

Міністерство освіти і науки України
Державний заклад «Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка»
Навчально-науковий інститут педагогіки і психології
Кафедра розвитку дитини раннього і дошкільного віку

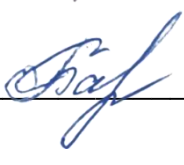
КРАВЧЕНКО АНАСТАСІЯ ОЛЕКСАНДРІВНА

**АДАПТАЦІЯ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ
ДО ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ ЗА КОРДОНОМ
(НА ПРИКЛАДІ РЕСПУБЛІКИ ПОЛЬЩА)**

**кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти другого (магістерського) рівня
за спеціальністю 012 Дошкільна освіта
освітня програма: Дошкільна освіта**

Особистий підпис – 

Науковий керівник –  кандидат педагогічних наук, доцент
Варяниця Людмила Олександрівна

Завідувач кафедри –  доктор педагогічних наук, професор
Бадер Світлана Олександрівна

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ ДО ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ ЗА КОРДОНОМ	7
1.1. Адаптація як психолого-педагогічне та соціальне явище	7
1.2. Своєрідність адаптації дітей дошкільного віку	16
1.3 Особливості системи дошкільної освіти Республіки Польща	23
1.4. Адаптаційні заняття, як засіб адаптації українських дітей до дошкільних закладів освіти У Республіці Польща	27
Висновки до першого розділу	39
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРЕМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ПРОГРАМИ АДАПТАЦІЇ.	42
2.1 Дослідження сучасного стану адаптації українських дітей до дошкільних закладів освіти за кордоном.	42
2.2. Методичні рекомендації щодо організації адаптаційних занять для педагогів	58
2.3. Методичні рекомендації для батьків щодо адаптації дітей у закладах освіти за кордоном.	68
Висновок до другого розділу...	72
ВИСНОВКИ	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	82
ДОДАТКИ	88

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Першим етапом системи безперервної освіти з якою знайомиться дитина є дошкільна освіта. Згідно Базового компонента дошкільної освіти дошкільна освіта є стартовою платформою особистісного розвитку дитини. Головною метою дошкільної освіти є виховати впевнену особистість у якої сформовано світогляд, жагу до життя і успіху, закласти основи соціального та культурного розвитку. Так само важливе сприяння формуванню ключових компетентностей, які допоможуть дитині бути готовою до викликів життя, належно адаптуватися до швидких змін умов та способу життя.

Вчені, розглядаючи зв'язок між процесами соціалізації та адаптації, визначають адаптацію як одну з форм взаємодії індивіда та суспільства.

У цьому контексті діти дошкільного віку вимагають особливої уваги, оскільки саме в цьому віці закладається основа: принципи майбутнього життя, формується духовно-моральний фундамент особистості і відбувається становлення перших важливих навичок взаємодії з суспільством. Дошкільний вік є важливим періодом, чутливим до формування та розвитку ключових психічних утворень, які визначатимуть подальший успіх або невдачу особистості. Сім'я відіграє дуже вагомую роль у соціальній адаптації дитини. Сім'я самостійно не може забезпечити повний розвиток індивідуума, саме в таких випадках до дошкільних закладів покладається важлива місія розвитку адаптивності дітей та підготовки їх до подальшої соціалізації. Для вирішення цих проблем необхідна оптимізація освітнього процесу, практичне використання всіх доступних можливостей та інноваційних підходів у роботі з дітьми.

Розгортання війни російської федерації на території України та введення воєнного стану в нашій державі суттєво вплинуло на всі сфери життєдіяльності кожного громадянина. Трансформації не оминули і сферу освіти, змін зазнали в дошкільній та початковій школі. Багато навчальних закладів зазнали змін та перешкод у роботі, вихователі під час тривоги

проводять заняття в укриттях, заклади освіти у прифронтових територіях функціонують тільки онлайн.

В умовах воєнного стану особливо актуальним стає питання адаптації дітей дошкільного віку до нових життєвих умов і викликів (втрата близької людини, переїзд, втрата дому, нові житлові умови, інтеграція у нові суспільні групи, вивчення іноземної мови), не проходить повз і адаптація до нового зовсім незнайомого дитині закладу освіти. В такій ситуації педагоги мають забезпечувати якісні освітні послуги та організовувати ефективну взаємодію з усіма учасниками освітнього процесу, щоб успішно виконувати поставлені завдання.

Адаптаційні заняття є ефективним інструментом у процесі адаптації українських дітей до нових умов життя за кордоном. Ці заняття допомагають дітям знизити тривожність під час знайомства з новим оточенням, розвивати мовні та міжкультурні навички, а також будувати позитивні стосунки з однолітками та педагогами.

Отож, дослідження є достатньо актуальним тому що дана тема є недостатньо вивченою в контексті ефективних методів та підходів до проведення адаптаційних занять для українських дітей за кордоном.

Об’єкт дослідження: діти дошкільного віку, що через війну в Україні виїхали та пристосовуються до нових умов життя, відвідують заклади дошкільної освіти у Республіці Польща.

Предмет дослідження: адаптаційні заняття як засіб адаптації українських дітей закладів дошкільної освіти за кордоном.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні проведення адаптаційних занять задля полегшення адаптації українських дітей до нових умов життя за кордоном та експериментальній перевірці ефективності застосування програми адаптації.

Для досягнення мети дослідження, слід виконати такі **завдання**:

1. Вивчити сучасний стан даної проблеми на основі аналізу науково-методичної, психолого-педагогічної літератури.

2. Розкрити особливості проведення адаптаційних занять у процесі адаптації українських дітей до нових умов життя за кордоном, виокремити особливості притаманні системі дошкільної освіти Польщі.

3. Дослідити процес адаптації дошкільників та здійснити експериментальну перевірку програми адаптації дітей дошкільного віку

4. Розробити методичні рекомендації для педагогів (щодо проведення адаптаційних занять у процесі адаптації українських дітей до нових умов життя за кордоном) і батьків (каталог книжок і поради на тему адаптації дошкільників).

Методи дослідження

1) *теоретичні*: вивчення та узагальнення масового та передового педагогічного досвіду, аналіз філософських, психологічних та педагогічних джерел, навчально-методичних посібників, фахових педагогічних видань, аналіз педагогічної документації навчальних закладів; синтез, вивчення термінологічної бази дослідження, порівняння, класифікація, узагальнення;

2) *емпіричні*: анкетування у Google-Forms батьків дітей дошкільного віку на тему адаптації дітей до закладів дошкільної освіти Республіки Польща, дослідження показників критеріїв адаптації дошкільників: тест тривожності (Р.Теммл, М.Доркі, В. Амен), «Шкала адаптації для дошкільників» (Т.І. Поніманська), проєктивна методика М. Бикової «Я у дитячому садку», експериментальна перевірка програми адаптації та її впливу на процес інтеграції дітей дошкільного віку у закладах дошкільної освіти.

Теоретичне значення полягає в розумінні процесу адаптації як складової соціально-психологічного розвитку дитини в умовах зміни середовища. Дослідження цього процесу дозволяє краще зрозуміти механізми адаптації дітей до нових умов, виявити фактори, що впливають на успішність цього процесу, та розробити ефективні педагогічні стратегії для підтримки адаптації в умовах міжкультурного спілкування. Такі дослідження можуть відобразитися на розвитку теорії та практики педагогіки, психології

та соціальної роботи, сприяючи створенню більш ефективних програм підтримки адаптації дітей до нових соціальних та культурних умов.

Практичне значення роботи полягає у забезпеченні успішного переходу дітей до нового навчального та соціального середовища, що допомагає зменшити стрес, який може виникнути внаслідок зміни культурних, мовних та соціальних умов. Адаптаційні заняття сприяють розвитку навичок комунікації, самовпевненості та впорядкування емоцій, що допомагає дітям легше і швидше впоратися з новими викликами. Результати наукового дослідження відображено у двох статтях: «Адаптація дітей дошкільного віку як один з етапів соціалізації» та «Адаптація українських дітей до закладів освіти за кордоном (на прикладі Республіки Польща)».

Структура роботи: магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг роботи викладено на 119 сторінках, основний текст – на 81 сторінці.

РОЗДІЛ 1.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ ДО ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ ЗА КОРДОНОМ

1.1. Адаптація як психолого-педагогічне явище

Основною метою дошкільної освіти є створення сприятливих умов для особистісного розвитку дітей, забезпечення збалансованого зростання, вироблення гармонійних життєвих принципів, таких як самореалізація, самовдосконалення та самозбереження. Важливо формувати життєву компетентність та розвивати ціннісне ставлення до природи, культури, інших людей і до самого себе.

Заклади дошкільної освіти відіграють важливу роль у соціалізації дітей, де вони ознайомлюються з суспільними нормами та вміннями соціальної взаємодії. Група однолітків, у яку входить дитина, є своєрідною моделлю «дорослого» суспільства. Процес адаптації в такому оточенні передбачає створення балансу між потребами дитини та вимогами соціального середовища, у яке вона потрапила. Адаптація – це неперервний процес, що супроводжує людину на протязі усього життя. Вчені описують адаптацію як зміну будови та функцій організму, його органів і клітин під впливом умов середовища.

Адаптація – це багатовимірний процес пристосування індивіда до умов зовнішнього середовища, який охоплює як психологічні, так і педагогічні аспекти. У психолого-педагогічному контексті адаптація є невід’ємною складовою особистісного розвитку, забезпечуючи гармонійне входження особистості у нове соціокультурне середовище, навчальний або професійний простір. Розглянемо сутність адаптації, її механізми та значення у процесах навчання і виховання.

У педагогічній, науково-методичній літературі приділяється велика увага різним аспектам проблеми адаптації. Значний внесок у дослідження

цієї проблеми зроблено Ф. Березіном, С. Вітенбергом, А. Маслоу, К. Роджерс, А. Фрейд, З. Фрейд та іншими.

У працях дослідників недостатньо зосереджено увагу на темі адаптації дітей дошкільного віку до умов навчання під час воєнного конфлікту. Особливу увагу привертають дослідження щодо освіти під час російського вторгнення на територію України, проведені Ю.Назаренко, Т.Жерьобкіною, І. Когутом, О.Березко. Деякі відомості для нашого дослідження знаходимо у працях, що стосуються адаптації до умов навчання змушених переселенців із сходу України, авторами яких є О. Карман, М. Дем'яненко, І. Нестайко.

Аналіз літературних джерел показує, що поняття адаптації використовується у різних контекстах: як сукупність реакцій, які дозволяють суспільству адаптуватися до природного та соціального оточення; як реакція окремої особи на зміни в навколишньому середовищі; і як процес включення індивідів у різні соціальні ролі. Взагалі, це поняття відображає основні закономірності, які забезпечують життєдіяльність та розвиток різних систем шляхом взаємодії внутрішніх і зовнішніх умов їхнього існування.

Аналіз робіт, що стосуються проблеми адаптації (Т.Гурковська, Ж.Маценко, В.Мушинський), дозволяє визначити загальні характеристики адаптації, які відрізняють цей процес від інших аспектів життєдіяльності:

- адаптація є системним процесом, спрямованим на підтримку оптимального функціонування організму;
- адаптація визначається результатом функціонування системи;
- адаптація забезпечує активність пристосування системи до неадекватних умов середовища шляхом зміни самої системи, а не використання та реалізацію додаткових внутрішніх ресурсів (інформаційних, енергетичних та інших);
- адаптація відображає як актуальні, так і потенційні можливості функціонування [5, с.15].

Проведений теоретичний аналіз досліджуваної проблеми показав, що адаптація має об'єктивний і всезагальний характер, що виявляється в різних

аспектах життя – у суспільстві, природі та пізнанні. Тому проблема адаптації є важливою міждисциплінарною, однак в кожній галузі науки вона має відмінний від інших зміст і характер.

Адаптація характеризується як динамічний процес, у ході якого людина не лише пристосовується до змін у навколишньому середовищі, але й активно впливає на нього. З точки зору психології, адаптація передбачає здатність індивіда зберігати емоційну рівновагу, приймати нові умови та формувати поведінкові стратегії, що відповідають новим викликам. З педагогічної точки зору, адаптація передбачає інтеграцію учня в освітнє середовище, формування в нього позитивного ставлення до навчання, здатності до міжособистісної взаємодії та розвитку навчальної мотивації [4, с.17].

З точки зору філософії, адаптація означає «пристосування – відповідність (і також процес, який викликає таку відповідність) між живою системою (або її складовою частиною) та зовнішніми умовами». З філософсько-соціологічної перспективи, адаптація людини розглядається як явище біологічного, психічного та соціального характеру. У зв'язку з потребою у інтегрованому та комплексному підході до розвитку людини, необхідно диференціювати кожен з складних рівнів адаптації - біологічного, психічного та соціального [11, с.69].

З біологічної перспективи процес адаптації вказує на пристосування організму (чи популяцій, чи видів) до умов середовища. Це відображає загальну біологічну організацію, яка є спільною для всіх живих організмів, а також ті унікальні, специфічні біологічні аспекти, що впливають з соціальної природи людини. Людині, завдяки розвиненому інтелекту, притаманна не лише потреба зберігання основних фізіологічних констант організму, але і бажання отримувати нову інформацію про оточуюче середовище та, порівнюючи її з раніше набутими знаннями, обирати відповідну форму поведінки, яка сприятиме досягненню корисної мети та запобіганню негативним наслідкам [45, с.543].

Одним із найбільш значущих етапів адаптації є початок навчання в школі. Для дитини перехід від домашнього середовища до школи супроводжується новими вимогами, правилами, режимом дня та колективом однолітків. На цьому етапі адаптація визначає, наскільки успішно дитина зможе включитися в навчальний процес і прийняти соціальні норми шкільного середовища.

Важливу роль відіграє адаптація учнів при переході з одного освітнього рівня на інший – наприклад, від початкової школи до середньої або від школи до закладів вищої освіти. У таких періодах адаптація має не лише психологічний аспект (пристосування до нових стосунків і форм взаємодії), але й педагогічний, пов'язаний із підвищенням вимог до самостійності учня, організації його навчальної діяльності та часу.

Для конкретної особи зміни в природному чи соціальному середовищі створюють ситуацію новизни, що мотивує адаптивну поведінку, спрямовану на задоволення орієнтованих потреб (як пізнавальних, так і в емоційному контакті, змісту життя), а також на формування мети та програми такої поведінки в свідомості [20, с.52]. Отже, діалектична єдність організму та середовища проявляється в процесі біологічної адаптації через взаємозв'язок двох домінант: поведінки, спрямованої на збереження організму як системи, та вивчення оточуючого середовища.

Дослідження Т.Дуткевич показують, що соціальна адаптація може бути охарактеризована такими аспектами:

- виступає як процес і результат активного пристосування особистості до змін у середовищі за допомогою різноманітних соціальних засобів, що внутрішньо уособлюються (таких як дії, вчинки, діяльність).
- є частиною ефективного сприйняття світу особистістю, головною функцією якого є володіння стабільними умовами та обставинами її життя.

- включає в себе усвідомлення та вирішення типових, переважно репродуктивних, завдань за допомогою соціально прийнятних чи ситуативно можливих способів поведінки. Вчений також стверджує, що соціальна адаптація пов'язана з конкретною "метою", досягнення якої стає основною метою особистості [7, с.82].

Психолого-педагогічна адаптація включає кілька механізмів:

1. Психофізіологічний аспект – пристосування організму до фізичних і розумових навантажень. Наприклад, першокласники в період адаптації зіштовхуються з необхідністю дотримання режиму дня, концентрації уваги протягом тривалого часу.

2. Соціальний аспект – передбачає освоєння норм і правил поведінки, прийнятих у колективі, формування навичок взаємодії з однолітками, педагогами та іншими учасниками освітнього процесу.

3. Когнітивний аспект – спрямований на оволодіння новими знаннями, вміннями та навичками. У контексті навчання когнітивна адаптація вимагає розвитку мислення, пам'яті, уваги та інших психічних функцій.

4. Емоційний аспект – визначає здатність зберігати емоційну стабільність у стресових умовах. Наприклад, страх перед новим класом або невдачами може суттєво впливати на успішність адаптації [5, с.15].

Формування дитини як члена групи, яка втілює її цінності, норми, установки і орієнтації, залежить від характеру, тривалості, насиченості та регулярності її особистих взаємодій з оточуючим середовищем та різноманітності діяльностей, що вимагають постійного контакту особистості з урбанізованим оточенням. Це не лише вимагає від дитини адаптації до них, але й сприяє розвитку її особистості, розширенню індивідуальності, переосмисленню та переоцінці своєї поведінки, вибору адекватних форм реакції та іншому.

М.Гладка розглядає адаптацію як процес вступу особистості до конкретної соціальної спільноти через усвідомлення соціального досвіду цієї групи та використання раніше набутого досвіду, поетапного перетворення

суспільних норм і цінностей на особисті відносини. На нашу думку, на сучасному етапі розвитку українського суспільства важливим є нерозривність адаптації та активності, вибіркового та творчого ставлення особистості до оточуючого середовища [4, с.17].

О. Кононко розуміє адаптацію дитини як синтетичний показник її стану, що відображає її здатність адекватно сприймати навколишню дійсність, відноситися до людей, подій, вчинків та спілкування, а також регулювати свою поведінку [17, с.51].

Наукові дослідження, присвячені процесу адаптації дітей до дошкільного соціокультурного середовища, проведені такими вченими, як Н. Ватутіна [3], Т. Жаровцева [9] та інші, виявили, що дотримання специфічних педагогічних умов під час адаптаційного періоду сприяє успішному впорядкуванню дітей у середовищі. Зокрема, ці умови включають розширення соціальних контактів і спілкування, врахування природних потреб дитини та поступове засвоєння режиму ЗДО та активну участь у ньому. Також важливими є єдність родинного та суспільного виховання, врахування вимог, що ставляться до дитини; організація різноманітної та цікавої діяльності, яка відповідає інтересам та потребам дитини; своєчасне засвоєння дитиною соціального досвіду нового оточення; збереження та розвиток повноцінного фізичного, психічного та соціального "Я" дошкільника; забезпечення емоційного комфорту та задоволення від перебування у ЗДО; підготовка вихователів до педагогічного керівництва процесом адаптації дітей.

Процес адаптації значною мірою залежить від ряду внутрішніх і зовнішніх чинників:

- Індивідуальні особливості особистості – темперамент, характер, рівень самооцінки, готовність до змін.
- Сімейне середовище – підтримка батьків, емоційна атмосфера в родині, наявність позитивних моделей поведінки.

- Організація навчального процесу – компетентність педагогів, комфортність освітнього середовища, взаємини в класі.
- Соціокультурний контекст – традиції, цінності, норми поведінки, які впливають на формування особистості [12, с.5].

