



**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ЗАВТРА**



VI Всероссийский сетевой конкурс студенческих проектов с участием студентов с инвалидностью

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»**

**Институт психологии и педагогики**

**Направление «Профессиональное завтра в науке»**

**Номинация «Научная статья»**

«Sel-технология в процессе адаптации ребёнка  
младшего дошкольного возраста к детскому саду»

**Выполнили:**

Биктимерова Ляйсан Руфатовна  
Панова Марина Леонидовна  
Павлов-Рыжов Савелий Романович

**Руководитель:**

доцент кафедры психологии и педагогики детства,  
канд. психол. наук  
Кукуев Евгений Анатольевич

Тюмень, 2023 г.

Аннотация: При начале воспитания в дошкольном образовательном учреждении особую значимость имеет период адаптации. Именно в этот момент необходимо создать благоприятных психолого-педагогические условия для успешности образовательного процесса. В связи с этим необходим поиск и апробация современных образовательных технологий. Социально-эмоциональное обучение обеспечивает не только формирование эмоциональной стороны жизни ребенка, но и эффективно в период адаптации. Проведенный эксперимент доказывает значимость и результативность используемой технологии для адаптации детей дошкольного возраста к детскому саду.

Ключевые слова: адаптация, дошкольник, социально-эмоциональное обучение, эмоции, эксперимент.

Адаптация к детскому саду представляет собой неотъемлемый этап в жизни каждого ребенка. Адаптация носит характер приспособленности к чему-то новому, при этом являясь проблемой прошлого. В процессе адаптации принимают участие не только дети, но и родители, а также воспитатели.

С 2013 года действуют Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного учреждения (далее – ФГОС ДОУ), который утверждает основные требования к программам дошкольного образования. Основная цель стандарта – поддержание физического, психологического, социального развития ребенка. Задачи документа содержат направления по психолого-педагогическому сопровождению. Данный комплекс подход способствует более оперативному решению сложившихся проблем [9].

Таким образом, адаптация ребенка к детскому саду будет максимально безболезненной, с использованием комплексного подхода к решению адаптационных проблем каждого ребенка. Основными требованиями к адаптации детей по ФГОС, являются такие как нормализация эмоционального самочувствия ребенка, формирование положительного

отношения к педагогам и сверстникам, формирование интереса к предметному миру, а также снижение уровня длительности вирусных заболеваний [1].

Актуальность исследования обусловлена тем фактом, что адаптация – это активный процесс, приводящий либо к положительным результатам, либо к отрицательным (стрессу). Существуют два основных критерия успешной адаптации детей младшего дошкольного возраста: внутренний комфорт (эмоциональное удовлетворение) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно соответствовать требованиям окружающей среды). Каждый ребенок адаптируется по-своему. По этой причине важным является рассмотрение методов и технологий, направленных на формирование оптимального уровня эмоционального состояния детей младшего дошкольного возраста.

Посредством обучения с помощью социально-эмоциональных технологий учащиеся приобретают навыки, знания и модели поведения, которые позволяют им эффективно управлять собой. Учащиеся готовы формировать соответствующие отношения с другими людьми и принимать ответственные решения, необходимые для личного и социального благополучия. Исследования показывают тесную связь между результатами SEL и учащимися в области интеллекта, развития, формирования характера, школьной успеваемости, карьерного роста и гражданской ответственности.

Согласно статистике по городу Тюмени за 2019-2020 год, для большинства детей младшего дошкольного возраста, адаптация к дошкольному учреждению проходит с наличием определенных трудностей. Около трети детей данной категории лишь быстро и без особых проблем проходят все необходимые этапы адаптации [6, с.15].

По мнению В.И. Гарбузова: «вовремя процесса адаптации наблюдается необратимое нарушение личного развития ребенка, когда он не имеет психологической готовности к переходу к новым социальным условиям» [3, с.101].

В связи с этим возникает социально-педагогическая и психологическая проблема, которая требует уникальных решений. Но вместе с тем, проблема не является новой, напротив, долгое время изучается психологами и педагогами. Сейчас можно наблюдать то, как разрабатываются рекомендации, появляется много информации в сети интернет и социальных сообществах, но при этом из года в год каждый ребенок и родитель сталкивается с ситуацией.

Изменяющие условия способствуют перенапряжению как физическому, так и внутреннему. В любом возрасте ребенка ждут одни и те же перемены: смена режима дня; отсутствие рядом мамы, папы и других родственников; зарождение взаимоотношений с детьми такого же возраста; власть со стороны чужого взрослого человека; прекращение персонального подхода и т.д.

