотвратяване на този срив в механизмите за адаптация и създаване на равновесие, от което зависи спокойствието и хармоничното развитие на детската личност.

Процесът на приспособяването е строго индивидуален и специфичен за всяко дете. За пълна адаптация може да се говори тогава, когато липсва всякакво напрежение и детето се чувства спокойно неограничено време в нова обстановка. Според В. Манова-Томова за адаптирано се смята дете, което може да отговори на изискванията на средата, да реагира адекватно на всичките ѝ въздействия и да научи нови и допълнителни неща във връзка с новите ѝ изисквания.

В съвременното общество се увеличават „неприспособените деца“, които по различни причини изпитват трудности при включването си в средата, в която живеят. „Социално неадаптиран“ е индивид, чието поведение е в разрез с приетия и задължителен модел-образец на обществото, в което живее. В основата му стоят противоречията между лични интереси, желания, потребности на обществото, норми на поведение.

Трудната адаптация на детето при постъпването в детската градина води до неврози в поведението му. В системата от оздравителни и профилактични мерки особено е мястото на учителя, който ще съдейства косвено в преодоляването на тези проблеми в ранната крехка възраст на своите възпитаници. За изпълнението на тази цел ние, педагозите, си поставихме задачата да приложим на практика повече и по-добри методи, средства, похвати и форми на работа за по-безболезнена и бърза адаптация на децата, като спазвахме строго индивидуалния подход във всеки отделен случай. За постигане на положителни резултати в работата ни избрахме следните задачи:

- чрез пряко и директно наблюдение да установим трудноадаптивните деца;
- кои са причините за трудната им адаптация;
- определяне на конкретни насоки, методи и средства на работа за преодоляване на проблема.

Наблюдавахме децата в различни моменти в ежедневието: сутрешния прием, в свободните игри и храненето, в съня, в цялостния режим и престой в детската градина.

Предоставихме на децата възможност сами да се ориентират в предметната среда и обстановката, да извършват сами предметна дейност. Резултатът е ясен, децата проявяват интерес към предметната среда, но им липсва опит и познания.

Основният източник за възникване на нови чувства и емоции у детето е общуването му с околните. В свободните игри проследихме процеса на общуване между тях и установихме причините за затрудненията. В семейството детето е лидер, център на внимание, а сега този ритъм е нарушен. Децата влизат в конфликт за играчка или пък за друго нещо.

В процеса на наблюдението открихме като причина за трудната адаптация на децата недостатъчно добре развитите игрови умения и навици, недостатъчно развитите взаимоотношения между тях, неразвита говор. Неблагополучието в групата често се проявява в сълзи, оплаквания, агресия. Детето стои само, затваря се в себе си и дори страни от колектива. Несамостоятелността ги прави плахи, безпомощни, лишени от увереност и забавя процеса на адаптация.

По отношение на следобедния сън наблюдавахме у някои деца негативни реакции. Неправилните методи на възпитание на родителите пораждаха страх и агресия, когато става въпрос за заспиване с любимата играчка, „приспиване“ до тях и това забавяше процеса на адаптация.

Насоки в работата за тяхното отстраняване бе да доближим обстановката в детската градина до семейната, като създадохме и оформихме различни кътове и ателиета, в които децата свободно да играят, да търсят съпричастност и чувство на защитеност. Например готварското ателие „Вкусно и сладко“, „Билки лековити“, „Кукли, малки фукли“, „Животните и техните деца“, „Разноцветни кубчета“, „Нашите автомобили“ и други.

По отношение на храненето не всички деца умеят да се хранят сами, не харесваха поднесената храна, нямаха културни навици и дори плачеха, когато ставаше време за обяд. С много педагогически такт и физическа близост постепенно приучихме децата да се хранят сами с необходимите навици и да изпитат удоволствие от усвоената храна. Практиката показва, че общуването с учителя и обслужващия персонал се различава по характер от общуването с членовете на семейството. В детската градина ние научихме децата да общуват с възрастните, развихме нравственоетични норми на поведение с тях. В процеса на съвместна дейност подходът ни към малките беше изграден изцяло на основата на подчертано внимание, на доброжелателно и стимулиращо отношение, взаимно разбиране и уважение, на равнопоставеност. Поощрявахме за всяка изпълнена задача, без да прекаляваме, повишихме социалния статус на детето в колектива.