Наші дослідження щодо адаптації дітей дошкільного віку включають аналіз критеріїв, які визначають рівень адаптованості дітей.

Наприклад, Н. Ватутіна вважає критеріями адаптованості такі показники, як емоційний стан дитини (від афективного до урівноваженого), характер діяльності (від самостійної до бездіяльної), а також їх ставлення до дорослих та однолітків [3, с.79].

За Р. Тонковою-Ямпольською, до цих критеріїв можуть бути включені такі аспекти, як стан здоров'я та рівень загального розвитку дитини, фактори ризику біологічного та соціального походження, вплив соціального оточення, а також ефективність адаптаційних механізмів та їх гнучкість та мобільність у зміні форм поведінки залежно від ситуації [43, с.20].

Дослідник С. Нечай віддає перевагу оцінці емоційного стану дитини, рівню її контактності, проявам асоціальної поведінки, ставленню до діяльності та рівню активності в ній [30, с.56].

О. Колесник вважає, що одним з показників успішної адаптації дитини до ЗДО є позитивне емоційне ставлення до нього. Це означає, що діти повинні відчувати задоволення від участі в діяльності, мати позитивне ставлення до дорослих та своїх однолітків. Тому важливо створювати умови для підтримки позитивного емоційного стану дітей і забезпечувати їм доступ до діяльностей, які сприяють цьому. О. Колесник вказує на такі показники позитивного емоційного ставлення дітей до відвідування ЗДО: бажання відвідувати його, швидку адаптацію до нового середовища, виражену у стабільному емоційному стані, активну участь у різних видів діяльності та режимних процесах, ініціативне мовлення та бажання взаємодіяти з дорослими та своїми ровесниками [16, с.71].

Адаптація є складним і багатогранним явищем, що включає:

- пристосування особистості до свого мікросередовища шляхом використання засобів спілкування, участі у різних видах діяльності та регулювання поведінки;
- внутрішнє освоєння норм і моральних цінностей соціального середовища шляхом інтеріоризації або свідомого усвідомлення;
- досягнення стану адаптованості суб'єкта шляхом забезпечення динамічної рівноваги між його особистістю та оточуючим середовищем [5, с.15].

Етапи адаптації:

1. Початковий етап (гостра адаптація). Триває перші кілька тижнів, протягом яких дитина пристосовується до нового режиму. Можливі реакції: плач, відмова йти до садка, зміна апетиту.

2. Етап часткової адаптації. Поступове формування звички до режиму та взаємодії з вихователями й дітьми. Поведінка стає більш передбачуваною, хоча іноді можуть виникати регресивні моменти.

3. Етап повної адаптації. Дитина повністю приймає нове середовище, охоче йде до садка, активно бере участь у групових іграх та заходах.

Механізми сприяння адаптації:

1. Індивідуальний підхід. Вихователі повинні враховувати особливості кожної дитини, пропонувати їй підтримку, залучати до цікавих ігор і поступово збільшувати час перебування в садку.

2. Тісна співпраця з батьками. Батьки повинні бути поінформовані про успіхи та труднощі дитини, надавати їй підтримку вдома, пояснювати важливість відвідування садка.

3. Підготовка до дошкільного закладу. Важливо заздалегідь знайомити дитину з садком: проводити екскурсії, пояснювати, як виглядатиме її день, знайомити з майбутніми вихователями [18, с.39].

Особливу увагу слід приділити аналізу поведінки дітей під час процесу адаптації. Згідно з дослідженнями С. Теплюка, поведінку дітей у цей період можна умовно поділити на три категорії [21, с.4].

Перша категорія. Більшість дітей виражають своє ставлення до нових подій дуже негативно та емоційно. Вони можуть голосно плакати, кидатися на підлогу, дряпати, кусати або щипати оточуючих. Після вираження бурхливого протесту, дитина може раптово заснути, а пізніше продовжити плач до хрипоти з новим ентузіазмом. Адаптація таких дітей може тривати протягом 20-30 днів.

Друга категорія – це невелика група (2-3 дітей), які після розставання з матір'ю стають вкрай напруженими та настороженими. Вони можуть увійти в приміщення дитячого садка та відразу забитися в кут або відгородитися від інших. Ці діти перебувають у напрузі, мовчать і уникають контактів з іншими. Адаптація цієї групи дітей може бути дуже важкою і тривати два-три місяці.

Третя категорія – це комунікабельні діти, які легко адаптуються до нового середовища. Вони активно спілкуються з дорослими та однолітками, розповідають про себе, демонструють свої вміння і прагнуть до уваги. Однак ця ідилія може тривати лише декілька днів, після чого дитина може відчувати стрес і протестувати.

Отже, під час процесу адаптації дітей до ЗДО велике значення має розвиток їхніх навичок спілкування. Для успішного керування цим процесом необхідно мати систему добре обдуманих педагогічних заходів, у яких головну роль відіграє організація активності дитини, враховуючи її потреби, що визначають її поведінку. Ефективними умовами для успішної адаптації можна вважати наступне: створення позитивної емоційної атмосфери в групі, формування у дітей відчуття впевненості в навколишньому середовищі та розвиток позитивних міжособистісних стосунків.

1.2. Особливості адаптації дітей дошкільного віку

У сучасній педагогічній науці загальноприйнятим є уявлення про дошкільний вік як період потенційного розвитку дитини і специфічної форми соціального існування. Вчені розглядають дошкільне дитинство як ключовий етап перед наступними періодами розвитку особистості. Вони визнають цей період як чутливий для усвідомлення соціальних норм, форм поведінки, розвитку адаптаційних механізмів та навичок адекватно сприймати навколишню дійсність і гармонійно взаємодіяти у нових соціальних умовах.

За словами Д. Фельдштейна: «Дітям властиво прагнення освоїти життя як науку і виявити свій потенціал, знаходячи своє місце в складному світі». У цьому періоді формування особистості дитини важливою є її здатність усвідомлювати зміни в житті, розуміти нові функції та соціальні ролі, виявляти доброзичливе ставлення до інших, орієнтуватися в навколишньому світі і адаптуватися до життя у дошкільному закладі. У той же час, деякі сучасні дослідження показують, що діти, які не відвідують ЗДО або мають обмежене соціальне середовище, можуть стикатися із серйозними труднощами і їм важко пристосовуватися до соціуму [7, с.11].

Наука розглядає дитину як суб'єкт з комплексом специфічних особливостей, які дозволяють їй активно взаємодіяти з оточуючим середовищем та успішно функціонувати в суспільстві. Серед цих особливостей, які переважно виявляються у дітей дошкільного віку, О. Кононко виділяє наступні аспекти:

- достатній рівень самопізнання (знання про власні фізичні, розумові, почуттєві та вольові особливості, якості характеру, а також про права, обов'язки, потреби та можливості);
- здатність до самостійного вибору, відмови або віддачі переваги;
- уміння оцінювати свої досягнення та визнавати негативні аспекти; готовність захищати свою гідність;
- здатність розрізняти зовнішність та внутрішні якості;

- здатність сприймати себе в контексті взаємин з іншими людьми;
- тенденція до соціальних відчуттів;
- вміння використовувати різні засоби комунікації та збагачувати свій досвід спілкування [17, с.51].

У роботі Ж. Юзвака розглянуто проблему адаптації дітей раннього віку (2-го року життя) до умов ЗДО. Виділено, що головною причиною дезадаптації (або складної адаптації) є недостатня психологічна готовність малюків до відвідування дитячого садка. Згідно з дослідженням Ж. Юзвака, адаптацію забезпечують: розвиток здатності дитини до спілкування з дорослими на різних рівнях, володіння предметними та базовими ігровими навичками, дотримання вимог дорослих і суспільних норм поведінки, позитивне ставлення до відвідування дошкільного закладу [47, с.29].

Н. Ватутіна розглядає адаптацію дітей 3-го року життя до умов дошкільного виховання як активний процес їх взаємодії з новим оточенням та можливість контролювати цей процес педагогічно. Автор досліджує практичні аспекти адаптації, залежність тривалості та характеру адаптаційного періоду від правильного врахування та задоволення основних соціальних потреб дитини - особливої потреби у спілкуванні, яка сприяє подальшому розвитку соціальних навичок. Автор наголошує на важливості органічного поєднання впливу сім'ї та дошкільного закладу і рекомендує комплекс методів та підходів до адаптації [3, с.82].

Т. Жаровцева, у своєму дослідженні, розглядає адаптацію до цілодобової групи, звертаючи увагу на різноманітні соціальні та психолого-педагогічні аспекти, такі як умови виховання в сім'ї, вік та стан здоров'я дитини, соціальний досвід, організація позитивного емоційного спілкування та різноманітність дитячої діяльності, зокрема ігрової. Акцент робиться на необхідності підготовки педагогів і батьків до забезпечення позитивного перебігу адаптації дітей [9, с.36].

Деякі аспекти адаптації старших дошкільників стали об'єктом дослідження в ряді наукових праць.

В. Поліщук досліджує психологічні особливості дітей, які переходять від дошкільного до молодшого шкільного віку. Він визначає позитивні аспекти цього періоду, такі як бажання здійснювати соціально значущу діяльність, усвідомлення свого "Я", формування довільної поведінки та вміння контролювати себе в різних ситуаціях, а також свідомо орієнтація на соціальні норми і вимоги [11, с.70].

А. Колесник розглядає виховання у дітей позитивного ставлення до ЗДО. Вона вказує на використання гри як провідного виду діяльності, зокрема творчої гри з різними варіантами рольової поведінки, які відповідають інтересам дітей та відмічаються різноманітністю [16, с.72].

С. Курінна досліджує особливості соціалізації дітей 6-7 років у різних умовах життєдіяльності. Вона підтверджує точку зору багатьох вчених, що соціальна адаптація - це активно-розвивальний процес, який включає в себе входження людини до конкретної спільноти через засвоєння соціального досвіду та використання набутого раніше соціального досвіду [18, с.39].

Під час аналізу психолого-педагогічних досліджень було виявлено недостатню увагу до спеціальних досліджень, що деталізували б психологічні фактори та особливості адаптації дітей до умов навчання за кордоном. Також не вистачало аналізу системи чинників, показників та позитивних умов цього процесу. Однак було виявлено, що характерною особливістю дошкільників під час адаптації за кордоном у закладах ЗДО є потреба у засвоєнні знань через власний практичний досвід, участь у спільній з іншими дітьми та дорослими діяльності, що сприяє розумінню та безпосередньому виконанню конкретних норм і правил. Оволодіння системою таких аспектів адаптації, як усвідомлення соціальних ролей та функцій, розуміння нового періоду життя, інтерес до різних видів діяльності та адаптація до життя в новому оточенні, сприяє засвоєнню стандартів поведінки та гармонізації взаємозв'язків з новим середовищем.

Т. Поніманська висвітлює важливість розширення соціального досвіду дітей під час їх вступу в нове середовище. Це охоплює такі аспекти, як

здатність орієнтуватися серед різних людей, розуміння їхніх потреб та поведінки, повага до інших, вміння надавати допомогу та вибір відповідних форм спілкування і діяльності [34, с.67].

Розвиток соціальної компетентності, за дослідженням І. Печенко, означає складне формування особистості, яке виявляється у соціальній активності та гуманістичній спрямованості. Розвинута соціальна компетентність сприяє гармонійній взаємодії дитини з оточуючим світом, усвідомленню загальнолюдських цінностей у власній поведінці, а також формуванню конструктивного та адекватного способу взаємодії у різних ситуаціях, що сприяє легкій адаптації до нових умов життя [32, с.89].

Адаптація дітей, які були внутрішньо переміщені, до нового навчального закладу є важливою частиною адаптації їхніх сімей після переїзду. Українська система освіти набула значного досвіду в цьому питанні через події, пов'язані з анексією частини Донецької та Луганської областей Російською Федерацією після 2014 року та воєнним станом на території країни у 2022 році.

Вихователям доводиться допомагати дітям інтегруватися в нове середовище, включати їх у навчальний процес, зменшувати рівень стресу та не вирізняти їх серед інших учнів. Успіх цієї роботи починається з інтеграції дитини в новому колективі. Спроба вчителя підкреслити складний досвід дитини в зоні конфлікту може призвести до того, що новачок не буде прийнятий класом або його минуле буде зайво «героїзоване». Хоча вихователям варто дещо знати про нову дитину, головний акцент у ЗДО повинен бути зроблений на включенні дитини в навчальний процес.

Успішна адаптація переселенців у ЗДО значно залежить від того, як дитина буде діставатися до закладу й додому, яким чином буде організоване її харчування, з ким вона залишатиметься після занять, чи продовжить вона відвідувати музичну школу або спортивну секцію, якщо це було звичним для неї раніше. Тому важливим є контакт батьків з вихователем та спілкування родин ВПО з психологом.

Для успішної адаптації дитини необхідно не лише підготувати її до позитивних аспектів нової ситуації, але й допомогти їй подолати можливі труднощі. Підтримка батьків надасть дитині відчуття безпечного тилу, впевненість у позитивному результаті і допоможе їй швидше відчувати себе частиною нового колективу.

Сучасні дослідники визначають кілька критеріїв для виявлення рівня адаптації дитини, яка є внутрішньо переміщеною особою через бойові дії:

1. Поведінковий аспект, який відображає відповідність дитини нормам поведінки у новому ЗДО.
2. Презентаційний аспект, що передбачає ознайомлення дітей та їх батьків з особливостями закладу.
3. Соціально-психологічний аспект, який визначає роль особи в стосунках з іншими.
4. Емоційний аспект, який відображає загальний емоційний стан дитини у ЗДО [5, с.15].

Для поліпшення адаптації дітей-переселенців може бути корисним організувати додаткові заняття з мови та залучити логопеда у разі потреби. Важливо створювати для новачків ситуації успіху, щоб діти не втратили віру в себе й мотивацію до навчання.

Процес адаптації до дитячого дошкільного закладу освіти у кожної дитини має свої варіанти, які дослідники умовно розподіляють на три форми: "легку адаптацію", "адаптацію середньої важкості" та "важку адаптацію".

Перша форма адаптації характеризується тим, що дитина може мати погіршення апетиту та млявість у перші дні. Проте, її емоційний стан швидко нормалізується, і вона з радістю відвідує дошкільний заклад.

Друга форма адаптації проходить повільніше: дитина може захворіти протягом перших 2-3 тижнів після початку відвідування садочка на гострі респіраторні захворювання. Її стан здоров'я швидко нормалізується, але емоційний стан та хвилювання відновлюються повільніше (до 6 місяців).

Найважча є третя форма адаптації, коли дитина може не звикнути до нового середовища, або це відбудеться дуже повільно. Ці діти часто хворіють, і ці захворювання можуть мати серйозні ускладнення. Вони несвідомо обирають психосоматичний спосіб реагування на зміни в звичайному способі життя та розлуку з близькими. Ці діти потребують підвищеної уваги та зусиль з боку психологів, вихователів і батьків для успішної адаптації до нової соціальної ситуації.

На фізіологічному рівні адаптація пов'язана зі змінами в режимі дня, харчуванні, фізичній активності та сні. Організм дитини може реагувати на ці зміни підвищеною втомлюваністю, зниженням апетиту чи імунітету. У перші тижні адаптації часто спостерігаються такі реакції, як плаксивість, капризи або навіть незначне підвищення температури. Для підтримки фізичного здоров'я важливо забезпечити комфортний режим дня, регулярні прогулянки, здорове харчування та достатній сон.

Емоційна адаптація передбачає пристосування до нової атмосфери, незнайомих людей та нових правил. Діти можуть відчувати страх залишитися без батьків, тривожність через відсутність звичної підтримки чи навіть протест проти нового середовища. Важливу роль у цьому відіграє доброзичлива атмосфера у групі, увага вихователів та їхнє вміння знайти індивідуальний підхід до кожної дитини.

Соціальна адаптація зосереджена на здатності дитини вибудовувати стосунки з однолітками, приймати правила спільної поведінки та брати участь у групових активностях. Дошкільний вік – це період, коли формуються основи соціальної взаємодії, тому важливо допомогти дитині навчитися співпрацювати, ділитися іграшками, домовлятися та вирішувати конфлікти.

Чинники, що впливають на адаптацію:

- Індивідуальні особливості дитини. Темперамент, рівень розвитку комунікативних навичок, ступінь емоційної стійкості та попередній досвід спілкування впливають на швидкість адаптації.

Сімейне середовище. Підтримка батьків, їхня готовність до змін та вміння допомогти дитині впоратися з труднощами відіграють ключову роль. Якщо родина забезпечує любов і стабільність, дитина легше долає нові виклики.

Організація процесу адаптації у закладі. Робота вихователів, поступове введення дітей у нове середовище та створення доброзичливої атмосфери сприяють зниженню рівня стресу.

Методи сприяння адаптації:

- Підготовка до дошкільного закладу. Заздалегідь знайомити дитину з садком, показувати групу, пояснювати, як виглядатиме її день.
 - Поступовість. Спочатку дитина може залишатися в садку на кілька годин, а потім поступово збільшувати час перебування.
 - Ігрова діяльність. Ігри допомагають дитині адаптуватися швидше, оскільки створюють атмосферу радості та безпеки.
 - Співпраця з батьками. Вихователі та батьки повинні працювати разом, обмінюючись інформацією про поведінку та потреби дитини [12, с.5].
- Адаптація дітей дошкільного віку – це природний, але водночас складний процес, який залежить від багатьох чинників. Успішна адаптація закладає основу для подальшого емоційного, соціального та інтелектуального розвитку дитини, формує її впевненість у собі та готовність до нових життєвих викликів. Організована допомога зі сторони вихователів та батьків відіграє вирішальну роль у створенні умов, які сприяють гармонійному входженню дитини в нове середовище.

На підставі проведеного дослідження можна зробити висновок, що пристосування дітей дошкільного віку до навчання під час воєнного конфлікту представляє собою складний та багатогранний процес. У таких умовах педагоги повинні забезпечувати якісні освітні послуги та ефективну взаємодію з усіма учасниками освітнього процесу. Застосування ігрових методів під час занять у дошкільних закладах відіграє важливу роль. Особливу значимість під час воєнного конфлікту мають способи взаємодії

освітніх установ з педагогічними працівниками, дітьми та їхніми батьками. Ефективна комунікація сприяє встановленню оптимального зворотного зв'язку та обміну інформацією, що полегшує адаптацію дітей. Особливі труднощі в цьому процесі виникають у дітей, які стали вимушеними переселенцями через активні воєнні дії, оскільки вони, крім стресу, пов'язаного з війною, зазнають складнощів через зміну соціального статусу.