Следует отметить, что данный период может длиться от 1-3 недель до 2-3 месяцев. Если промежуток занимает три и больше месяцев, то адаптация относится к тяжелому виду и требует вмешательства профессионального психолога.

Так, выделяют три вида адаптации к детскому саду ребенка младшего возраста [1, с.33]:

- 1) легкая адаптация – ребенок привыкает в рамках 10-15 дней;
- 2) средняя адаптация – требуется месяц;
- 3) тяжелая адаптация – от двух до шести месяцев.

Какая именно форма будет присуща ребенку, зависит от состояния здоровья, возраста, коммуникативных навыков, характерных особенностей ребенка, отношений с другими детьми и других.

Детями младшего дошкольного возраста в большинстве случаев управляют эмоции и как следствие являются решающими в отношениях и поступках. Как в детском саду, так и в семье ребенок испытывает социально-эмоциональное напряжение.

По мнению В.С. Кукушкин., «ребенок с развитыми эмоциями легче преодолевает эгоцентризм, лучше вникает в учебно-познавательные ситуации, успешнее самореализуется в деятельности» [4, с.59].

Именно с помощью эмоций ребенок познает мир. Воспитателю не следует ускорять развитие, напротив – его задача поэтапно взаимодействовать с ребенком через интересные дела, идеи, стремления, проявление инициативы, поиск разумных решений проблемных ситуаций.

Так, социально-эмоциональное развитие является целенаправленным педагогическим процессом, который тесно связан с личностным развитием ребенка, его социализацией и творческой самореализацией, усвоением культурных ценностей.

Социально-эмоциональное обучение (Social-emotional learning) – это процесс развития и использования социальных и эмоциональных навыков. Это набор навыков, который мы используем, чтобы справляться с чувствами, ставить цели, принимать решения и чувствовать сопереживание другим. SEL называют социально-эмоциональным обучением или социально-эмоциональной грамотностью. Люди с сильными социально-эмоциональными навыками лучше подготовлены к решению повседневных проблем, построению позитивных отношений и принятию обоснованных решений [7].

Главная задача семьи и ближнего окружения ребенка – воспитать его счастливым. Поэтому SEL-технология с каждым днем становится популярнее. SEL-технология подразумевает легкое обучение, которое приносит спокойствие и удовольствие. SEL-технология так же проявляет заботу о будущем ребенка: каким станет его развитие, какими будут взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, как он будет исправлять жизненные ошибки, сможет ли он обрести уверенность в себе [7, с.89].

Социально-эмоциональное обучение основывается на следующих принципах [10, с.287]:

1. Обоснование ценностей. Данный подход ведет к согласованности поведений и действий.

2. Должны преподаваться социальные и эмоциональные навыки. В результате обучения, дети должны уметь ими пользоваться. Данный этап осуществляется с помощью игр, бесед, рассказов, объяснений и т.д.

3. Воспитатель – главный пример для подражания. Кроме того, социальные и эмоциональные навыки формируются исходя из атмосферы в группе.

4. Социальные и эмоциональные навыки являются основой зрелой личности и устойчивой гражданской позиции.

Модель SEL-адаптации включает в себя социально-экспрессивное развитие и обеспечение социально-эмоционального благополучия ребенка. Процессу адаптации и социализации характерно эмоциональное развитие. Отличительными чертами квалифицированных специалистов, находящихся в поиске лучших решений, являются упор на социально-эмоциональное развитие ребенка, не упуская элементы педагогического процесса, личностное развитие, творческая самореализация, привитие культурных традиций и ценностей.

Модель адаптации представляет собой включение таких элементов как физиологический, эмоциональный и поведенческий. Структура адаптации отражается в особенностях эмоциональной стабильности личности дошкольника, способствовании нормализации поведенческих аспектов, а также нормализация физиологического состояния личности ребенка (хороший аппетит, спокойный сон).

Экспериментальное исследование проводилось в несколько этапов: констатирующий, формирующий, контрольный.

Цель констатирующего этапа эксперимента – изучение уровня адаптации детей 3–4 лет при поступлении в дошкольную образовательную организацию.