Участието на децата в трудовата дейност подобри уменията им за самообслужване, подреждане и опазване на околната среда.

Различните изобразителни дейности повишиха самочувствието на децата, увереността им и желанието за промяна в отношенията им към детската градина. Богатата и съдържателна предметна среда в цялостното обучение помогна на децата да преодолеят трудностите и да се адаптират по-лесно с изграждане на умения за самообслужване, усвояване на езикови умения, чрез

разучаване на песни, стихотворения и приказки, даване на знания за заобикалящата ги природа, обществена среда, овладяване на нравствен и социален опит, овладяване на игрова култура, физическо развитие и допълнителни дейности. Музиката, художествената литература, празниците и развлеченията намериха място в работата за овладяване на общуването между децата.

От голямо значение е съвместната ни работа с родителите. Честите консултации, напътствия, проведените тренинги по интересующите родителите педагогически въпроси подобриха изцяло работата и изградиха положителни отношения между нас. В края на годината наблюдавахме стабилни и трайни взаимоотношения.

Критерии за пълна адаптация на наблюдаваните деца бяха самочувствие, добър апетит, дълбок сън, бодро и емоционално състояние, адекватно поведение, много усмивки и признания за обич от страна на децата. Това е знак за успешно приключване на приспособителния процес.

Теоретичният проблем, посочен по-горе, е продължен, обсъден и дискутиран в социално-педагогическия тренинг с родители на същата тема. Тренингът е един от начините родителите да се научат да споделят проблемите при адаптацията на децата. Основното му предназначение е да бъде ефективна форма, подпомагаща добрата комуникация между нас, възрастните – родители и учители, и целяща да предложи практически решения за това, как да си помогнем взаимно в името на децата от предучилищна възраст.

### **Социално-педагогически тренинг с родители „Адаптацията на децата в първа група на детската градина“**

**Предварителна подготовка:** организация на мястото и обстановката; определяне на броя на участниците – 12 души; изработване на покани и стимулиране активността на родителите за участие в тренинга; проведена анкета с родителите.

**Организация на средата:** обявяване на поканата; подготовка на инструментариум – табло, картини, еднакви химикалки, листове А4, табелки, анкети; подкрепяща информация; проведена анкета с децата от група „Слънце“.

#### **Цели:**

1. Насърчаване на общуването между родителите в групата.
2. Обсъждане на адаптацията на децата в първа група.
3. Споделяне на еднакви принципи при възпитанието на децата у дома и в детската градина.

#### **Задачи:**

1. Да спечелим съюзници при социализацията на децата в първа група.
2. Да се подобри възможността за уеднаквяване на възпитателното въздействие върху децата в семейството и в детската градина.
3. Да се повиши авторитетът и уважението, с което се ползва педагогическият екип в групата.

**Ход на тренинга:**

*Поздрав към участниците и огласяване на темата „Адаптацията на децата в първа група“:*

След навършване на тригодишна възраст детето постъпва в детската градина в едно качествено ново, още неизвестно пространство с ново обкръжение и правила. С отделянето на детето от близките хора, обстановката, играчките и естествено възникват и притесненията на майката: „Ще свикне ли?“, „Как ще се приспособи?“, „Как се чувства?“, „С кого и как играе?“, „Храни ли се?“.

За да отговорим на всички тези въпроси за безпроблемното адаптиране на децата в условията на детската градина в една нова социална среда, ще се опитаме да дискутираме проблемите сами, но не да дадем готов отговор, а да достигнем, доколкото можем, до приемливи за всички нас идеи, решения и изводи.

*Извеждане на правила:*

Учител-треньор: всяко ваше мнение е ценно за нас, няма правилни и неправилни отговори, няма да има и критики.

**Първо равнище на социално-педагогическия тренинг** – отговаря на комуникативния аспект на основния психологически подход, рефлексивния.

**Метод:** разговор.

*Индивидуално представяне на участниците:* написване на лични табелки с малко име, професия, семейно положение, деца. Първи се представят треньорите.