1.3 Особливості системи дошкільної освіти Республіки Польща

Система дошкільної освіти в Польщі є важливою складовою загальної освітньої структури країни. Основна мета дошкільної освіти полягає в забезпеченні гармонійного розвитку дітей віком від 3 до 6 років, підготовці їх до школи та створенні умов для соціальної адаптації. Правові засади системи дошкільної освіти визначаються Законом про освіту та Декларацією прав дитини. Дошкільні заклади підпорядковані Міністерству освіти і науки Республіки Польща, а їх діяльність регулюється також органами місцевого самоврядування.

У Республіці Польща існують такі типи дошкільних закладів:

- Державні дитячі садки (Przedszkola państwowe) – це найпоширеніша форма дошкільних закладів, що фінансуються за рахунок державного бюджету та керуються місцевими органами влади. Вони приймають дітей у віці від 3 до 6 років, надаючи освіту та догляд протягом дня.
- Приватні дитячі садки (Przedszkola prywatne) – функціонують на базі приватної ініціативи та фінансуються батьками або організаціями, що заснували заклади. Їх програми можуть відрізнятися від державних садків, але мають відповідати загальним державним стандартам.
- Інтегровані дитячі садки (Przedszkola integracyjne) – заклади, в яких навчаються як діти з особливими потребами, так і нормо типові діти.

Такі садки мають спеціально підготовлених педагогів та необхідні ресурси для забезпечення розвитку дітей з особливими потребами.

Окрім того, у Польщі існують сімейні дитячі клуби (Kluby dziecięce) для дітей молодшого віку (від 1 до 3 років), які виконують функцію підготовки дітей до дитячого садка.

Програма дошкільної освіти в Польщі орієнтована на всебічний розвиток дитини, охоплюючи такі аспекти, як: соціальний розвиток, що включає розвиток комунікативних навичок, формування основних норм поведінки в суспільстві; психоемоційний розвиток, який сприяє розвитку емоційного інтелекту, навичок саморегуляції та розуміння емоцій; інтелектуальний розвиток, що передбачає розвиток пізнавальних здібностей, логічного мислення та початкових навичок читання, письма і математики; фізичний розвиток, який охоплює моторні навички та здоровий спосіб життя.

Кожен дитячий садок у Польщі працює за навчальною програмою, затвердженою Міністерством освіти. Вона має певну гнучкість, що дозволяє адаптувати навчальний процес до індивідуальних потреб дітей. Велика увага приділяється грі як основному способу навчання дітей дошкільного віку. Окрім того, педагоги активно використовують інноваційні методи навчання, такі як проєктна діяльність, навчання через дослідження та творчі заняття.

Органи місцевого самоврядування (гміни) відіграють ключову роль у організації та функціонуванні дошкільних закладів. Вони відповідають за відкриття нових дитячих садків, фінансування їх діяльності, забезпечення матеріально-технічної бази, а також за виконання державних освітніх стандартів.

Державні дитячі садки фінансуються з бюджету гміни, проте батьки можуть оплачувати додаткові послуги, такі як позашкільні заняття, харчування тощо.

Приватні дитячі садки отримують фінансування переважно від батьків, однак вони можуть отримувати часткові субсидії від гмін, за умови виконання державних стандартів освіти. У той же час, вартість відвідування

приватних садків може значно відрізнятись залежно від їхнього рівня та додаткових послуг, які вони пропонують.

Однією з ключових характеристик польської системи дошкільної освіти є тісна співпраця між дитячими садками та родинами. Батьки активно залучаються до освітнього процесу, регулярно відвідують відкриті уроки, спільні заходи та консультації з вихователями. Система забезпечує відкритість для діалогу та врахування індивідуальних потреб і особливостей кожної дитини.

Незважаючи на високий рівень організації дошкільної освіти в Польщі, система стикається з певними викликами, такими як наприклад недостатня кількість місць у дитячих садках, особливо в великих містах. Це призводить до необхідності розширення існуючих закладів та відкриття нових. Також існує потреба в покращенні інклюзивної освіти для дітей з особливими освітніми потребами.

З метою покращення якості дошкільної освіти Польща активно розвиває міжнародну співпрацю, бере участь у міжнародних програмах, спрямованих на обмін досвідом та вдосконалення педагогічних методик. Важливим напрямком є також впровадження цифрових технологій в освітній процес, що дозволяє забезпечити сучасні підходи до навчання та підготовки дітей до цифрової епохи.

Таким чином, система дошкільної освіти Польщі є добре розвиненою та гнучкою, що дозволяє задовольняти потреби дітей та забезпечувати їх підготовку до подальшого навчання в школі.

З початком повномасштабної війни в Україні 24 лютого 2022 року система дошкільної освіти Польщі зіткнулася з новими викликами.

Одною з ключових труднощів стало збільшення кількості дітей, які вимушено покинули Україну та переїхали до Польщі разом із сім'ями. За офіційними даними, з початку війни Польща прийняла понад 1,5 мільйона українських біженців, серед яких значну частину становлять діти дошкільного віку. Ця ситуація вимагала негайних змін у системі освіти,

особливо на рівні дошкільних закладів. У багатьох регіонах, особливо у великих містах, дитячі садки зіткнулися з браком місць. Польські освітні установи були змушені розширювати свої можливості, відкривати нові групи та створювати додаткові місця, щоб задовольнити потреби українських дітей.

Додаткові труднощі викликав мовний бар'єр, оскільки більшість українських дітей не володіли польською мовою, це в свою чергу сповільнювало інтеграцію дітей в освітній процес. Польські дитячі садки швидко адаптували свої програми для дітей-іноземців, зокрема були запроваджені спеціальні заняття з польської мови для українських дітей. У деяких садках були організовані спеціальні групи з викладанням українською мовою для полегшення процесу адаптації.

Крім того, діти, які втекли від війни, часто зазнавали психологічних травм, що потребувало додаткової уваги з боку педагогів та психологів. У багатьох дитячих садках Польщі були організовані програми психологічної підтримки для таких дітей, а також спеціальні тренінги для вихователів щодо роботи з дітьми, які пережили травматичний досвід [49].

Польські дошкільні заклади активно працювали і продовжують працювати над створенням інклюзивного середовища для українських дітей, шляхом організації культурних заходів, спрямованих на підтримку міжкультурного діалогу та взаємодії між польськими та українськими дітьми, що сприяло їхній соціальній інтеграції [31].

Польський уряд, зі своєї сторони, надав значну підтримку українським громадянам, що опинилися під тимчасовим захистом Республіки Польща, в сфері освіти. Було прийнято рішення, що українські діти мають право на безкоштовне навчання у польських державних дитячих садках нарівні з польськими дітьми. Крім того, були впроваджені державні програми фінансування для розширення інфраструктури дошкільних закладів та забезпечення додаткового навчального персоналу [47].

Для кращої адаптації українських дітей у польській системі освіти були залучені українські вихователі та педагоги, які допомагали в інтеграції дітей

у нове середовище. Це також полегшувало процес навчання та соціалізації, оскільки діти мали можливість спілкуватися рідною мовою та отримувати допомогу від фахівців, знайомих із їхнім культурним і освітнім контекстом [55].

Зростання кількості українських дітей у дошкільних закладах Польщі стало як викликом, так і можливістю для розвитку системи освіти. Польща змогла продемонструвати високий рівень адаптивності та готовності до швидкої трансформації системи освіти у відповідь на зовнішні виклики. Інтеграція українських дітей в польські дошкільні заклади не лише сприяла їхній соціальній адаптації, але й підсилила міжкультурний обмін та збагачення освітнього середовища.

У перспективі можна очікувати, що цей досвід допоможе Польщі створити ще більш гнучку та інклюзивну систему дошкільної освіти, здатну швидко реагувати на зміни демографічної ситуації та потреби різних груп населення. Окрім того, довгострокова інтеграція українських дітей може сприяти поглибленню польсько-української співпраці в освітній сфері та створенню спільних програм з обміну педагогічним досвідом та практиками.

1.4 Адаптаційні заняття, як засіб адаптації українських дітей до дошкільних закладів освіти за кордоном

Лише половина українських дітей відвідує ЗДО в Україні, а всі інші змушені навчатися за кордоном. За даними Міністерства освіти і науки, зараз 672 тисячі українських дітей дошкільного віку відвідують ЗДО в інших країнах, зокрема у Польщі, Німеччині, Чехії, Молдові, Угорщині, Словаччині, Румунії. Наприклад, у Польщі проживає 200 тисяч українських дітей дошкільного віку, з яких 75 тисяч навчаються у ЗДО. Загалом, українські діти разом з батьками переїхали до 44 європейських країн, а також до США, Канади, Австралії, Японії.

Існує кілька варіантів організації виховання українських дітей у ЗДО за кордоном. Деякі діти виховуються разом з місцевими однолітками, а інші — у групах з біженцями із різних країн. У деяких країнах українських дітей розподіляють у спеціальні адаптивні або інтеграційні класи, де їх навчають національній мові та знайомлять з місцевою системою освіти. Також існує можливість виховання дітей різного віку в одній групі. Крім того, у деяких країнах діють самоорганізовані ЗДО за кордоном, як, наприклад, у Нідерландах та Бухаресті.

Для адаптації до нової країни зазвичай потрібно від 6 місяців до року, адже діти зазвичай швидше адаптуються, ніж дорослі. Проте, навіть якщо діти швидко звикають до нового оточення, це не означає, що вони уникнуть стресу, особливо якщо вони вступають до ЗДО, де використовується інша мова спілкування.

Найскладніше для адаптації виявляється дітям, які перебувають під опікою дорослих, що зазнали складних емоційних переживань. Для дорослих важливо навчитися дбати про себе заради своїх дітей та бути у стабільному, збалансованому стані протягом близько 70% часу спілкування з ними. Також важливо бути щирими зі своїми дітьми. Коли відчуваєте деструктивні емоції, зізнайтеся в цьому: «Я засмучений, але зможу впоратися, мені просто потрібен трохи часу». У таких ситуаціях це є нормальною реакцією, яка вчить дітей адекватно висловлювати свої почуття в майбутньому, а також уникати того, щоб їхні дії завдали шкоди іншим.

Великий внесок у дослідження емоційної прив'язаності зробив британський психоаналітик Дж. Боулбі. За його висновками, людське дитя народжується абсолютно залежним і лише з часом поступово стає самостійним. Перші три-чотири роки є вирішальними для його розвитку. Ключовою умовою нормального соціального та психічного здоров'я дитини є наявність надійної прив'язаності до принаймні одного дорослого, який дбає про неї. Така прив'язаність є основою для подальших емоційних зв'язків з іншими об'єктами, такими як друзі або домашні тварини. Розлука з цими

об'єктами може спричинити сум у дітей. Це буде помітно у їхніх висловлюваннях про бажання повернутися додому або у зміні їхнього ставлення та настрою, таких як постійна дратівливість або закритість. Деякі діти можуть виявляти потребу в обіймах та теплі, незалежно від того, хто їхній співрозмовник [56, с.58].

Адаптаційні заняття є важливою складовою процесу адаптації українських дітей до дошкільних закладів освіти за кордоном. Особливо це стосується дітей, які опинилися у новому культурному та мовному середовищі. Для успішної адаптації використовують різноманітні методи та підходи, серед яких адаптаційні заняття.

Основні принципи адаптаційних занять для українських дітей у дошкільних закладах за кордоном:

1. Мовна підтримка. Заняття спрямовані на розвиток мовних навичок в новому середовищі: розроблені ігри, вправи та комунікативні завдання, спрямовані на активне використання мови.

2. Соціальна адаптація. Заняття допомагають дітям відчувати себе комфортно та безпечно у новому колективі, наприклад, ігри, спрямовані на співпрацю та взаємодію з іншими дітьми.

3. Культурна адаптація. Діти вивчають та розуміють особливості нової культури, традиції, свята та звичаї.

4. Розвиток навичок самообслуговування. Заняття спрямовані на розвиток навичок, необхідних для самостійного функціонування у ЗДО, таких як вміння самостійно одягатися, користуватися туалетом, чистити зуби тощо.

5. Розвиток когнітивних навичок. Заняття передбачають вправи, спрямовані на розвиток мислення, уваги, пам'яті, логіки та інших когнітивних навичок.

6. Підтримка родини. Консультації для батьків щодо того, як допомогти своїм дітям адаптуватися до нових умов [58, с.40].

Успішна адаптація до нового оточення важлива для загального благополуччя та успіхів дитини у ЗДО за кордоном. Адаптаційні заняття є ефективним інструментом у цьому процесі, допомагають дітям швидше та легше відчувати себе комфортно і успішно інтегруватися у нове оточення.

Розглянемо конкретний метод адаптаційних занять для українських дітей у дошкільних закладах за кордоном. Метод «Гра в ролі» є досить ефективним, оскільки дозволяє дітям не лише адаптуватися до нового середовища, а й розвивати соціальні, когнітивні та мовні навички через ігровий процес.

1. Підготовка оточення. Вихователі створюють спеціальне оточення, що імітує певні ситуації з життя, які діти можуть зустрічати у їхньому новому середовищі. Наприклад, може бути створений макет кухні, магазину, лікарні тощо.

2. Вибір ролей. Діти вибирають ролі, які вони хочуть зіграти у грі. Це може бути роль мами, тата, магазинного продавця, лікаря, учителя тощо.

3. Розігрування сценарію. Діти спілкуються та взаємодіють один з одним в межах обраної ролі. Вони виконують різні завдання, такі як покупки в магазині, приготування їжі на кухні, рольові ігри в лікарні або у школі.

4. Співпраця та комунікація. Гра в ролі сприяє розвитку навичок співпраці та комунікації. Діти навчаються слухати один одного, виражати свої думки та почуття, вирішувати конфлікти.

5. Рефлексія. Після завершення гри відбувається обговорення того, що діти вивчили під час гри, які проблеми вони зустріли та як вони їх вирішили.

6. Підтримка індивідуального розвитку. Гра в ролі дозволяє педагогам спостерігати за індивідуальним розвитком кожної дитини, виявляти їхні сильні та слабкі сторони та надавати необхідну підтримку [51, с.25].

Структура адаптаційних занять для українських дітей у дошкільних закладах за кордоном передбачає:

1. Сприйняття. На цьому етапі вихователь вітає дітей та дає дитині хвилинку на «сприймання» всього що є дококола. Важливо створити сприятливу довірливу атмосферу та зробити заняття цікавим і захопливим.

2. Адаптаційна частина. Спрямована на розвиток конкретних навичок та умінь, які допоможуть дітям адаптуватися до нового оточення. Наприклад, вправи на вміння взаємодіяти з іншими дітьми, вчитися новим словам або фразам на новій мові, ознайомлення з традиціями та культурою країни, у якій вони тепер проживають.

3. Ігрова частина. Різноманітні ігри та активності, що сприяють розвитку соціальних, когнітивних та мовних навичок. Ці ігри мають бути організовані у формі рольових ігор, командних завдань, творчих проєктів тощо.

4. Співпраця та взаємодія. Важливо створити умови для активної співпраці та взаємодії між дітьми під час занять.

5. Рефлексія. Після завершення ігрової частини важливо провести обговорення з дітьми про те, що вони зробили під час заняття, які враження вони отримали, що вони вивчили.

6. Заключна частина. На цьому етапі вихователь підбиває підсумки заняття, наголошує на досягненнях дітей та дає їм позитивну зворотній зв'язок. Важливо зберегти позитивну енергію та заохочення для майбутніх занять.

Заняття – це організована форма навчальної діяльності, спрямована на розвиток знань, умінь, навичок, а також соціальних, комунікативних та творчих здібностей дітей. У дошкільній освіті заняття є основним способом реалізації навчально-виховного процесу, який поєднує ігрові, пізнавальні та практичні елементи. Заняття не лише допомагають дітям здобувати нові знання, а й адаптуватися до організованої діяльності в колективі. У дошкільних закладах вони зазвичай мають інтегрований характер, поєднуючи різні види діяльності, що відповідають віковим та індивідуальним особливостям дітей.

Ігрові заняття – це основний вид діяльності дошкільників, який поєднує навчання з грою, створюючи можливості для розвитку дитини через активну участь у різноманітних ігрових ситуаціях. Завдяки грі діти засвоюють нові знання, навички та соціальні взаємодії, водночас розвиваючи свою увагу, уяву, креативність і здатність до самовираження. Ігрові заняття сприяють розвитку мови, мислення, координації рухів та емоційної стійкості. У процесі гри дитина активно взаємодіє з іншими дітьми, набуває досвіду співпраці, вирішення проблем, а також вчиться враховувати думки і потреби інших учасників. Це важливий етап розвитку, адже гра дозволяє малюкам переживати різноманітні ролі та ситуації, тренувати уяву і адаптуватися до реальних життєвих умов. Ігрові заняття допомагають створювати комфортне середовище для особистісного розвитку, зміцнення самооцінки і впевненості в собі. До того ж, правильно організовані ігрові заняття підтримують цікавість до навчання, адже дітям подобається процес, коли вони можуть вчитися через гру, а не через традиційні методи [48, с.52].

Навчально-пізнавальні заняття є важливим елементом освітнього процесу, спрямованим на формування у дітей основних знань та навичок у різних галузях науки. Вони допомагають дітям засвоювати базові концепції з математики, мови, природознавства, розвивати мислення, логіку та когнітивні здібності. У процесі таких занять діти знайомляться з числами, арифметичними операціями, основами геометрії, що сприяє розвитку їхньої логічної думки, здатності до порівняння, рахунку та аналізу.

Особливе значення мають заняття з мови, які допомагають дітям розширювати словниковий запас, вдосконалювати граматичні навички, покращувати вимову і мовленнєву активність. Вони також включають вправи на складання речень, розвиток читацьких і писемних навичок, що дозволяє дітям краще виражати свої думки, формулювати запитання та брати участь у діалогах.

Природознавчі заняття надають дітям можливість познайомитись із навколишнім світом, зрозуміти його закони та явища. Діти вчаться

спостерігати за природними змінами, досліджувати тварин і рослини, розуміти, як вони функціонують і взаємодіють між собою, що допомагає розвивати у дітей зацікавленість до науки і природи, вміння застосовувати отримані знання для пояснення різноманітних явищ.

Одним із ключових аспектів навчально-пізнавальних занять є розвиток логічного і аналітичного мислення. Через різноманітні ігри, завдання на порівняння, класифікацію та розв'язування логічних задач діти вчаться шукати рішення, працювати з інформацією, аналізувати ситуації та приймати рішення. Цей процес сприяє розвитку важливих когнітивних навичок, таких як пам'ять, увага, здатність до планування та передбачення результатів.