В констатирующем этапе эксперимента принимали участие две группы

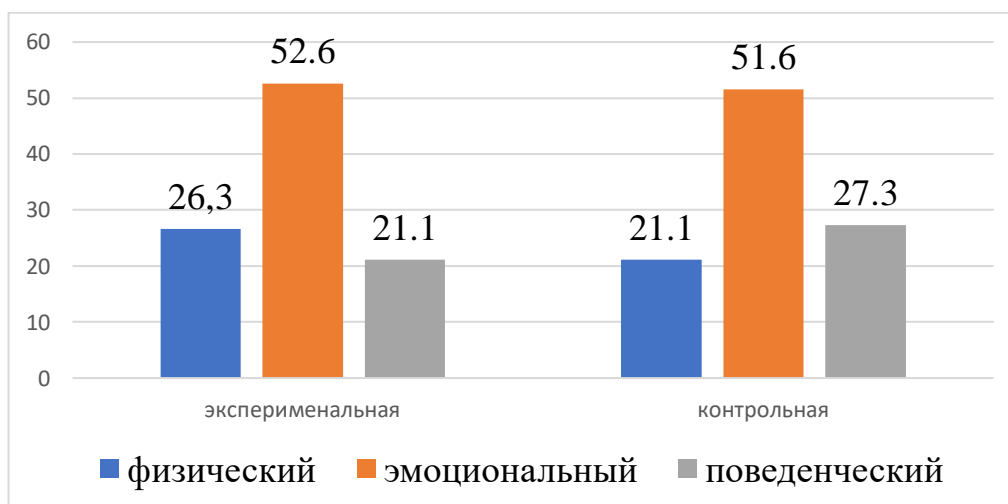
детей 3–4 лет МАДОУ «Детский сад №51» г. Тюмени: контрольная группа (КГ) – 12 детей и экспериментальная группа (ЭГ) – 13 детей.

Диагностика осуществлялась с помощью следующих методик:

1. Эмоциональный - Диагностическая методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» (автор: А.В. Остроухова) – 1 серия.

2. Поведенческий - Диагностическая методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» (автор: А.В. Остроухова) – 2 серия.

3. Физиологический - Диагностическая методика «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» (автор: А.В. Остроухова) - 3 серия



**Рисунок 1 – Уровень готовности детей 3–4 лет к дошкольной образовательной организации**

Анализируя полученные данные, можно сделать следующий вывод по экспериментальной группе:

– 3 детей (21,1%) имеют низкую готовность к поступлению в детский сад (не готовы). Коля С. в рамках готовности к дошкольному учреждению демонстрирует низкий уровень аппетита, слезливость, плаксивость, а также сбегания из учреждения.

– 6 (52,6%) детей дошкольного возраста имеют среднюю готовность к поступлению в детский сад. Дети данной категории время от времени проявляют негативные тенденции в поведении, однако динамика в основном, положительная.

– 4 детей (26,3%) имеют высокую готовность к поступлению в детский сад. К примеру, Соня М. не проявляет негативных эмоциональных состояний, для нее характерен хороший аппетит, хороший сон и отсутствие эмоционального напряжения.

Таким образом, видно, что 6 детей (63,7%) имеет среднюю или низкую готовность к поступлению в детский сад, т.е. недостаточную готовность к условиям дошкольного образования. Это было выявлено по результатам опроса родителей детей 3–4 лет.

Данные, представленные в таблице, указывают на то, что для категорий детей, в основном, характерными являются схожие показатели в рамках основных компонентов адаптации. Мы можем увидеть, что показатели диагностики, в основном, характерными являются такие особенности как преобладание действия физиологических компонентов в рамках адаптации к дошкольному учреждению.

Так, как показали результаты диагностики адаптации детей 3–4 лет к условиям ДОО была выявлена группа детей, которые не смогли адаптироваться к условиям детского сада, срок их адаптации превысил 4 недели. Эти дети нуждаются в специальной психолого–педагогической поддержке (сопровождении) их адаптации с учетом индивидуальных особенностей и с привлечением родителей.

Формирующая работа была направлена на формирование адекватного эмоционального состояния у детей младшего дошкольного возраста с целью повышения уровня адаптированности детей к дошкольному учреждению при помощи SEL-технологии. Данная технология помогала сформировать особенности эмоциональной сферы детей младшего дошкольного возраста, формирование эмпатии и определенного эмоционального мироощущения.



Таким образом, перед нами были поставлены следующие задачи:

- формирование у детей позитивного эмоционального настроения, желания идти в детский сад.
- организация и проведение игр с детьми на формирование коммуникативных умений.
- организация работы по взаимодействию с родителями.