*Отправяне на послания (очаквания) по темата:*

**Метод:** диагностично интервю.

*Проучване и записване на очакванията и страховете от участниците по темата:*

Вторият треньор изписва в две колони на флипчарт очакванията и страховете на участниците. Дискусия по темата с провокиращи въпроси:

1. Какви усещания и асоциации предизвикват картините пред вас?
2. Адаптирани ли са тези деца?
3. Що е адаптация? (мозъчна атака – асоциативен облак на думата адаптация).
4. Кои са причините за трудната адаптация? (самообслужване, спазване на дневен режим, общуване с други деца и възрастни, хранене и други)
5. Каква роля имат интересите, способностите и уменията?

*Физическа минутка: ролева игра „Ние сме деца и гимнастика започваме сега“*

*Учител-треньор:* Да се почувстваме за малко деца, ще се отпуснем и сбlijим за няколко минути, като изиграем две-три релаксиращи упражнения.

**Второ равнище на социално-педагогическия тренинг** – отговаря на интелектуалния аспект за осъзнаване на информацията.

Разделяне на участниците на две работни групи, избиране на говорител и обсъждане на анкетите с децата.

*Учител-треньор:* Да сравним анкетите, които попълнихте. Имат ли те сходство с отговорите на децата. Нека говорителите на групите да огласят мнението на участниците, да обменим информация и изразим едно мнение, приемливо за всички.

| Първа група                                                         | Втора група                                           |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Поводи от анкетата за добра адаптация, обявяване на мнения, изводи. | Търсене на смущаващи изказвания, свързани с анкетата. |

**Трето равнище на социално-педагогическия тренинг** – отговаря на кооперативния ефект на рефлексията.

**Метод:** групов проект.

Решаване на проблемна педагогическа ситуация. Практически занимания. Разделяне на участниците по роли и решаване на казуси:

*Учител-треньор:* А сега предлагам да решим един практически казус, например: „Детето не иска да ходи на детска градина, като обяснението му е, че няма приятели, не му се яде определена храна или че иска да бъде вкъщи с мама и любимите си играчки“.

Към двата отбора: „Ще трябва да решите казуса от различни позиции“.

| Първа група                                                        | Втора група                                         |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Решаване на проблема от позицията на учител, огласяване на изводи. | Вземане на решения от позицията на родител, изводи. |

**Четвърто равнище на социално-педагогическия тренинг** – отговаря на личностния аспект на рефлексията

*Психотехническа игра „Спомени от детството“*

*Учител-треньор:* Припомнете си и споделете: как Вие или по-големите Ви деца са се адаптирали към детската градина, училището? Какви са последствията в живота?

| Какво се е случило    | Следствие от тази случка |
|-----------------------|--------------------------|
| 1. Положителен спомен | Изводи:                  |
| 2. Отрицателен спомен |                          |

Обобщение:

*Учител-треньор:* Да се върнем назад и да видим как да помогнем на детето за по-лесната адаптация, да припомним и съветите на психолозите.

Извеждане на правила:

1. Не се притеснявайте, детската градина е осъзната необходимост.
2. Обърнете внимание на режима на детето си.
3. Избегнете проблемите с храненето.
4. Добре е да го закалявате.
5. Научете го да общува свободно с децата.
6. Разделяйте се бързо, без излишна тревожност.
7. Научете го да се самообслужва, доколкото е възможно, само.

*Преценка на участниците за очакванията от тренинга:*

*Учител-треньор:* Отбележете писмено на листата – с какво Ви бяхме полезни по темата, предложете други теми за обсъждане на социално-педагогически тренинги.

#### ЛИТЕРАТУРА

- Валон, А., Зазо, Р. (1988). *Детството*. София: Наука и изкуство.
- Георгиева. (2004). Социално-личностни аспекти на подготовката на децата за училище. *Предучилищно възпитание*, 9.
- Петрова, М. (2009). Социалната адаптация на тригодишните. *Предучилищно възпитание*, 8.

### ADAPTATION OF 3-4 YEARS OLD CHILDREN IN KINDERGARTEN

**Abstract.** The article presents contemporary adaptation mechanisms for children in early childhood, concerned the problem of adaptation of the child going into kindergarten. I present a model of adaptive behaviour of the child and the ability to navigate the new social environment. The socio-pedagogical training improves communication, self-esteem and cooperation between parents and teachers.

**Rositsa Georgieva**

Teacher

✉ Kindergarten „Detelina“  
44, Deyan Belishki str.  
1404 Sofia, Bulgaria  
e-mail: rosiza\_57@abv.bg