Таким чином, навчально-пізнавальні заняття допомагають формувати у дітей цілісне уявлення про навколишній світ, розвивають їхні когнітивні здібності, вміння критично мислити та творчо підходити до вирішення завдань. Вони також сприяють розвитку самостійності, спостережливості, уваги до деталей і бажання вчитися.

Музичні заняття є важливим аспектом розвитку дітей, які поєднують різноманітні елементи співу, музичного руху, слухання музики та створення музичних композицій. Вони сприяють розвитку емоційної сфери, музичного слуху, ритмічних навичок, а також творчих здібностей. Цей вид діяльності не лише допомагає дітям знайомитися з музикою, але й стимулює їхню уяву, допомагає виражати почуття і думки через звуки, рухи та голос.

Спів є одним із основних елементів музичних занять, адже він дозволяє дітям розвивати голосові можливості, поліпшувати дихання та вимову, а також створювати емоційні зв'язки з музикою. Під час занять діти вчать пісні, що сприяє їхньому мовному розвитку, вдосконалює пам'ять і зосередженість. Спільний спів у групі допомагає дітям навчитися працювати в команді, розвивати координацію та взаємодію з іншими, слухати один одного і підтримувати ритм. Музичний рух є важливою складовою музичних занять, оскільки він допомагає дітям розвивати почуття ритму, рухливість і пластичність. Танці та рухи під музику стимулюють фізичний розвиток,

покращують координацію, сприяють формуванню просторової орієнтації. Музичний рух дозволяє дітям переживати музику не тільки через слух, а й через тіло, що дає їм можливість глибше відчувати її емоційну атмосферу [49, с.61].

Слухання музики є ще одним важливим елементом музичних занять. Воно розвиває слухову увагу, дозволяє дітям вчитися розрізняти різні інструменти, тембри, ритми, жанри музики, а також формує їхнє емоційне сприйняття музичних творів. Під час слухання музики діти можуть обговорювати, що саме вони почули, як музика викликає в них певні почуття, і навіть намагатися відтворити свої враження через рухи або малювання. Це не тільки розширює їхнє музичне розуміння, але й допомагає розвивати емоційну чутливість. Музичні заняття також стимулюють творчість дітей, адже вони можуть створювати власні мелодії, експериментувати з інструментами або навіть вигадувати танці. Це розвиває їхню уяву, дозволяє вільно виражати свої почуття та думки через музику. Творчий процес допомагає формувати в дітей почуття впевненості, свободи самовираження і задоволення від процесу створення чогось нового. Завдяки музичним заняттям, діти вчаться не лише технічним аспектам музики, але й емоційному сприйняттю, взаємодії з іншими, розвитку критичного мислення через аналіз музичних творів. Вони також стають більш чутливими до звуків навколишнього світу, що позитивно впливає на їхній загальний розвиток і виховання.

Фізкультурні заняття – це важливий компонент розвитку дітей, що сприяє формуванню здоров'я, фізичної підготовленості, зміцненню організму і розвитку основних фізичних навичок. Вони призначені для розвитку моторики, координації рухів, фізичної витривалості, а також для формування правильних звичок до здорового способу життя. Така діяльність включає різноманітні вправи, рухливі ігри та оздоровчі методики, що дозволяють дитині розвиватися фізично, соціально і емоційно.

Розвиток моторики є однією з основних цілей фізкультурних занять. Вправи на точність, швидкість і силу сприяють покращенню дрібної та грубої моторики, а також зміцненню м'язів. Такі заняття включають вправи на координацію рухів, рівновагу, спритність, що допомагає дітям краще орієнтуватися в просторі та розвивати фізичну гнучкість.

Координація рухів є важливою складовою фізичного розвитку, оскільки вона допомагає дітям злагоджено виконувати рухи, виконувати складніші фізичні вправи та підтримувати рівновагу. На фізкультурних заняттях діти навчаються контролювати своє тіло, виконувати рухи в певному темпі, розвивати координацію рук, ніг, голови та всього тіла, що є основою для розвитку більш складних видів спорту в майбутньому [55, с.15].

Фізична витривалість розвивається завдяки вправам, які підвищують загальний тонус організму, покращують кровообіг та зміцнюють серцево-судинну систему. До таких вправ відносяться біг, стрибки, плавання, а також комплексні тренування на витривалість, які допомагають дітям покращувати свою загальну фізичну підготовленість і здатність до витривалості. Рухливі ігри є важливою частиною фізкультурних занять, адже вони не лише розвивають фізичні навички, але й сприяють соціалізації дітей, навчають їх працювати в команді, дотримуватись правил, взаємодіяти з іншими учасниками гри. Ігри можуть бути різноманітними: від простих естафет до складних командних змагань. Вони дозволяють дітям розважатись, одночасно розвиваючи свою фізичну активність і комунікативні навички. Оздоровчі методики, які також можуть бути частиною фізкультурних занять, включають дихальні вправи, фізіотерапевтичні методи, вправи на розслаблення і відновлення. Ці методики допомагають не лише зміцнити фізичне здоров'я дітей, але й покращити їхнє емоційне самопочуття, знижуючи рівень стресу та тривожності. Наприклад, вправи на гнучкість і розтяжку сприяють розвитку гнучкості, а спеціальні дихальні практики допомагають зосередитися і розслабитися. Фізкультурні заняття формують правильну постанку, що має велике значення для розвитку дітей. Вони

допомагають запобігати розвитку патологій опорно-рухового апарату, покращують поставу і зміцнюють м'язи спини та шиї.

Творчі заняття займають важливе місце в розвитку дітей, оскільки вони дозволяють розвивати уяву, творчі здібності та естетичне сприйняття. Малювання, ліплення, аплікація, конструювання – це різноманітні форми діяльності, які сприяють розвитку не тільки художніх навичок, а й дрібної моторики, уваги, фантазії та самовираження. Через творчі заняття діти вчаться не лише створювати образи і композиції, а й переживати процес створення, що сприяє розвитку їхнього емоційного інтелекту.

Малювання є однією з найпоширеніших форм творчої діяльності, що дозволяє дітям передавати свої враження, емоції, уявлення про навколишній світ. Такі заняття не тільки розвиває художні здібності, але й сприяє розвитку дрібної моторики, адже під час малювання діти працюють з олівцями, пензлями, фломастерами, що вимагає точних і злагоджених рухів. Крім того, малювання вчить дітей розрізняти кольори, форми, пропорції, що є основою для подальшого розвитку естетичних смаків.

Ліплення з глини, пластиліну або інших матеріалів дає дітям можливість розвивати відчуття об'єму і форми, а також навчитися працювати з різними текстурами. Ліплення дозволяє дітям розвивати не тільки моторику рук, але й просторову уяву, оскільки вони створюють об'ємні форми, моделюючи різні предмети або персонажів. Аплікація, в свою чергу, сприяє розвитку уваги до деталей, точності в роботі з матеріалами та композиції. Діти вчаться працювати з різними текстурами і кольорами, створюючи свої роботи з паперу, тканини, картону та інших матеріалів. Це заняття дозволяє дитині краще орієнтуватися в просторі, розвивати творчий підхід і розширювати уявлення про естетичні категорії.

Конструювання допомагає дітям розвивати логічне мислення, оскільки воно передбачає створення різноманітних моделей, конструкцій, що вимагає від дитини уміння планувати свої дії, зважати на пропорції та форми. Водночас, конструювання сприяє розвитку просторового сприйняття та

аналітичних здібностей, оскільки дитина повинна зрозуміти, як поєднуються різні елементи, щоб створити цілісну конструкцію.

Соціально-комунікативні заняття спрямовані на розвиток комунікативних навичок, морально-етичних якостей та емоційного інтелекту дітей. Вони включають різноманітні ігри та вправи, які сприяють покращенню взаємодії дітей між собою, навчають їх працювати в групі, висловлювати свої думки та почуття, слухати і розуміти інших. Такі заняття також допомагають дітям формувати емоційну зрілість, адже вони навчаються розпізнавати і контролювати свої емоції, взаємодіяти з іншими в різних ситуаціях, що є основою для розвитку їхнього емоційного інтелекту. Соціально-комунікативні заняття сприяють розвитку морально-етичних якостей, таких як співчуття, чесність, повага до інших, відповідальність та взаємодопомога. Діти вчаться працювати в команді, брати на себе відповідальність за спільну справу, допомагати один одному. Вони також отримують знання про соціальні норми і правила поведінки, що є основою для їхнього подальшого соціального розвитку [54, с.22].

Важливою складовою соціально-комунікативних занять є формування здатності до конструктивного вирішення конфліктів. Через рольові ігри, ситуаційні задачі та дискусії діти вчаться шукати компроміси, знаходити вихід з непорозумінь, що допомагає їм ефективно взаємодіяти в різних соціальних ситуаціях. Таким чином, соціально-комунікативні заняття є незамінним елементом у розвитку дитини, адже вони сприяють формуванню основ здорових міжособистісних стосунків, розвитку емоційної та соціальної зрілості, а також формуванню навичок для успішної взаємодії в суспільстві.

Адаптаційне заняття – це спеціально організоване заняття, спрямоване на допомогу дітям у процесі пристосування до нового середовища, зокрема до умов дошкільного навчального закладу. Його основна мета – зменшити стрес, пов'язаний із новими умовами, сформувати позитивне ставлення до групи, вихователів та колективної діяльності.

Особливості адаптаційного заняття:

- Гнучкість та інтегрованість. Заняття поєднує різні види діяльності – ігри, малювання, спів, рухливі вправи, що дозволяє врахувати інтереси та можливості кожної дитини.
- Пріоритет ігрової форми. Використання знайомих ігор чи створення нових ігрових ситуацій сприяє зняттю напруги та полегшує соціальну взаємодію.
- Мінімум нових вимог. Завдання повинні бути простими та зрозумілими, щоб уникнути перевантаження дитини.
- Акцент на емоційній підтримці. Під час заняття вихователь створює атмосферу довіри та прийняття, активно підтримує позитивні емоції дітей.
- Поступове введення в навчально-виховний процес. Адаптаційні заняття слугують перехідним етапом від вільної гри до організованих занять, характерних для старших дошкільників.

На адаптаційних заняттях важливо:

- проводити вправи на знайомство між дітьми, що допомагають налагодити контакти;
- створювати ситуації успіху, щоб у дитини формувалося відчуття впевненості;
- обирати тематику, яка є близькою та цікавою дітям, наприклад, про сім'ю, природу чи улюблені іграшки.

Адаптаційні заняття допомагають дітям легше прийняти зміни у способі життя, уникнути емоційного перенавантаження, створюють основу для формування довіри до вихователя та групи. Ці заняття забезпечують поступовий перехід від сімейного середовища до організованого навчального процесу, що є ключовим для подальшого гармонійного розвитку дошкільника.

Отже, адаптаційні заняття є ефективним інструментом, який допомагає українським дітям успішно адаптуватися до нових умов та зручно вписатися у дошкільне оточення за кордоном.

Висновки до першого розділу

Вивчаючи адаптацію як психолого-педагогічне та соціальне явище, можна зробити висновок про її значення в процесі індивідуального розвитку та взаємодії з оточуючим середовищем. Психологічний аспект адаптації включає в себе пристосування особистості до нових умов життя, викликаних змінами у соціальному, психологічному або фізичному середовищі. Педагогічний аспект адаптації орієнтований на створення сприятливих умов для успішного включення індивіда в освітні та навчальні процеси. Соціальний аспект адаптації визначається його роллю у формуванні соціальних зв'язків, структури груп та сприйняття індивідом своєї ролі в суспільстві.

Адаптація дітей дошкільного віку є складним і багатоплановим процесом, який передбачає адаптацію до нових соціальних середовищ, навчальних умов. Однією з основних особливостей адаптації дітей дошкільного віку є їхня потреба у стабільності та відчутті безпеки, що вимагає уваги до створення довірливих відносин з педагогами та родинним оточенням. Дитина в цьому віці активно вчиться сприймати світ через гру та емоційний контакт, тому важливо забезпечити їй можливості для експерименту та взаємодії з оточуючими предметами та людьми.

Система дошкільної освіти в Польщі є важливою складовою загальної освітньої структури країни. Основна мета дошкільної освіти полягає в забезпеченні гармонійного розвитку дітей віком від 3 до 6 років, підготовці їх до школи та створенні умов для соціальної адаптації.

Органи місцевого самоврядування (гміни) відіграють ключову роль у організації та функціонуванні дошкільних закладів. Система дошкільної освіти Польщі є добре розвиненою та гнучкою, що дозволяє задовольняти потреби дітей та забезпечувати їх підготовку до подальшого навчання в школі.

З початком повномасштабної війни в Україні 24 лютого 2022 року система дошкільної освіти Польщі зіткнулася з новими викликами та труднощами.

Польські дошкільні заклади активно підтримують і продовжують працювати над створенням інклюзивного середовища для українських дітей. Крім того, впроваджено державні програми фінансування для розширення інфраструктури дошкільних закладів та забезпечення додаткового навчального персоналу.

Зростання кількості українських дітей у дошкільних закладах Польщі стало як викликом, так і можливістю для розвитку системи освіти. Польща змогла продемонструвати високий рівень адаптивності та готовності до швидкої трансформації системи освіти у відповідь на зовнішні виклики. Інтеграція українських дітей в польські дошкільні заклади не лише сприяла їхній соціальній адаптації, але й підсилила міжкультурний обмін та збагачення освітнього середовища.

У перспективі можна очікувати, що цей досвід допоможе Польщі створити ще більш гнучку та інклюзивну систему дошкільної освіти, здатну швидко реагувати на зміни демографічної ситуації та потреби різних груп населення, а довгострокова інтеграція українських дітей може сприяти поглибленню польсько-української співпраці в освітній сфері та створенню спільних програм з обміну педагогічним досвідом та практиками.

Враховуючи унікальність культурного та мовного середовища, адаптаційні заняття стають ефективним інструментом для підтримки українських дітей у процесі впровадження в нову навчальну та соціальну систему за кордоном. Ці заняття спрямовані на формування позитивного ставлення до нового оточення, підвищення мовної та культурної компетенції, а також на побудову дружніх відносин з однолітками та вчителями. Ключовою складовою адаптаційних занять є ігровий підхід, який сприяє активному включенню дітей у процес навчання та відчуттю радості від спілкування та взаємодії. Особливу значимість під час воєнного конфлікту

мають способи взаємодії освітніх установ з педагогічними працівниками, дітьми та їхніми батьками. Ефективна комунікація сприяє встановленню оптимального зворотного зв'язку та обміну інформацією, що полегшує адаптацію дітей. Особливі труднощі в цьому процесі виникають у дітей, які стали вимушеними переселенцями через активні воєнні дії, оскільки вони, крім стресу, пов'язаного з війною, зазнають складнощів через зміну соціального статусу.

РОЗДІЛ 2.

ЕКСПЕРЕМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ПРОГРАМИ АДАПТАЦІЇ

2.1 Сучасний стан проблеми адаптації українських дітей до дошкільних закладів освіти за кордоном (на прикладі Республіки Польщі)

Ефективність програми адаптації для дитини у закладі дошкільної освіти значною мірою залежить від точності висновків, зроблених на основі досліджень про адаптаційні можливості дитини. Правильно проведена діагностика дозволяє педагогам і психологам, на основі результатів комплексного дослідження скласти програму заходів, що допоможе запобігти можливим проблемам у процесі адаптації.

Дуже важливим є точне розуміння індивідуальних особливостей дитини, оскільки саме воно є запорукою розробки успішної програми адаптації, якщо діагностика не враховує особливості емоційного, соціального чи когнітивного розвитку дитини, програма може не лише не допомогти, але й нашкодити дитині, поглиблюючи відчуття дискомфорту. Необхідною є оцінка та діагностика емоційної готовності дитини до змін, ставлення дитини до нового середовища, оскільки позитивні зміни у поведінці та ставленні дитини до нового середовища можливі лише за умов врахування її емоційної готовності до змін. Без належної уваги до рівня тривожності чи страхів програма адаптації може виявитися неефективною [25, с.321].

Крім того, діагностика адаптації дітей повинна включати не тільки загальні показники розвитку, але й динаміку зміни поведінки у нових умовах, адже лише на основі комплексного дослідження можна створити програму адаптації, яка відповідає потребам кожної дитини. Адаптація вимагає застосування комплексного підходу, що охоплює не тільки взаємодію педагога з дитиною, а включає у процес взаємодії батьків, вихователів та спеціалістів (психологів, спеціальних педагогів, консультантів з адаптації). Неправильні висновки щодо рівня адаптованості можуть привести до

перевантаження дитини або, навпаки, до заниження вимог, що також шкодить її розвитку [41, с.72].

Метою нашого дослідження є визначення, теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка програми адаптації, а саме впливу адаптаційних занять, як ефективного засобу на процеси адаптування та інтегрування українських дошкільників до закладів дошкільної освіти Республіки Польща та розробка методичних рекомендацій з вищезазначеної проблеми.

Завдання дослідження:

- 1) проаналізувати науково-методичну літературу з теми дослідження;
- 2) підібрати методики для виявлення рівня адаптованості дітей до закладу дошкільної освіти (оцінка емоційного, соціального, когнітивного та поведінкового аспектів адаптації);
- 3) здійснити експериментальну перевірку програми адаптації та дослідити вплив адаптаційних занять на процес адаптації дітей – українців до закладу дошкільної освіти у Республіці Польща.
- 4) на основі результатів комплексного дослідження розробити рекомендації та створити літературний каталог, що охопить питання адаптації дошкільників до закладів освіти за кордоном.

Дослідження проводилося на базі закладу дошкільної освіти Elfiki (Publiczne przedszkole Elfiki przy ul. Buforowej 4C) у місті Вроцлав. Участь в дослідженні взяло всього 12 дошкільників у віці 5 років, (дошкільники з групи Leśne Zuchy (5 осіб) та Wypalazcy (7 осіб). Варто відмітити, що це перший рік відвідування дітьми даного закладу освіти, 8 дітей з 12 переїхали до Республіки Польща після початку повномасштабної вторгнення у 2022 році.

Проведене дослідження передбачало взаємодію експериментатора з дітьми, з метою обстеження в спеціально створених умовах упродовж 15-20 хвилин, тому проводилося в індивідуальній формі з урахуванням вікових та психофізіологічних особливостей дітей цієї вікової категорії.

У процесі нашого дослідження були проведені спостереження за дітьми під час різних режимних моментів: занять, гри та спілкування з дорослими і іншими дітьми; було проведено бесіди з дошкільниками, педагогами, батьками; було здійснено діагностику з метою визначення рівня адаптивності дітей дошкільного віку та анкетування батьків з метою визначення обізнаності у темі адаптації дітей до закладу освіти.