Основные шаги, в рамках работы по адаптации детей SEL-технологии [2]:

**Практика** - Обеспечьте детям возможность отрабатывать навыки в безопасной обстановке (например, ролевые игры со взрослыми или сверстниками, ролевые игры с игрушками, выдуманный персонаж или герой в качестве примера для подражания, использование видеозаписей для моделирования ситуаций).

#### **Визуальные подсказки**

- Придумайте визуальные напоминания для того поведения, за которым должен следить ребенок, и используйте эти напоминания.

• Положите визуальную подсказку на стол (прикрепите на доску) и обратите внимание ребенка на подсказку, перед тем как начать занятия по самоконтролю.

**Пошаговое обучение** - Научите детей наблюдать за поведением другого человека. Например, вы можете показать вашему ученику, как отмечать число раз, когда другой ребёнок сказал сверстникам комплимент/похвалил их.

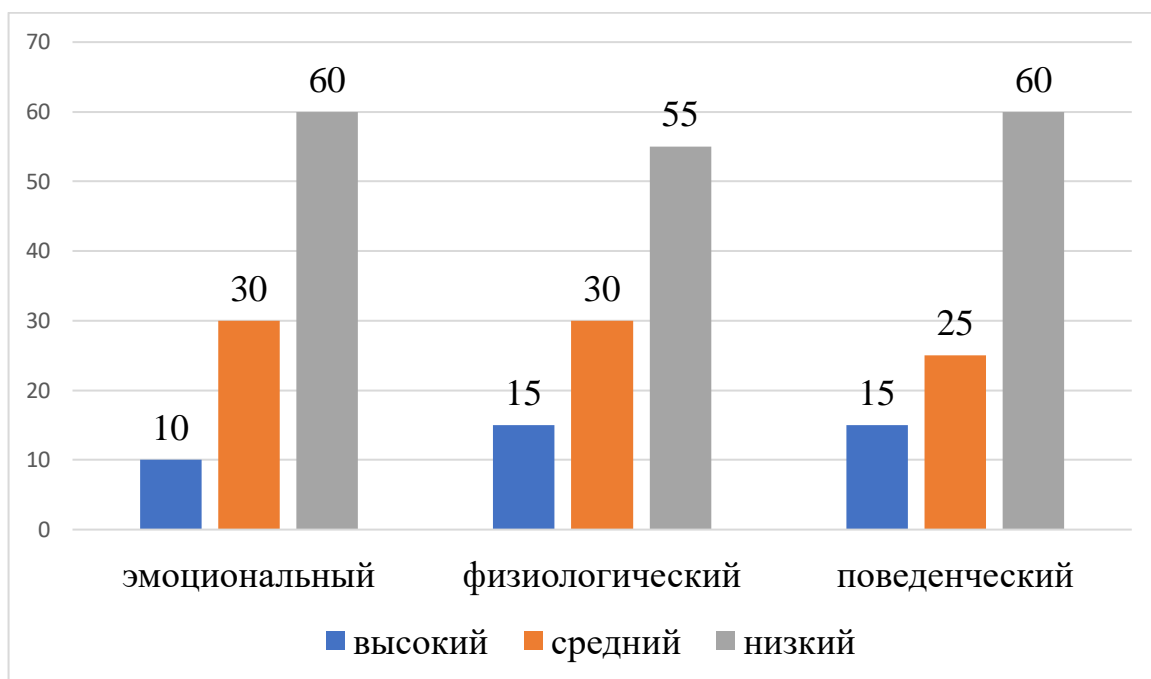
• Когда другой ребёнок скажет добрые слова, спросите ученика, имело ли место целевое поведение, нужно ли его отметить или нет.

• Предоставьте возможность ребенку несколько раз попрактиковаться, после чего уберите подсказку: больше не спрашивайте, было целевое поведение или нет.

**Использование системы поощрений** - Используйте систему поощрений, чтобы подкрепить контроль над целевым поведением.

• Заранее определите уровень самоконтроля и подкрепляйте ученика, когда у него получается проконтролировать целевое поведение.

На этапе контрольного эксперимента мы использовали ту же методику что и на констатирующем этапе – диагностическая методика «Успешность адаптации детей 3–4 лет в условиях дошкольного учреждения» (автор: А. Остороухова) – 4 серии.



**Рисунок 7 – Уровень адаптации детей 3–4 лет к ДОО на контрольном этапе исследования**

Оценка эмоционального состояния, деятельности детей, навыков взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, сна, речи, аппетита детей позволили нам условно отнести каждого ребенка к одной из групп адаптации:

– к первой группе (дезадаптация) условно не относится ни один ребенок. Данный факт указывает на то, что Таня К., ребенок, который был на данном уровне на начальном этапе исследования, стала проявлять большие качества адаптации, которые способствуют включению ребенка в детский коллектив;

– ко второй группе (сложная адаптация) условно относится 1 ребенок (5,3%). Для работы с данным ребенком (Ксюша М.) необходимо применять более сложные методы и приемы исследования;

– к третьей группе (средняя адаптация) условно относятся 9 детей (31,6%). Дети этой категории, такие как Саша К., Алеся Т., Рома Т. и т.д. Данные дети успешно проводят адаптацию, у них иногда случаются моменты негативного влияния на процесс адаптации, но они парируются воздействием воспитателя;

– к четвертой группе (легкая адаптация) условно относятся 18 детей (63,1%). Дети данной категории, такие как Ксения С., Лиза Д., а также Глеб В. проходят процесс адаптации более легко, чем их сверстники.

Рассматривая результаты по каждой из серий, можно сказать, что:

1. Особенности эмоционального состояния ребенка.

Дети стали более активными, веселыми, подвижными и жизнерадостными. Явных проявлений замкнутости и задумчивости не наблюдается. Дети стали меньше плакать и капризничать.

2. Наличие / отсутствие аппетита у ребенка.

Большинство детей теперь демонстрируют чрезвычайно хороший аппетит, они съедают всю порцию с удовольствием.

3. Протекание дневного сна ребенка.

Сон детей стал более спокойный, они быстрее засыпают, сон характеризуется глубиной. Детей, плачущих и хныкающих перед тем, как уснуть стало меньше.

4. Особенности коммуникативной сферы ребенка, установления социальных контактов со сверстниками.

Дети стали менее агрессивными, вокруг ребенка немало сверстников, с которыми он с удовольствием играет.

Мы можем наблюдать основные симптомы успешного адаптационного периода:

– удовлетворительное эмоциональное состояние,

- хороший аппетит,
- положительное адекватное реагирование на любое предложение взрослого,
- при общении с другими детьми адекватные реакции на действия и коммуникативные проявления сверстников.

Таким образом, можно сделать вывод, что проведенная работа по реализации педагогических условий адаптации детей в возрасте 3–4 лет к условиям ДОО была эффективной, о чем свидетельствуют следующие количественные данные: показатель легкой степени адаптации увеличился на 26,3%, показатели сложной степени адаптации и дезадаптации – уменьшились каждый на 5,3%.

#### Литература:

1. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / Сост. Н.В. Соколовская. – Волгоград: Учитель, 2008. – 188 с.
2. Атемаскина Ю.В. Современные педагогические технологии в ДОУ / Л.Г. Богословец. – Санкт-Петербург: Изд-во «Детство-Пресс». – 2011. – С.89.
3. Гарбузов В.И. От младенчества до отрочества: (Размышления врача о развитии и воспитании ребенка) / В. И. Гарбузов. – Л. : Интер полиграф центр ЛО СФК, 1991. – 187 с.
4. Кукушкин В.С. Современные педагогические технологии. Начальная школа. Пособие для учителя / В.С. Кукушкин. – Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2003. – С.59-64
5. Макулова Г.С. Использование современных технологий для успешной адаптации детей раннего возраста в ДОУ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijasad/ispolzovanie-sovremenyh-tehnologii-dlja-uspeshnoi-adaptaci-detei-ranego-vozrasta-v-dou.html>. – Дата доступа: 09.04.2021

6. Соловьева Е. Адаптация ребенка к условиям детского сада. //Дошкольное воспитание. – 1993. – № 8. – С.15-33
7. Социально-эмоциональное обучение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://activityedu.ru/Blogs/psy/socialno-emocionalnoe-obuchenie-cto-eto-i-pochemu-ono-polezno/>. – Дата доступа: 09.04.2021
8. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Г.А. Урунтаева. – М.: Академия, 2001. – С. 336
9. ФГОС [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fgos.ru/>. – Дата доступа: 09.06.2023
10. SEL-технологии в современном процессе обучения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mel.fm/blog/pavel-nabatov1/2185-cto-luchshe-zashchitit-shkolu-i-detey-metallodetektory-ili-sel>. – Дата доступа: 09.04.2021
11. Эльконин Д. Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин. – М.: Издательский центр Академия, 2006. – С. 384.