Особливою вимогою дослідження групи дошкільників є невимушеність, простота спілкування. Щоб створити атмосферу довіри, до проведення дослідження нам потрібно було декілька днів бути присутніми у приміщенні, на прогулянці, де гралися діти, щоб познайомитися з ними ближче, водночас спостерігати за їхньою діяльністю. Таким чином ми запобігли напруженій атмосфері в роботі з дітьми, що значно поліщило процес дослідження.

Процес діагностування було розподілено на декілька тижнів, враховуючи, що дошкільники у віці 5 років ще не в змозі утримувати увагу довгий час, а втома, звісно, впливає на результат дослідження, який може виявитися хибним. Після діагностики, діти були поділені на дві групи, звернемо увагу на те, що комплекс адаптаційних занять було проведено тільки в одній групі (Wynalazcy), задля отримання достовірності результатів.

З метою визначення рівня обізнаності батьків у темі адаптації дітей дошкільного віку до закладів дошкільної освіти було здійснено **анкетування** що складалося з десяти питань закритого типу (анкетування здійснено за допомогою додатку GoogleForms).

Для оцінки процесу і перебігу адаптації дітей дошкільного віку до закладу освіти нами було вибрано наступні критерії і показники, як от: *соціальний критерій* (взаємодія дитини з однолітками, правила і норми поведінки, реакція дитини на них, пристосованість до нового середовища), *емоційний критерій* (емоційний стан дошкільника, уміння тримати та приборкувати свої емоції, визначати емоції інших), *комунікативний критерій*

(знання мови, спілкування за допомогою вербальних і невербальних засобів мовлення, мовні бар'єри).

З метою визначення показників соціального та емоційного критерію нами було обрано Тест тривожності (Р.Теммл, М.Доркі, В. Амен). Методика оцінки тривожності, розроблена Р. Теммлом та М. Доркі, є одним із найпопулярніших інструментів для діагностики рівня тривожності у дітей та підлітків. Вона застосовується для визначення емоційного стану дитини та її здатності справлятися зі стресовими ситуаціями. Цей тест дає можливість педагогам, психологам та іншим спеціалістам виявити схильність дитини до тривожності, зокрема в навчальних і соціальних ситуаціях. Мета методики – діагностувати рівень тривожності у дітей різного віку, виявити причини та типові ситуації, що викликають у них тривожні стани. Тест дозволяє отримати об'єктивні дані щодо переживань дитини в різних сферах життя та визначити, чи є потреба в корекційних заходах. Методика складається з серії малюнків, які ілюструють різні типові ситуації, здатні викликати тривожність у дітей. Дитині пропонують 14 зображень, що зображають певні життєві ситуації, як-от:

1. Відвідування дитячого садочка.
2. Виконання завдання.
3. Спілкування з педагогами або батьками.
4. Взаємодія з однолітками.
5. Участь у різних громадських подіях тощо.

На кожному малюнку зображено дії та переживання інших дітей, що дозволяє дитині ідентифікувати себе з персонажами.

Під час тестування дитині пропонують розглянути малюнок і висловити свою думку щодо ситуації, зображеної на ньому. Психолог або педагог ставить дитині питання, наприклад: «Як би ти почувався в такій ситуації?» або «Як би ти діяв у цьому випадку?». Це дозволяє визначити, чи є дана ситуація стресовою або тривожною для дитини, чи ні.

Інтерпретація результатів базується на аналізі реакцій дитини на кожен малюнок. Дитина може реагувати на ситуацію як нейтральну, комфортну чи тривожну. Якщо дитина демонструє занепокоєння або негативні емоції щодо певних ситуацій, це може свідчити про підвищений рівень тривожності. Ключові критерії оцінки включають: частоту тривожних реакцій, типи ситуацій, що викликають тривогу, інтенсивність емоційної реакції. Таким чином, за допомогою цієї методики спеціалісти можуть виділити зони підвищеної тривожності дитини і розробити рекомендації для подальшої роботи (як-от консультування, підтримка, корекційні програми).

З метою оцінки рівня адаптації дітей до умов закладу дошкільної освіти за критеріями (соціальний, емоційний, комунікативний) нами було проведено методику «Шкала адаптації для дошкільників».

Дана методика була розроблена українськими психологами та педагогами Т. І. Поніманською та О. Л. Кононко з метою оцінки рівня адаптації дітей до умов дитячого садка. Ця методика дозволяє виявити, як дитина пристосовується до нового середовища, зокрема до взаємодії з однолітками, вихователями, а також до режиму дня та організованих видів діяльності.

Методика розроблена для дітей дошкільного віку (3-7 років). Вона використовується для виявлення проблем адаптації в емоційному, соціальному та поведінковому аспектах. В результаті можна визначити, наскільки дитина відчуває себе комфортно в групі, чи не переживає стрес чи тривогу, чи має труднощі у взаємодії з іншими дітьми та дорослими.

Методика базується на спостереженнях за поведінкою дитини у групі і оцінці кількох важливих параметрів адаптації, таких як:

1. Емоційний стан дитини: Визначається на основі того, як дитина переживає процес адаптації, чи проявляє вона тривогу, страх, чи є у неї симптоми емоційного напруження.

2. Соціальна взаємодія: Оцінюється здатність дитини до взаємодії з іншими дітьми, рівень її комунікативних навичок, готовність до співпраці в групі.

3. Поведінка під час навчальних та ігор: Вивчається, наскільки дитина бере активну участь у навчальних ігор, чи дотримується режиму дня та виконує інструкції вихователя.

4. Фізіологічні показники адаптації: Включають фізичний стан дитини, наявність чи відсутність апетиту, проблеми з сном або прояви соматичних симптомів (наприклад, болі в животі), що можуть свідчити про стрес чи дискомфорт.

Основні етапи проведення: підготовка - першому етапі фахівець (психолог або вихователь) готує інструментарій для оцінки; спостереження - протягом кількох тижнів проводяться спостереження за поведінкою дитини в групі, педагоги чи психологи звертають увагу на різні аспекти життя дитини в садку, включаючи її реакції на зміни у розкладі, взаємодію з однолітками, а також здатність адаптуватися до нового середовища; оцінка за шкалою - після збору спостережень і анкетних даних, результати оцінюються за шкалою, кожен параметр (емоційний стан, соціальна взаємодія, поведінка на заняттях та фізіологічні ознаки) оцінюється за 5-бальною шкалою:

- 1 бал – дуже низький рівень адаптації (серйозні проблеми),
- 2 бали – низький рівень адаптації,
- 3 бали – середній рівень адаптації,
- 4-5 балів – високий рівень адаптації та оптимальний рівень адаптації.

Це дозволяє отримати чітку картину про рівень адаптації дитини на різних етапах її перебування в дитячому садку. Саме інтерпретація результатів, надання оцінки дає можливість визначити, чи є у дитини проблеми з адаптацією до нового середовища, а також виявити сфери, в яких необхідно провести корекційну роботу (наприклад, підтримка емоційної стабільності, розвиток соціальних навичок або зниження тривожності). Дана методика є комплексною та дозволяє оцінити адаптацію з кількох важливих

аспектів — емоційного, соціального і поведінкового, це методика є дієвою, але вимагає кількох тижнів спостережень, що може бути не завжди зручно в умовах обмеженого часу. Для зручності проведення методики нами було розроблено діагностичну карту, що представлена у додатку А у вигляді таблиці.

З метою діагностики психологічного комфорту перебування дитини у групі дошкільного закладу та емоційного стану дошкільників нами було використано проєктивну методику М. Бикової «Я у дитячому садку». Методика полягає на тому, що педагог пропонує дитині намалювати малюнок «Я у дитячому садку», при цьому не дає додаткових інструкцій та підказок під час зображувальної діяльності дитини.

Умовно, малюнки дітей розподіляються на три групи: 1) дитина малює тільки будівлю, 2) дитина малює будівлю додаючи елементи що знаходяться доколя, наприклад дитячий майданчик, 3) дитина зображує саму себе у кімнаті або на вулиці.

Перша підгрупа малюнків під час інтерпретації вказується як найбільш викликаючи занепокоєння: якщо на малюнку немає нічого, крім будівлі — дитина сприймає дитячий садок як щось чуже та невідоме. Можливо, візити до дитячого садка є для дошкільника стресом та не несуть за собою позитивних емоцій, дитина не пов'язує себе з процесами та подіями, що відбуваються у даному закладі, віковій групі.

Більше оптимізму спостерігаються в ситуаціях, коли дитина починає малюнок з самої себе. В цій ситуації дитина пов'язує себе з подіями у дитячому саду, те що відбувається довкола є для дошкільника важливим. Під час інтерпретації результатів варто звертати увагу на додаткові елементи такі як: чи дитина намалювала себе на самоті, в якій позиції, чи намалювала дітей, педагога, простір для гри або іграшки.

Простір є важливим елементом, якщо дитина зображує себе на килимі, на землі, підлозі (часто опора у вигляді прямої лінії), можливо дитина у садочку відчуває себе добре, впевнено. Додаткові елементи у невеликій

кількості (такі як квіти, сонце, пташки, метелики) можуть свідчити про позитивний настрій дитини, спокій та відсутність тривожності.

Стосовно вихователя на малюнку – дитина вважає педагога важливим, авторитетним, але важлива також позиція вихователя по відношенню до дитини (наскільки велика постать педагога, стоїть спиною, закриту чи відкриту позицію має, скільки місця займає на малюнку, яким чином зображені руки, рот. Іноді акценти на роті, малювання великої кількості ліній або зубів довкола можуть вказувати на те, що дитина сприймає педагога як носія словесної агресії. Велике значення мають і рішення щодо кольорів на малюнку. Про позитивний емоційні настрої та стани часто говорить використання дитиною теплих (жовтий, рожевий, помаранчевий) та спокійних (синій, блакитний, зелений) кольорів та відтінків. Насичений фіолетовий колір, котрим замальовані досить великі частини малюнка можуть свідчити про напругу, що його відчуває дитина, велика кількість червоного – перевантаження емоційними стимулами, втома, тривожність, відчуття пригніченості. Велика кількість чорного, штрихування, сильний натиск говорять про підвищений рівень тривоги, емоційний дискомфорт.

Також з метою експериментальної перевірки програми адаптації та впливу адаптаційних занять на процес інтеграції та адаптації українських дітей до закладу освіти у Республіці Польща нами, на основі наявної програми адаптації було розроблено цикл зустрічей-занять, що включають у себе заходи, що мають позитивно вплинути на процес адаптації дітей до закладу освіти.

Також, з уваги на обмеженість у часі часу нами було запропоновано регулярні зустрічі з дошкільниками упродовж тижня, у першій половині дня задля проведення адаптаційних занять, у котрих діти під час активної взаємодії з нами адаптувалися до нових умов.

Отже, завдяки декільком різним видам діагностики ми змогли комплексно оцінити рівень обізнаності батьків, оцінити перебіг адаптації за емоційним, соціальним та комунікативним критеріями, а також

експериментально перевірили вплив програми адаптації, а саме адаптаційних занять на процес адаптації українських дітей до закладів дошкільної освіти у Республіці Польща.

Щоб з'ясувати стан проблеми обізнаності на тему адаптації ми провели анкетування вихователів та батьків, що їх діти у віці 5 років розпочинають адаптацію до закладу дошкільної освіти (Publiczne Przedszkole Elfiki we Wrocławiu) у місті Вроцлав. Результати анкетування подаємо у Додатках 1-4.

Більшість респондентів батьки (або педагоги) дітей п'ятого року життя. Опитувані знайомі з поняттям адаптації, але в той же час мають загальні уявлення про цей процес. 16 осіб з опитуваних вказали що добре знайомі з поняттям адаптації, читали про це і брали участь у семінарах, 12 осіб віддали перевагу відповіді, що чули про дане явище, знайомі з основними поняттями, але не поглиблено, лише 4 респонденти відповіли, що дане поняття їм не знайоме.

23 анкетованої особи зазначили, що отримали від закладу дошкільної освіти достатньо інформації про процес адаптації дитини до закладу (отримали буклет, інструкцію від вихователя), для 7 респондентів інформація виявилася загальною, 2 особи зазначили що інформація не була надана.

Більшість анкетованих має загальне уявлення про те скільки зазвичай триває адаптаційний період, знають, що це індивідуальний для дитини процес, 11 респондентів добре усвідомлюють, що процес адаптації може тривати декілька тижнів або місяців, 7 опитуваних не знають про перебіг та особливості адаптації.

50% респондентів не консультувалися зі спеціалістами та не знали до кого звернутися, 8 осіб з опитуваних вказали, що зверталися за допомогою і у відповідь отримували загальну відповідь на свій запит, 8 опитуваних консультувалися зі спеціалістами та отримували поради, обговорювали труднощі адаптації з психологом або вихователем.

15 анкетованих зазначили, що володіють інформацією про способи підтримки дитини під час адаптації (важливість дотримання розкладу та

розмов з дитиною), 14 оцінили свої знання як базові (емоційна підтримка дитини), 3 респонденти вказали, що не володіють такими знаннями.

22 опитані особи отримали вичерпну інформацію про перебіг процесу адаптації дітей-іноземців до закладу освіти, 6 респондентів зазначили, що інформація була загальною, 4 учасники опитування не отримали інформації про це.

15 респондентів знають всі заходи, що спрямовані на полегшення адаптації дитини, 11 осіб чули лише про деякі активності та знають про додаткові зустрічі з вихователем, 6 осіб не мають інформації про це.

Більшість респондентів приймали участь у зустрічах та консультаціях з вихователями (16 – кілька разів були присутні на подібних консультаціях, 11 – були присутні лише 1 раз, 3 особи – не брали участі та не виявляли ініціативу).

Щодо знань на тему симптомів що сигналізують труднощі в адаптації дитини (11 осіб – знають добре, наприклад про зміни в поведінці, погіршення апетиту, проблеми зі сном; 15 респондентів оцінюють свої знання як часткові, 6 - не мають уявлення про симптоми).

Більше половини респондентів (19 осіб), знають лише основні кроки допомоги своїй дитині у період адаптації, 9 опитуваних отримали багато корисної інформації щодо даного питання, 4 особи не мають знань про це.

Отже, більшість опитаних вважають, що знають, як підтримати дитину під час адаптації до закладу освіти, але водночас вказують, що знають лише основні кроки (такі як емоційна підтримка дитини). З вище проведеного опитування видно, що заклад дошкільної освіти є відкритим для батьків, батьки знають про перебіг адаптації у цьому закладі, отримали докладну та вичерпну інформацію про заходи що зазвичай проводяться у період адаптації.

Відразу помітна тенденція страху та незнання до кого звернутися , у питанні що стосуються консультацій зі спеціалістами на тему адаптації (такими як дитячий психолог, педагог, логопед, соціальний педагог,

сімейний психолог, невропатолог, дитячий коуч, тощо). Незважаючи на загальні знання батьки рідко наважуються на консультацію зі спеціалістами, здебільшого до психологів звертаються тоді, коли труднощі вже з'явилися, водночас більшість батьків відмічають більший контакт з вихователем, ніж з психологом.

З метою визначення показників соціального та емоційного критерію нами було обрано Тест тривожності (Р.Темпл, М.Доркі, В. Амен). Діагностичну методику було проведено у двох групах (Wynalazcy, Leśne Zuchy). Інструкцію, малюнки та протокол залишаємо у Додатках 5-11.

Кожній дитині під час проведення було показано картки з різними соціальними ситуаціями, завданням дошкільників є вибір веселого чи сумного обличчя. На основі результатів нами було вираховано індекс тривожності дитини (ІТ), який дорівнює процентному відношенню числа негативних виборів до загальної кількості малюнків:

$$IT = \frac{\text{негативний вибір}}{\text{загальна кількість малюнків}} * 100$$

14

В залежності від ІТ діти розподіляються на три групи:

1. Високий рівень тривожності (ІТ вище 50%)
2. Середній рівень тривожності (ІТ від 20% до 50%)
3. Низький рівень тривожності (ІТ від 0% до 20%)

Результати дослідження подано у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Показники соціального та емоційного критерію

Група	ІІІ дитини	Кількість негативних виборів	Відсоткове відношення	Рівень оцінки психічного стану
W	Софія	3	21%	Середній рівень
W	Олександр	8	57%	Високий рівень
W	Еміль	5	35%	Середній рівень

W	Андрій	2	14%	Низький рівень
W	Артем П.	Повна відсутність зворотного зв'язку, дитина не зробила жодного вибору, уникала зорового контакту з вихователем		
W	Домінік	6	42%	Середній рівень
W	Вікторія	4	28%	Середній рівень
LZ	Матвій	1	7%	Низький рівень
LZ	Артем К.	4	28%	Середній рівень
LZ	Стефанія	3	21%	Середній рівень
LZ	Анастасія	6	42%	Середній рівень
LZ	Денис	5	35%	Середній рівень

У групі Wypalazsy («Винахідники») за результатами дослідження 1 дитина має високий рівень тривожності (8 негативних відповідей), 4 дитини – середній рівень тривожності (від 3 до 6 негативних виборів), 1 дошкільник, що у результаті має низький рівень тривожності. Зауважимо, що від 1 дошкільника під час проведення методики не було отримано жодного вибору та зворотного зв'язку, після кількох підходів ситуація не змінилася, більш детальну інформацію надаємо під час опису інших методів дослідження.

У групі Leśne Zuchy 1 дитина за результатами дослідження має низький рівень тривожності, 4 дошкільники – середній.

Щодо поведінки дітей під час проведення методики: здебільшого простежувалися вагання під час вибору та споглядання на педагога, скутість, уникання зорового контакту у дітей з високим рівнем тривожності. Декілька дітей були не спокійні та використовували прийоми самозаспокоєння: крутили на пальці волосся, торкалися гудзиків на своєму одязі. Діти з середнім рівнем тривожності були не дуже балакучими та позитивно налаштованими. Діти з низьким рівнем тривожності були більш відкриті та усміхнені, залюбки виконували прохання педагога, їх вибір і взагалі були

більш позитивно налаштованими. Половина опитуваних на першому малюнку побачили що «дівчинка хоче забрати м'ячик», другий малюнок був сприйнятий і визначений дітьми як позитивний та радісний («Мама забирає з садочка», «йде гуляти з мамою на майданчик», «хлопчик до магазину купувати іграшку»), одна дитина вибрала у цьому випадку негативну емоцію («Не хоче додому, бо хоче гратися ще»). Всі опитувані з даної групи окреслили третій малюнок негативною емоцією, бо «хлопчик хоче вдарити». Малюнки 4,7,14 , що зображують нейтральні побутові ситуації такі як одягання, вмивання, споживання їжі у трьох з семи дітей викликали негативні емоції («Вона не любить вдягатися сама», «Хлопчик не любить їсти суп»). Для дітей з високим та середнім рівнем тривожності були характерні часті вибори негативних емоцій під час малюнків 6 (Дитина грається сама), 9 (Дитина і батько, який приділяє увагу малюку) та малюнок 12 (Ізоляція).

З метою оцінки рівня адаптації дітей до умов закладу дошкільної освіти за критеріями (соціальний, емоційний, комунікативний) нами було проведено методику «Шкала адаптації для дошкільників». Для зручності проведення даної методики нами було розроблено діагностичну карту дошкільника, подаємо її у Додатках 12-18.

Результати оцінки рівня адаптації згідно діагностичної карти подаємо у графіку на рисунку 2.1 нижче:

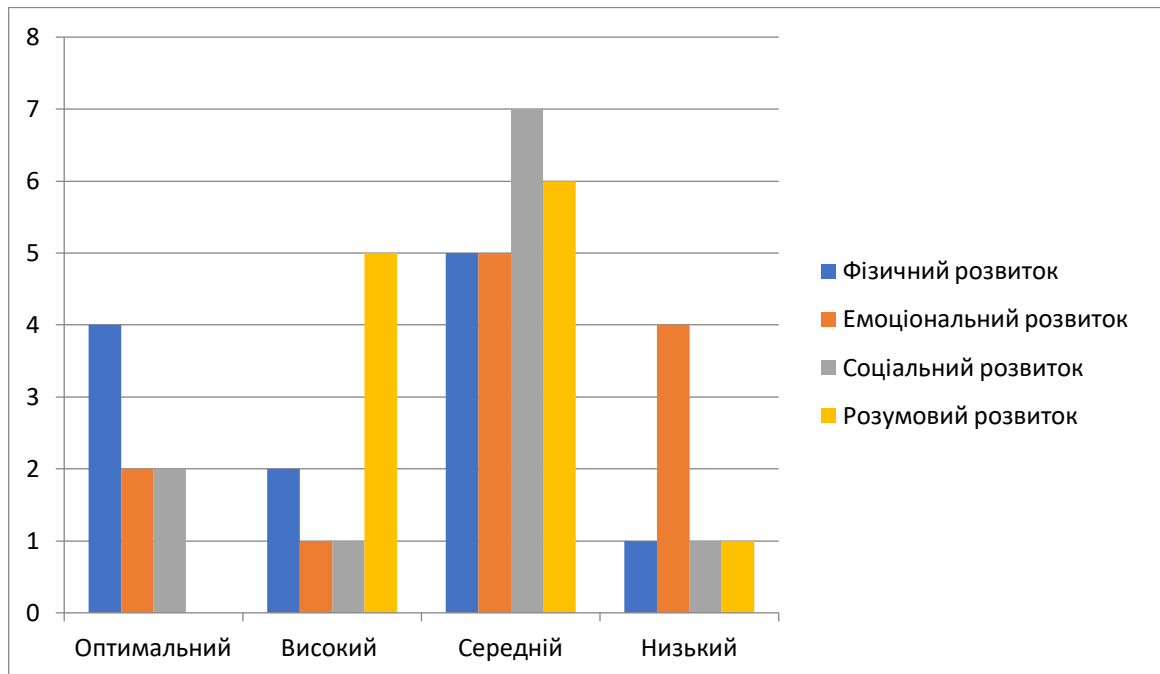


Рис. 2.1 Оцінка рівня адаптації дошкільників

4 учасники дослідження отримали оцінку 4-5 (оптимальна), 2 дитини – високий, 4 респонденти – середній, 2 особи – низький у критеріях фізичного розвитку (розвиток дрібної: вирізання, малювання, нанизування бусин на шнурок, будівництво за зразком, тощо і великої моторики, розвиток навичок самообслуговування: одягання, споживання їжі, виконання гігієнічних заходів, вміння утримувати правильну поставу під час різних дій).

У критерії емоціонального розвитку 2 особи отримали оптимальний рівень, 1 – високий, 5 дошкільників – середній, 4 – низький. Даний критерій мав на меті оцінити чи вміють респонденти поради́ти собі з надмірними емоціями, чи вміють пригальмовувати свої емоційні реакції, чи співпрацюють з вихователем на основі поваги, чи називають емоції, які відчують, чи спілкуються з дорослими і дітьми використовуючи засоби вербальні і невербальні, чи говорять про свої потреби. Найбільше труднощів у дітей викликала комунікація та невміння називати і справлятися з надмірними емоціями.

Оцінюючи критерій соціальна комунікація та розвиток ми отримали наступні результати: 2 дошкільники – оптимальний рівень, 1 опитуваний – високий, 7 дітей – середній, 2 дитини – низький. Даний критерій включав в

себе наступні ситуації та завдання: в ситуації трудній шукає допомоги інших осіб, ініціює спільні ігри з дітьми та контакт з дорослим, розв'язує конфлікти прагне до компромісу, дотримується правил і норм поведінки у групі, співпрацює з іншими під час виконання завдань, вживає у мовленні ввічливих слів у різних соціальних ситуаціях, ініціює діалог з дорослими та дітьми, відкладає речі на місце, прибирає за собою, вміє представитися та надати інформацію про себе (ім'я, вік, місто у якому живе).

Останній критерій включав в себе оцінювання розумового розвитку: знає кольори, правильно впорядковує їх до предметів і явищ, розповідає про те, що бачить на малюнку, відповідає на питання, що стосуються вислуханого оповідання, використовує займенники і числівники у мовленні, розрізняє за ознаками, бере активну участь у рухливих іграх та іграх вимагаючи наслідування, вкладає малюнок із 8-ми частин, розрізняє основні геометричні фігури, називає основні атмосферні явища (пов'язує відповідну погоду з порою року), розгадує загадки, розуміє значення умовних знаків і символів, вимовляє правильно всі звуки, моделює голос (говорить тихо, голосно, відтворює з пам'яті короткі пісні, віршики, лічить у діапазоні до 10, орієнтується у просторі, називає частини тіла, показує їх на собі.

5 дошкільників за результатами мають високий рівень, 2 дошкільники – оптимальний, 4 – середній, 1 особа – низький.

Додатково нами було проведено проєктивну методику «Я у дитячому саду» М. Бикової. Дана методика тільки підтвердила та доповнила результати наших досліджень.

Згідно інтерпретації, діти, що у тесті тривожності мали середній рівень зображували на аркуші паперу дитячий садок, вихователя, персонажі на малюнках виглядали нейтрально, під час малювання використано різні кольори, але у темних та «холодних» відтінках. На деяких малюнках були наявні «сигнали» тривожності, такі як відсутність самої дитини на малюнку, дрібні фігури та закриті пози персонажів, зображення дверей, тощо.

Вважаємо за необхідне спостерігати за такими дітьми та у разі необхідності пропонувати та надавати таким дошкільникам підтримку.

Дитина з високим рівнем тривожності зображувала себе здалека від групи, переважно темними кольорами, досить міцно тиснула на олівець, штрихувала, малювала хаотичні лінії. Дитина виявляла зацікавлення малюванням, але водночас було помітно, що дитина переймається і не відчуває себе комфортно, часто дивиться на вихователя. Саме такі випадки у адаптації вимагають від педагогів індивідуальної уваги, оскільки малюнки дітей вказують на почуття страху чи небезпеки.

На малюнках дітей з низьким рівнем тривожності персонажі були усміхненими, трималися за руки, були наявні промальовані деталі, яскраві кольори, під час малювання діти були спокійними, обговорювали що роблять на малюнку, було видно, що діти асоціюють себе з дитячим садочком, вихователем, групою та загалом демонструють гарну адаптацію до нового середовища.

З проведених нами досліджень бачимо досить невисокі показники у критеріях соціальний та емоційний розвиток, а саме ці критерії грають важливу роль у процесі адаптації та у готовності дитини адаптуватися до змін.

Нашим наступним завданням була апробація програми адаптації, а саме адаптаційних занять з метою підтвердження покращення перебігу адаптації українських дітей дошкільного віку до закладів дошкільної освіти у Республіці Польща.

2.2. Впровадження системи адаптаційних занять для дітей дошкільного віку

У першій частині нашого дослідження було обґрунтовано систему використання адаптивних занять для українських дітей у закладах дошкільної освіти Республіки Польща. Нагадаємо, що діяли ми згідно плану заходів, розробленим на основі програми адаптації.

Схарактеризуємо процес її реалізації, чому і буде присвячено другий параграф нашої роботи. Згідно теоретичних положень, нами було визначено три етапи впровадження адаптивних занять, відповідно, таким чином ми і реалізовували роботу:

- пропедевтичний – передбачав початкову фазу ознайомлення дітей дошкільного віку з простором закладу дошкільної освіти та певними нормами та правилами, режимними моментами, цей етап включав також знайомство з вихователями, однолітками. Найголовнішим на цьому початковому етапі є побудова взаємодії з дітьми за партнерських засадах, створення відкритої і довірливої, позитивної атмосфери у групі, впровадження традицій, рутини (таких як наприклад щоденне ранкове коло і питання один до одного «Як твій настрій сьогодні?», вибір осіб чергових у групі, створення схеми діяльностей на наступний день). Цей етап характеризується великою кількістю рухливих, інтеграційних ігор у колі, іграми з повітряними кульками, кольоровим парашутом, діяльністю, що сприятиме сумісному виконанню завдань (квести), роботі у парах та позитивним емоціям, як результату співпраці у повсякденному житті, адже саме емоційний комфорт та позитивні емоції мають вплив на подальші етапи адаптації.
- діяльнісний етап передбачав активне упровадження форм, методів, прийомів роботи з дітьми дошкільного віку, направленими на полегшення процесу адаптації до закладу дошкільної освіти. Цей етап характеризується різноманітністю діяльностей з дотриманням певних режимних моментів, на цьому етапі діти навчаються граючись,

обирають правила які будуть важливими у групі, підписують угоду, грають у сенсорні ігри, музично-ритмічні ігри, виконують різні досліди з барвниками, водою піском, малюють за допомогою нетрадиційних технік малювання, вчаться взаємодіяти під час сюжетно-рольових ігор, дидактичних занять, ігор, а також під час самостійної ігрової та творчої діяльності. На цьому етапі дуже важливим є спостереження за реакціями дітей на той чи інший вид діяльності та вміння бути гнучким та готовим до зміни планів, якщо бачимо позитивні реакції під час експериментів, можемо запропонувати дітям повторити діяльність ще раз (наприклад експерименти з барвниками, оцтом, чорним перцем). Під час певних ситуацій, у яких діти виявляли низьку зацікавленість або починали відволікатися на допомогу приходили релаксаційні вправи під музику, вправи на дихання або ж рухливі ігри. Не варто забувати про розумний розподіл часу та чергування різних видів діяльності.

- рефлексійний етап є важливою складовою для аналізу, узагальнення досвіду та визначення подальших дій для успішної адаптації дитини. Цей етап характеризується оцінкою результатів адаптації як для дитини так і для всіх осіб, що були включені у цей процес. На рефлексійному етапі багато уваги приділено спостереженням за емоційним фоном дитини, її настроєм та поведінкою, за її стилем взаємодії з однолітками, вихователями, виявляються успіхи і труднощі в адаптації, на цьому етапі важливою є також комунікація з батьками, проведення індивідуальних консультацій, тощо.

Вважаємо важливим більш точно розписати заходи, що були проведені нами задля успішної адаптації дошкільників до нових умов закладу дошкільної освіти.

Так перший день став днем з назвою «Я у дитячому саду». Під час привітання (важливо обрати пісеньку для привітання, яка сподобається дітям, буде короткою та легкою для відтворення). Під час привітання ми

забезпечуємо позитивний емоційний фон через привітання, знайомство з Адаптайчиком (іграшкою-героєм, що супроводжуватиме дітей під час адаптації і надалі залишиться у групі, найкраще щоб іграшка була м'якою і приємною на дотик, естетичною). Дуже позитивно вплинула на атмосферу у групі заздалегідь оформлена нами стіна з фотографіями дітей, якщо дитині було смутно при вході у групу, то за деякий час увага дитини «переключалася» на пошуки власної фотографії. Під час привітання та знайомства ми використали ігри та вправи, які допомагали дітям розвивати вміння висловлювати власні емоції, ідентифікувати свій настрій та спостерігати за емоціями інших, формувати вміння взаємодіяти з однолітками та дорослими через ігрову діяльність, знайомити дітей із правилами колективної поведінки (знайомство з простором, закріплення місць для речей). Разом з дітьми грали у гру, що розвиває зорову пам'ять, спостережливість та обирали «значки» для шафок і стільчиків, формували уявлення про тематичні куточки групи та їх призначення. Не забули також про мовленнєвий розвиток – стимулювали дітей до висловлювання думок та називання власного імені, ознайомили з буквами, що пов'язані з іменами дітей. Велика кількість рухливих ігор сприяла розвитку координації рухів, орієнтації у просторі через рухливі ігри та взаємодію з ігровим кольоровим парашутом. Також формуємо початкові навички планування через творчі завдання (створення плану на наступний день).

У вівторок ми з дітьми знайомилися з правилами групи. Картки для впровадження правил групи надаємо у Додатках 13-20. День почався з привітання та опису настроїв дітей. Ми розвивали емпатію, доброзичливість та вміння працювати у колективі через гру «Іскорка доброти» (гра полягає на «передаванні» іскорки шляхом делікатного стискання руки іншої дитини, гра продовжується поки іскорка не повернеться до вихователя). На цьому етапі дуже важливо формувати навички спілкування взаємодії з однолітками та дотримання групових правил, сприяти усвідомленню важливості правил у спільній діяльності (створення плакату з правилами та «підписання» угоди).

Гра «Мішечок повний скарбів» сприяла емоційному піднесенню у групі, розвитку сенсорних здібностей, а також стимулювала мовленнєвий розвиток (а саме спонукала дітей до вживання нових слів). Ритмічні ігри з каштанами та листям стимулювали активність дітей, розвивали слух і почуття ритму, творчі здібності та уяву. Важливо також надати дітям можливість для самостійного вибору ігор, стимулюючи розвиток ініціативності та самостійності, водночас варто заздалегідь домовитися з дітьми про «кодове слово», після якого час гри закінчується та наступні плани.

Наступний день ми провели під гаслом «Здоровий і безпечний дошкільник». Ми формували навички командної взаємодії через інтеграційну гру «Stonoga» («Сороконіжка»), ознайомлювали дітей із правилами поведінки та безпеки у приміщеннях дитячого садка, розглядали умовні знаки та символи, розвивали мовлення під час обговорення правил. Виховували почуття колективної відповідальності під час створення асоціативної хмаринки «Що робити, щоб здоровим жити?». За допомогою гри «Магічна скринька Адаптайчика» ми розвивали сенсорні здібності, розбудили наші органи чуття. Перед проведенням даної гри важливо уточнити у батьків чи діти не мають алергії наприклад на ефірну олію лаванди, тощо.

Рухливо-інтеграційна гра «Магніт» допомагає дітям розвивати координацію рухів, орієнтацію у просторі та створює умови для емоційної взаємодії з однолітками. Адаптація вважається успішною, якщо діти починають демонструвати наявні вміння взаємодії у групі, активно беруть участь в ігрових та пізнавальних діяльностях, проявляючи інтерес до дослідження, руху та творчості. Варто звертати додаткову увагу на дітей, що мають труднощі, адже за допомогою додаткової підтримки зі сторони дорослого діти отримують позитивний досвід спілкування, співпраці, набувають певність себе, починають процес самовираження.

Темою наступного дня стала «Самостійний дошкільник». Як і зазвичай ми почали з ранкового кола, привітання та опису настрою. Передбачуваність

планів, наявність візуального розкладу на день дає дітям впевненість та почуття безпеки. Ми сприяли соціально-комунікативному розвитку дошкільників, а саме розвитку вміння взаємодіяти з однолітками через імітаційну гру «Хто що любить?» та музично-ритмічні ігри з Адаптайчиком (бубен, маракаси, трикутники)., розвивали навички спілкування та спільної діяльності під час творчої діяльності (аплікація). Нами було використано гру «Що де лежить?» задля розвитку просторового мислення, а також задля формування пізнавальної активності було проведено дослід з чорним перцем, водою і милом (на пласкій тарілці фломастером ми намалювали руку, налили воду та всипали мелений перець(бактерії «Замазурки», що станеться якщо спробуємо доторкнутися до замазурок просто водою (торкаємося перця вартною паличкою, замоченою у воді, перець залишається на місці, бруд на руках залишається, вихователь задає дітям питання «Що, буде, якщо вмочити ватну паличку у мило?» - (замазурки почнуть втікати, як наслідок реакції води і мила, перець розпливається на боки, залишаючи тарілку з чистою водою). Важливо наголосити на тому, що руки важливо мити з милом, бо проста вода не змиє бактерій з рук. Мовленнєвий розвиток під час діяльності полягає на збагаченні словникового запасу, постійному перекладі з польської на українську. Під час різного роду діяльностей ми забезпечуємо позитивний емоційний фон через ранкове коло, інтеграційні ігри, спільні музичні і пізнавальні активності. Під час аплікації розвиваємо творчі здібності, уяву, естетичне та сенсорне сприйняття (під час знайомства з текстурами матеріалів до виконання роботи).

Завданням останнього дня стало створення умов для щирої розмови та рефлексії, де діти могли висловити свої враження з тижня. Не забули ми також про розвиток вміння взаємодіяти. Математичні ігри з геометричними фігурами сприяли розвитку сенсорних еталонів дошкільників, збагатили словниковий запас. Під час сортування, обговорення і укладання соціальних історій діти розвивали зв'язне мовлення. Звукові загадки дуже зацікавили

дітей, стимулювали пізнавальну активність та слух, а музичні і ритмічні ігри забезпечили позитивний емоційний фон.

Ми вважаємо за потрібне описати етап рефлексії. Рефлексія проводилася нами у другій половині дня після релаксаційних вправ. Вихователь кладе перед дітьми плакат та «сонечка» з різними настроями (веселий, спокійний, сумний), задає дітям питання, що ім. найбільше подобається у групі? Що було складно? Які ігри сподобалися найбільше? Кожна дитина теж, відповідає на питання про настрій, прикріплює сонечко, яке відображає настрій на плакат. Дуже важливим є комунікація з батьками наприкінці тижня, варто провести коротке обговорення результатів адаптації, звернути увагу на успіхи кожної дитини та можливі труднощі, визначити подальші кроки для підтримки дітей, які ще потребують допомоги у повній адаптації. Зазначимо, що ні в якому разі розмову з батьками не варто починати під час наявності інших батьків у приміщенні, варто запросити батька або матір на коротку розмову до зручного приміщення, бо інформація про іншу дитину є конфіденційною і має бути відома тільки батькам або опікунам дитини.

Узагальнений план та перелік заходів, що було реалізовано нами на етапах адаптації подано у Додатках 21-25.

Нами було використано різні вправи та ігри як на заняттях, так і в процесі адаптаційної діяльності безпосередньо. Наведемо приклади декількох з них.

Вправа «Детектив». Вихователь пропонує дітям розглянути картки із вподобаннями та твердженнями, кожна дитина обирає для себе певне вподобання (наприклад: Любить жовтий колір, любить їсти морозиво, ненавидить броколі). За допомогою лічилки обирається детектив, для якого вихователь або інша дитина витягають твердження, завданням детектива є пошук і знаходження людини, якої стосується це твердження.

Гра «Чарівна математика». Діти отримують завдання рахувати протягом дня, скільки разів вони привіталися, скільки сказали компліментів,

«чарівних» слів (моральні мотиви, які визначають ставлення до інших людей).

Гра «Розвідники». Дітям пропонують спостерігати за тим, як спілкуються дорослі, однолітки (пізнавальні мотиви).

Одним з провідних завдань дошкільної освіти є формування у вихованців комунікативної та соціальної компетентності, інакше кажучи – умінь, що дають дітям змогу гармонійно існувати в соціумі.

Сюжетно-рольові ігри є ефективним засобом підтримки дітей у період адаптації, адже вони сприяють зниженню стресу, розвитку соціальних навичок і формуванню позитивних емоцій. Сюжетно-рольові ігри мають на меті емоційну підтримку дошкільника, допомагають дитині виразити свої емоції та переживання через гру, створюють можливості для взаємодії з іншими дітьми, формування навичок спілкування та співпраці, соціалізації, крім того можуть бути дієвим інструментом для засвоєння правил поведінки, традиціями закладу, допомагають адаптуватися до нового середовища, сприяють активному використанню мови в різних ігрових ситуаціях, забезпечують успішний і комфортний досвід взаємодії, щоб діти відчули себе частиною групи.

Приклади сюжетно-рольових ігор, використаних нами у період адаптації:

Гра «Дитячий садок». За сюжетом діти разом з педагогом грають у відвідування дитячого садка. Вони приміряють ролі вихователя, помічника вихователя, батьків, дітей. Мето. Даної гри є ознайомлення з правилами і розпорядком дня в дитячому садку, формування відчуття безпеки і передбачуваності.

Гра «Лікарня». За сюжетом у ролі лікарів і пацієнтів діти допомагають іграшкам одужати, обговорюючи здоров'я, правила гігієни. Дана гра має на меті зняти страхи перед новим середовищем, пояснити важливість гігієни та правил безпеки.

Гра «Магазин». За сюжетом організовано магазин, де діти можуть обирати, купувати та продавати іграшки чи уявні товари, має на меті розвиток соціальних навичок через обмін ролями, спілкування, вирішення ігрових завдань.

Гра «Подорож», за сюжетом якої діти вирушають у подорож по дитячому садку чи вигаданій країні, виконуючи завдання на різних «станціях». Метою гри є ознайомлення з приміщеннями дитячого садка, правилами поведінки та спілкування.

Гра «Рятувальники», за сюжетом якої діти допомагають лялькам чи іграшковим звірятам подолати різні ситуації (знайти дорогу, полагодити щось). Метою гри є формування вміння співпрацювати, вирішувати проблеми, проявляти емпатію.

Необхідно пам'ятати про важливість залучення дітей до вибору, варто дати дошкільникам цю можливість, оскільки це створює відчуття контролю та безпеки. На початкових етапах педагог може бути активним учасником гри, моделюючи поведінку, а згодом передавати ініціативу дітям. Дуже важливо починати з простих сюжетів та поступовим ускладненням (наприклад, знайомство з ляльковим садочком), а потім переходьте до більш складних сценаріїв. Під час гри доречно інтегрувати мову, включати польські слова у гру, супроводжуючи їх поясненням українською, щоб сприяти вивченню нової мови. Під час гри належить спостерігати за емоціями дітей, їх реакціями на гру, за потреби необхідно корегувати сценарій, особливо, якщо дитина демонструє дискомфорт або тривогу. Персонажі, такі як Адаптайчик чи інші іграшкові друзі, допоможуть створити безпечне середовище для вираження емоцій.

Отож, сюжетно-рольові ігри є важливим інструментом у процесі адаптації, зокрема у процесі реалізації адаптаційних занять, оскільки вони допомагають дітям долати стрес, розвивати комунікативні навички та отримувати позитивний досвід взаємодії у новому середовищі.

Підсумовуючи все вищевикладене, хочеться зазначити, що організація і проведення адаптаційних занять не є простою справою, до того ж комплекс заходів буде дієвим лише за дотримання певних умов. Створення комфортного та безпечного середовища, теплий прийом, усмішка, доброзичливий тон і слова підтримки – бо діти мають відчувати себе бажаними. Під час знайомства з простором варто проводити огляд закладу, пояснюючи доступними словами, де і як діти можуть знайти необхідні речі, варто теж подбати про куточок для релаксації, де діти зможуть усамітнитися, якщо вони втомлені або відчують дискомфорт.

У перші тижні, а навіть місяці необхідно підтримувати двомовність, тобто використовувати прості польські фрази, дублюючи їх українською. Впроваджуйте прості інтеграційні ігри для вивчення частин тіла чи назв предметів. Додатково використовуйте ілюстративний матеріал: візуальні підказки (картинки, піктограми, жести) для пояснення правил, завдань або розкладу дня. Задля культурної інтеграції, включайте елементи української культури у заняття (українські пісні, казки чи традиції), щоб діти почувалися вдома. Розкажіть польським дітям про культуру України, залучаючи українських дітей до діалогу. Використовуйте ігри, що сприяють командній роботі та спілкуванню (наприклад, «Іскорка доброти», «Кольоровий м'ячик»), проводьте ранкові зустрічі, де кожна дитина може розповісти про свій настрій чи поділитися чимось важливим, використовуючи картинки чи прості слова.

Важко переоцінити емоційну підтримку, яка так необхідна дітям у період адаптації до нових умов, емоційна підтримка може включати в себе використання простих технік, щоб допомогти дітям зрозуміти та виразити свої почуття (наприклад, «Сонечко настрою» або малюнки), покажіть дітям, що їхні почуття важливі, будьте уважними до їхніх запитів і реакцій, не забувайте про короткі вправи на дихання чи спокійні музичні хвилинки, щоб зменшити тривогу.

Запорукою успішної адаптації є гнучкий підхід, використання завдань, які відповідають рівню розвитку дітей, уникання перевантаження новою інформацією, навчання через гру (сенсорні, рухливі, творчі), щоб підтримувати інтерес і залучення. Після проведення експериментальної перевірки програми адаптації нами було встановлено, що проведені нами заходи у експериментальній групі були успішними, про що свідчить досить позитивна динаміка показників адаптації дітей дошкільного віку. Результати подаємо нижче у таблиці 2.2.

**Табл. 2.2 Узагальнення показників адаптації
дітей дошкільного віку до ЗДО**

Оцінка рівня адаптації	Констатувальний етап		Контрольний етап	
	Експериментальна група (7 осіб) (до формульовального етапу)	Контрольна група (5 осіб) (до формульовального етапу)	Експериментальна група (7 осіб) (після формульовального етапу)	Контрольна група (5 осіб) (після формульовального етапу)
Високий	14,29 %	40%	28,57%	20%
Середній	57,14%	60%	14,29%	60%
Низький	28,57%	0%	14,29%	0
Оптимальний	0 %	0%	42,29%	20%

Отже, за результатами контрольного зрізу виявлено, що рівень адаптації респондентів експериментальної групи є вищим за середній, у порівнянні до констатувального зрізу, де аналогічні показники були нижчими. У експериментальній групі ми маємо приріст показників оптимального та високого рівня, спостерігаємо зменшення показників середнього рівня адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти.

Як бачимо, заходи з програми адаптації сприяли процесу інтеграції дітей та ознайомленню з новим середовищем, що відобразилось на поліпшених показниках у емоційному і соціальному критерії адаптації дітей

дошкільного віку до ЗДО. Зокрема, збільшилась кількість дітей з високим і оптимальним рівнем, зменшилась з середнім і низьким.

Батьки відіграють ключову роль у процесі адаптації дитини до нових умов. Їх підтримка, активна участь і співпраця з педагогами є запорукою успішної інтеграції дітей у нове середовище, саме тому наступний розділ створено з думкою про батьків.

2.3. Рекомендації для батьків щодо адаптації дітей у закладах освіти закордоном.

Початок відвідування дитячого садка — це важливий етап у житті кожної дитини. Для дітей, які переїхали до іншої країни, цей процес може бути ще більш складним через незнайоме середовище, іншу мову та культуру. Особливо це стосується українських дітей, які через війну чи інші обставини змушені були залишити рідний дім. Адаптація до нового закладу дошкільної освіти є подвійним викликом: дитина не лише знайомиться із новими правилами та режимом, а й стикається із необхідністю спілкуватися мовою, яку ще не розуміє. Успіх адаптації значною мірою залежить від батьків, які мають підтримати дитину, знизити рівень стресу та забезпечити їй комфортний перехід до нового етапу життя.

На основі результатів дослідження нами було розроблено рекомендації для батьків, діти яких розпочинають адаптацію у закладах дошкільної освіти республіки Польща.

Підготовка до адаптації: що зробити до першого дня в садочку.

- Розмовляйте про дитячий садок, розкажіть дитині, що це місце, де вона знайде нових друзів, буде гратися і вивчати цікаві речі. Важливо, щоб дитина розуміла, що садок — це безпечне і веселе місце.

- Зменшуйте страхи, якщо дитина висловлює свої побоювання, спокійно пояснюйте, що всі діти спочатку хвилюються, але згодом звикають і їм подобається.

- Вивчення базових фраз польською мовою, навчіть дитину простих слів, як-от «dzień dobry» (добрий день), «proszę» (будь ласка), «dziękuję» (дякую). Це допоможе їй почуватися впевненіше.

- Читання та ігри, покажіть дитині картинки чи книжки про дитячий садок у Польщі.

- Почніть встановлювати режим, наближений до розкладу дня в садочку: вчасний підйом, сніданок, обідній сон, вечірній відпочинок, це допоможе уникнути стресу від раптових змін у розпорядку.

- Якщо можливо, відвідайте садочок заздалегідь, покажіть дитині групу, ігровий майданчик, поясніть, де її шафка чи місце для ігор. Зустріч із вихователями ще до початку занять дозволить дитині відчувати довіру до них.

Адаптація в перші дні:

- Ваше ставлення до садочка суттєво впливає на дитину. Висловлюйте впевненість у тому, що це хороше місце, де дитині буде цікаво і затишно.

- Уникайте довгих прощань. Скажіть дитині, коли ви повернетесь («Я прийду після обіду») і дотримуйтеся обіцянки. Це створює відчуття стабільності.

- Використовуйте мову жестів, якщо дитина ще не знає польської, заохочуйте її користуватися жестами для спілкування. Вихователі в польських закладах дошкільної освіти звикли до дітей, які не говорять польською, і допомагають їм зрозуміти інструкції.

- Більше спілкуйтеся вдома, продовжуйте спілкуватися з дитиною рідною мовою вдома, щоб вона не втрачала зв'язку зі своєю культурою та почувала емоційну безпеку.

- Поговоріть із вихователем, щоб той допоміг знайти дитині партнера для ігор у групі.

- Заохочуйте дитину розповідати про свою родину або показувати малюнки вдома, це допоможе їй інтегруватися через спілкування з іншими дітьми.

. Довгострокова адаптація:

- Уникайте тривалих перерв у відвідуванні садочка, особливо на початковому етапі. Регулярність допомагає дитині швидше звикнути до розкладу та колективу.

- Запитуйте вихователів про успіхи та виклики вашої дитини. Спільно обговорюйте стратегії подолання складнощів.

- Долучайтеся до свят чи інших подій у садочку, це допоможе вашій дитині відчувати себе частиною колективу.

- Підтримуйте інтерес до української культури через книги, музику чи сімейні традиції, але одночасно заохочуйте дитину до участі у польських культурних заходах.

- Продовжуйте вдома грати в ігри, які допомагають дитині вивчати польські слова та вирази. Наприклад, використовуйте картки із зображенням предметів чи прості ритмічні пісеньки. Спільне читання книжок або малювання польськими словами допоможе зміцнити знання мови.

Батьки також можуть відчувати тривогу через те, що дитина залишається у новому середовищі. Важливо пам'ятати, що ваші емоції передаються дитині.

Як уникнути власного стресу:

- Будьте терплячими, не хвилюйтеся, якщо процес триває кілька тижнів.

- Спілкуйтеся з іншими батьками

- Довіряйте педагогам

Адаптація дитини до дитячого садка у Польщі — це складний, але природний процес. Він вимагає від батьків терпіння, розуміння та активної участі. Важливо створити для дитини атмосферу безпеки вдома, підтримувати її емоційно, сприяти соціальній інтеграції та розвитку мовних

навичок. Пам'ятайте, що головне завдання — допомогти дитині знайти радість у новому середовищі, де вона зможе навчатися, дружити і розвиватися.

Під час проведення досліджень, а особливо при особистому спілкуванні з батьками було важко не помітити запит батьків спеціалізованою літературою, щодо розвитку дитини, зацікавлення перебігом адаптації. Кожен третій респондент потребував від нас порад щодо даного типу літератури. Ми вважаємо, що література, що розглядає питання адаптації дітей до дитячого садка є важливим інструментом для батьків, адже дає змогу краще зрозуміти емоційні й психологічні потреби дитини у цей важливий період. Часто такі книжки пропонують поради та стратегії, які допомагають зробити цей складний процес менш стресовим для батьків та їх дітей, також така література допомагає батькам зрозуміти, чому дитина у період адаптації переживає стрес та занепокоєння, включає в себе поради щодо підготовки дітей до адаптації.

Безумовно, читання спеціалізованої літератури щодо розвитку дитини та, зокрема, адаптації малюка до закладу дошкільної освіти - це важливий крок для кожного батька і/та матері, що прагнуть створити сприятливе середовище для зростання і виховання дитини. З думкою про те, що знання отримані з таких книжок допомагають батькам краще зрозуміти етапи розвитку дитини, психологічні особливості, потреби дитини у період адаптації, нами було створено каталог для батьків (Додатки 26-30), що включає в себе літературу на тему адаптації дошкільників за кордоном.

Висновки до другого розділу

У другому розділі магістерської роботи нами було досліджено та описано сучасний стан проблеми адаптації українських дітей до дошкільних закладів освіти за кордоном (на прикладі Республіки Польща).

Дослідження проводилося на базі закладу дошкільної освіти Elfiki (Publiczne przedszkole Elfiki przy ul. Buforowej 4C) у місті Вроцлав. Участь в дослідженні взяло всього 12 дошкільників у віці 5 років, (дошкільники з групи Leśne Zuchy (5 осіб) та Wypalazcy (7 осіб). Варто відмітити, що це перший рік відвідування дітьми даного закладу освіти, 8 дітей з 12 переїхали до Республіки Польща після початку повномасштабної вторгнення у 2022 році.

Проведене дослідження передбачало взаємодію експериментатора з дітьми, з метою обстеження в спеціально створених умовах упродовж 15-20 хвилин, тому проводилося в індивідуальній формі з урахуванням вікових та психофізіологічних особливостей дітей цієї вікової категорії.

Ефективність програми адаптації для дитини у закладі дошкільної освіти значною мірою залежить від точності висновків, зроблених на основі досліджень про адаптаційні можливості дитини.

У процесі нашого дослідження були проведені спостереження за дітьми під час різних режимних моментів: занять, гри та спілкування з дорослими і іншими дітьми; було проведено бесіди з дошкільниками, педагогами, батьками; було здійснено діагностику з метою визначення рівня адаптивності дітей дошкільного віку та анкетування батьків з метою визначення обізнаності у темі адаптації дітей до закладу освіти.

Особливою вимогою дослідження групи дошкільників є невимушеність, простота спілкування, атмосфера довіри. Дотримавшись вимог, та створивши умови ми запобігли напруженій атмосфері в роботі з дітьми, що значно поліпшило процес дослідження.

Процес діагностування було розподілено на декілька тижнів, враховуючи, що дошкільники у віці 5 років ще не в змозі утримувати увагу довгий час, а втома, звісно, впливає на результат дослідження, який може виявитися хибним. Після діагностики, діти були поділені на дві групи, звернемо увагу на те, що комплекс адаптаційних занять було проведено

тільки в одній експериментальній групі (Wynalazcy), задля отримання достовірності результатів.

З проведених нами досліджень бачимо досить невисокі показники у критеріях соціальний та емоційний розвиток, а саме ці критерії грають важливу роль у процесі адаптації та у готовності дитини адаптуватися до змін.

Щодо опитування батьків - більшість опитаних вважають, що знають, як підтримати дитину під час адаптації до закладу освіти, але водночас вказують, що знають лише основні кроки (такі як емоційна підтримка дитини). З вище проведеного опитування видно, що заклад дошкільної освіти є відкритим для батьків, батьки знають про перебіг адаптації у цьому закладі, отримали докладну та вичерпну інформацію про заходи що зазвичай проводяться у період адаптації. Відразу помітна тенденція страху та незнання до кого звернутися, у питанні що стосуються консультацій зі спеціалістами на тему адаптації (такими як дитячий психолог, педагог, логопед, соціальний педагог, сімейний психолог, невропатолог, дитячий коуч, тощо).

Нашим наступним завданням була апробація програми адаптації, а саме адаптаційних занять з метою підтвердження покращення перебігу адаптації українських дітей дошкільного віку до закладів дошкільної освіти у Республіці Польща.

Процес реалізації програми адаптації включає в себе певні етапи, що у свою чергу мають особливості: (пропедевтичний, діяльнісний, рефлексійний). Заходи розроблені нами на основі програми адаптації представляють собою тематичні дні із різними видами активності, що сприяють успішній адаптації та всебічному розвитку дитини. Нами було описано особливості організації та проведення адаптаційних занять.

Організація і проведення адаптаційних занять не є простою справою, до того ж комплекс заходів буде дієвим лише за дотримання певних умов. Створення комфортного та безпечного середовища, теплий прийом, усмішка, доброзичливий тон і слова підтримки – бо діти мають відчувати

себе бажаними. Під час знайомства з простором варто проводити огляд закладу, пояснюючи доступними словами, де і як діти можуть знайти необхідні речі, варто теж подбати про куточок для релаксації, де діти зможуть усамітнитися, якщо вони втомлені або відчують дискомфорт.

У перші тижні, а навіть місяці необхідно підтримувати двомовність, тобто використовувати прості польські фрази, дублюючи їх українською. Важко переоцінити емоційну підтримку, яка так необхідна дітям у період адаптації до нових умов, емоційна підтримка може включати в себе використання простих технік, щоб допомогти дітям зрозуміти та виразити свої почуття. Запорукою успішної адаптації є гнучкий підхід, використання завдань, які відповідають рівню розвитку дітей, уникання перевантаження новою інформацією, навчання через гру (сенсорні, рухливі, творчі), щоб підтримувати інтерес і залучення

Після проведення експериментальної перевірки програми адаптації нами було встановлено, що проведені нами заходи у експериментальній групі були успішними, про що свідчить досить позитивна динаміка показників адаптації дітей дошкільного віку. За результатами контрольного зрізу виявлено, що рівень адаптації респондентів експериментальної групи є вищим за середній, у порівнянні до констатувального зрізу, де аналогічні показники були нижчими. У експериментальній групі ми маємо приріст показників оптимального та високого рівня, спостерігаємо зменшення показників середнього рівня адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти.

Як бачимо, заходи з програми адаптації сприяли процесу інтеграції дітей та ознайомленню з новим середовищем, що відобразилось на поліпшених показниках у емоційному і соціальному критерії адаптації дітей дошкільного віку до ЗДО. Зокрема, збільшилась кількість дітей з високим і оптимальним рівнем, зменшилась з середнім і низьким.

За результатами анкетування, задля підвищення рівня обізнаності батьків на тему адаптації дошкільників, та на відгук на запит батьків нами було

розроблено рекомендації для батьків та каталог, що включає у себе літературу з даної теми.

Таким чином у даній частині магістерської роботи було досягнуто мету, а саме визначено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено програму адаптації, а саме вплив адаптаційних занять, як ефективного засобу на процеси адаптування та інтегрування українських дошкільників до закладів дошкільної освіти Республіки Польща та розроблено методичні рекомендації з вищезазначеної проблеми.

Результати наукового дослідження відображено у двох статтях: «Адаптація дітей дошкільного віку як один з етапів соціалізації» та «Адаптація українських дітей до закладів освіти за кордоном (на прикладі Республіки Польща)».

ВИСНОВКИ

Вивчаючи адаптацію як психолого-педагогічне та соціальне явище, можна зробити висновок про її значення в процесі індивідуального розвитку та взаємодії з оточуючим середовищем. Психологічний аспект адаптації включає в себе пристосування особистості до нових умов життя, викликаних змінами у соціальному, психологічному або фізичному середовищі. Педагогічний аспект адаптації орієнтований на створення сприятливих умов для успішного включення індивіда в освітні та навчальні процеси. Соціальний аспект адаптації визначається його роллю у формуванні соціальних зв'язків, структури груп та сприйняття індивідом своєї ролі в суспільстві.

Адаптація дітей дошкільного віку є складним і багатоплановим процесом, який передбачає адаптацію до нових соціальних середовищ, навчальних умов. Однією з основних особливостей адаптації дітей дошкільного віку є їхня потреба у стабільності та відчутті безпеки, що вимагає уваги до створення довірливих відносин з педагогами та родинним оточенням. Дитина в цьому віці активно вчиться сприймати світ через гру та емоційний контакт, тому важливо забезпечити їй можливості для експерименту та взаємодії з оточуючими предметами та людьми.

Система дошкільної освіти в Польщі є важливою складовою загальної освітньої структури країни. Основна мета дошкільної освіти полягає в забезпеченні гармонійного розвитку дітей віком від 3 до 6 років, підготовці їх до школи та створенні умов для соціальної адаптації.

Органи місцевого самоврядування (гміни) відіграють ключову роль у організації та функціонуванні дошкільних закладів. Система дошкільної освіти Польщі є добре розвиненою та гнучкою, що дозволяє задовольняти потреби дітей та забезпечувати їх підготовку до подальшого навчання в школі.

З початком повномасштабної війни в Україні 24 лютого 2022 року система дошкільної освіти Польщі зіткнулася з новими викликами та труднощами.

Польські дошкільні заклади активно підтримують і продовжують працювати над створенням інклюзивного середовища для українських дітей. Крім того, впроваджено державні програми фінансування для розширення інфраструктури дошкільних закладів та забезпечення додаткового навчального персоналу.

Зростання кількості українських дітей у дошкільних закладах Польщі стало як викликом, так і можливістю для розвитку системи освіти. Польща змогла продемонструвати високий рівень адаптивності та готовності до швидкої трансформації системи освіти у відповідь на зовнішні виклики. Інтеграція українських дітей в польські дошкільні заклади не лише сприяла їхній соціальній адаптації, але й підсилила міжкультурний обмін та збагачення освітнього середовища.

У перспективі можна очікувати, що цей досвід допоможе Польщі створити ще більш гнучку та інклюзивну систему дошкільної освіти, здатну швидко реагувати на зміни демографічної ситуації та потреби різних груп населення, а довгострокова інтеграція українських дітей може сприяти поглибленню польсько-української співпраці в освітній сфері та створенню спільних програм з обміну педагогічним досвідом та практиками.

Враховуючи унікальність культурного та мовного середовища, адаптаційні заняття стають ефективним інструментом для підтримки українських дітей у процесі впровадження в нову навчальну та соціальну систему за кордоном. Ці заняття спрямовані на формування позитивного ставлення до нового оточення, підвищення мовної та культурної компетенції, а також на побудову дружніх відносин з однолітками та вчителями. Ключовою складовою адаптаційних занять є ігровий підхід, який сприяє активному включенню дітей у процес навчання та відчуттю радості від спілкування та взаємодії. Особливу значимість під час воєнного конфлікту

мають способи взаємодії освітніх установ з педагогічними працівниками, дітьми та їхніми батьками. Ефективна комунікація сприяє встановленню оптимального зворотного зв'язку та обміну інформацією, що полегшує адаптацію дітей. Особливі труднощі в цьому процесі виникають у дітей, які стали вимушеними переселенцями через активні воєнні дії, оскільки вони, крім стресу, пов'язаного з війною, зазнають складнощів через зміну соціального статусу.

Нами було досліджено та описано сучасний стан проблеми адаптації українських дітей до дошкільних закладів освіти за кордоном (на прикладі Республіки Польща). Дослідження проводилося на базі закладу дошкільної освіти Elfiki (Publiczne przedszkole Elfiki przy ul. Buforowej 4C) у місті Вроцлав. Участь в дослідженні взяло всього 12 дошкільників у віці 5 років, (дошкільники з групи Leśne Zuchy (5 осіб) та Wynalazcy (7 осіб). Варто відмітити, що це перший рік відвідування дітьми даного закладу освіти, 8 дітей з 12 переїхали до Республіки Польща після початку повномасштабної вторгнення у 2022 році.

Проведене дослідження передбачало взаємодію експериментатора з дітьми, з метою обстеження в спеціально створених умовах упродовж 15-20 хвилин, тому проводилося в індивідуальній формі з урахуванням вікових та психофізіологічних особливостей дітей цієї вікової категорії.

Ефективність програми адаптації для дитини у закладі дошкільної освіти значною мірою залежить від точності висновків, зроблених на основі досліджень про адаптаційні можливості дитини.

У процесі нашого дослідження були проведені спостереження за дітьми під час різних режимних моментів: занять, гри та спілкування з дорослими і іншими дітьми; було проведено бесіди з дошкільниками, педагогами, батьками; було здійснено діагностику з метою визначення рівня адаптивності дітей дошкільного віку та анкетування батьків з метою визначення обізнаності у темі адаптації дітей до закладу освіти.

Особливою вимогою дослідження групи дошкільників є невимушеність, простота спілкування, атмосфера довіри. Дотримавшись вимог, та створивши умови ми запобігли напруженій атмосфері в роботі з дітьми, що значно поліпшило процес дослідження.

Процес діагностування було розподілено на декілька тижнів, враховуючи, що дошкільники у віці 5 років ще не в змозі утримувати увагу довгий час, а втома, звісно, впливає на результат дослідження, який може виявитися хибним. Після діагностики, діти були поділені на дві групи, звернемо увагу на те, що комплекс адаптаційних занять було проведено тільки в одній експериментальній групі (Wynalazcy), задля отримання достовірності результатів.

З проведених нами досліджень бачимо досить невисокі показники у критеріях соціальний та емоційний розвиток, а саме ці критерії грають важливу роль у процесі адаптації та у готовності дитини адаптуватися до змін.

Щодо опитування батьків - більшість опитаних вважають, що знають, як підтримати дитину під час адаптації до закладу освіти, але водночас вказують, що знають лише основні кроки (такі як емоційна підтримка дитини). З вище проведеного опитування видно, що заклад дошкільної освіти є відкритим для батьків, батьки знають про перебіг адаптації у цьому закладі, отримали докладну та вичерпну інформацію про заходи що зазвичай проводяться у період адаптації. Відразу помітна тенденція страху та незнання до кого звернутися, у питанні що стосуються консультацій зі спеціалістами на тему адаптації (такими як дитячий психолог, педагог, логопед, соціальний педагог, сімейний психолог, невропатолог, дитячий коуч, тощо).

Нашим наступним завданням була апробація програми адаптації, а саме адаптаційних занять з метою підтвердження покращення перебігу адаптації українських дітей дошкільного віку до закладів дошкільної освіти у Республіці Польща.

Процес реалізації програми адаптації включає в себе певні етапи, що у свою чергу мають особливості: (пропедевтичний, діяльнісний, рефлексійний). Заходи розроблені нами на основі програми адаптації представляють собою тематичні дні із різними видами активності, що сприяють успішній адаптації та всебічному розвитку дитини. Нами було описано особливості організації та проведення адаптаційних занять.

Організація і проведення адаптаційних занять не є простою справою, до того ж комплекс заходів буде дієвим лише за дотримання певних умов. Створення комфортного та безпечного середовища, теплий прийом, усмішка, доброзичливий тон і слова підтримки – бо діти мають відчувати себе бажаними. Під час знайомства з простором варто проводити огляд закладу, пояснюючи доступними словами, де і як діти можуть знайти необхідні речі, варто теж подбати про куточок для релаксації, де діти зможуть усамітнитися, якщо вони втомлені або відчують дискомфорт.

У перші тижні, а навіть місяці необхідно підтримувати двомовність, тобто використовувати прості польські фрази, дублюючи їх українською. Важко переоцінити емоційну підтримку, яка так необхідна дітям у період адаптації до нових умов, емоційна підтримка може включати в себе використання простих технік, щоб допомогти дітям зрозуміти та виразити свої почуття. Запорукою успішної адаптації є гнучкий підхід, використання завдань, які відповідають рівню розвитку дітей, уникання перевантаження новою інформацією, навчання через гру (сенсорні, рухливі, творчі), щоб підтримувати інтерес і залучення.

Після проведення експериментальної перевірки програми адаптації нами було встановлено, що проведені нами заходи у експериментальній групі були успішними, про що свідчить досить позитивна динаміка показників адаптації дітей дошкільного віку. За результатами контрольного зрізу виявлено, що рівень адаптації респондентів експериментальної групи є вищим за середній, у порівнянні до констатувального зрізу, де аналогічні показники були нижчими. У експериментальній групі ми маємо приріст

показників оптимального та високого рівня, спостерігаємо зменшення показників середнього рівня адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти.

Як бачимо, заходи з програми адаптації сприяли процесу інтеграції дітей та ознайомленню з новим середовищем, що відобразилось на поліпшених показниках у емоційному і соціальному критерії адаптації дітей дошкільного віку до ЗДО. Зокрема, збільшилась кількість дітей з високим і оптимальним рівнем, зменшилась з середнім і низьким.

За результатами анкетування, задля підвищення рівня обізнаності батьків на тему адаптації дошкільників, та на відгук на запит батьків нами було розроблено рекомендації для батьків та каталог, що включає у себе літературу з даної теми.

Таким чином у даній частині магістерської роботи було досягнуто мету, а саме визначено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено програму адаптації, а саме вплив адаптаційних занять, як ефективного засобу на процеси адаптування та інтегрування українських дошкільників до закладів дошкільної освіти Республіки Польща та розроблено методичні рекомендації з вищезазначеної проблеми.

Результати наукового дослідження відображено у двох статтях: «Адаптація дітей дошкільного віку як один з етапів соціалізації» та «Адаптація українських дітей до закладів освіти за кордоном (на прикладі Республіки Польща)».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Багрій К. Л. Особливості дистанційного навчання в умовах пандемії COVID-19. Методика викладання у вищій школі, 2021. Вип. 1 (81). С. 129.
2. Березко О. Дослідження методів дистанційного викладання рисунку в умовах війни. *Перспективи та інновації науки*, 2022. С. 38–48.
3. Ватутіна Н. І. Особливості інтеграції українських дітей у закордонні дошкільні заклади. *Наукові записки НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія: Педагогіка і психологія*. 2023. № 4. С. 78–85.
4. Гладка М. О. Адаптація дітей дошкільного віку до нових соціокультурних умов. *Психологія і педагогіка: наукові дослідження та практика*. 2022. № 5. С. 12–18.
5. Гурковська Т. Проблеми раннього віку. *Дошкільне виховання*. 2001. № 12. С. 15-16.
6. Дем'яненко, М. Внутрішньо переміщені особи в Україні: актуальні проблеми та шляхи їх розв'язання. Україна: події, факти, коментарі, 2018. № 3. С. 34.
7. Дуткевич Т. В. Психологічний зміст поняття конфліктності. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»* 20, 2013. С.69-84
8. Експрес оцінка психологічного становища дітей в Донецькій області. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/38595/1>.
9. Жаровцева Т. В. Адаптація дітей в умовах полікультурного середовища. *Педагогічний альманах*. 2022. № 7. С. 33–40.
10. Забезпечення прав внутрішньо переміщених осіб в Україні. URL: <https://wiki.legalaid.gov.ua/index.php/>.
11. Завальнюк, Т., Поліщук, Т. Виховання дітей дошкільного віку в ігровій діяльності. *Навчання і виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: актуальні питання теорії і методики*. Житомир: ФОП Левковець, 2016. У 2-х ч. Ч. I. С. 67–71.

12. Зайченко, І. В. Адаптація дітей дошкільного віку до освітнього середовища: теоретико-методологічні аспекти. Київ: Педагогічна думка, 2018. 240 с.
13. Закон України «Про забезпечення прав внутрішньо переміщених осіб». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2136-20#Text>.
14. Захарова Н.М. Адаптація дітей дошкільного віку до сучасного соціального простору: Монографія. – Донецьк: вид-во "Ноулідж" (донецьке відділення), 2010. 218 с.
15. Карман, О. Соціальні характеристики дітей і молоді – жертв гібридної війни на сході України. *Вісник Луганського національного університету*, 2019. № 1. Ч. 1. С. 14–23.
16. Колесник О. В. Методики інтеграції дошкільнят в освітні установи за кордоном. *Освітній простір*. 2022. № 3. С. 66–72.
17. Кононко О. М. Психолого-педагогічні аспекти адаптації дошкільнят за кордоном. *Освіта і суспільство*. 2021. Т. 3, № 8. С. 45–52.
18. Курінна С. А. Проблеми соціальної адаптації дітей до дошкільного середовища. *Психологічна наука і практика*. 2021. № 9. С. 38–44.
19. Ланчук, Г., Гненна, Л. Адаптація дітей до навчально-виховного процесу. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/id/eprint/10726>.
20. Лукашевич М. Людина. Адаптація. Соціалізація (соціологічний контекст). *Молодий вчений*. 2023. С.34-67.
21. Маценко Ж. Незабаром у дитячий садок: особливості психологопедагогічного підходу до дітей, що вступають до дошкільного закладу. *Психолог*. 2013. № 17. С. 2-10.
22. Методичні рекомендації щодо організації в закладі освіти психологічного та соціально-педагогічного супроводу дітей, які пережили втрату батьків внаслідок бойових дій. ЧОППОПІ, 2017. С. 13.

23. Міністерство освіти і науки України. Про організацію освітнього процесу в умовах воєнного часу: Лист МОН № 1/3725-22 від 29.03.2022 року. URL: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86159/.

24. Міністерство освіти і науки України. Про рекомендації для працівників закладів дошкільної освіти на період дії воєнного стану в Україні: Лист МОН № 1/3845-22 від 02.04.2022 року. URL: <https://ru.osvita.ua/legislation/doshkilna-osvita/86206/>.

25. Мухіна В.С. Вікова психологія. 2015. 567 с.

26. Мушинський В. Особливості адаптації дітей до умов дитячого закладу. -*Психолог*. 2014. № 25-26. С. 3-12.

27. Назаренко, Ю., Когут, І., Жерьобкіна, Т. Освіта і війна в Україні (24 лютого – 1 квітня 2022). Аналітичний центр Cedos. URL: <https://cedos.org.ua/researches/osvita-i-vijna-v-ukrayini-24-lyutogo-1-kvitnya-2022/>.

28. Назаренко, Ю., Поліщук, О. Освіта в умовах пандемії у 2020/2021 році: аналіз проблем і наслідків. Аналітичний центр Cedos. URL: <https://cedos.org.ua/researches/osvita-v-umovah-pandemiyi-analiz-problem-i-naslidkiv/>.

29. Нестайко, І. Соціальна адаптація та інтеграція внутрішньо переміщених осіб в результаті війни (польський досвід). *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: II Міжнародна наукова конференція*, 2022. С. 20–22.

30. Нечай С. І. Фактори, що впливають на адаптацію дітей в умовах дошкільного закладу за кордоном. *Наука і освіта*. 2023. Т. 5, № 11. С. 51–58.

31. Офіційна сторінка Уряду Польщі. URL: <https://www.gov.pl/web/ukraina/pomoc>(<https://www.gov.pl/web/ukraina/pomoc>

32. Печенко І. Г. Особливості адаптації дітей дошкільного віку в умовах нової культури. *Вісник психології та педагогіки* 2022. Т. 6, № 5. С. 89–95.

33. Поліщук В. М. Культурно-освітня адаптація дітей у полікультурному середовищі. *Гуманітарний вісник*. 2023. Т. 2, № 4. С. 14–20.
34. Поніманська Т. І. Дошкільна освіта українських дітей у міжнародному контексті. *Дитинство і розвиток*. 2023. № 8. С. 67–73.
35. Пономаренко, О. В. Психолого-педагогічні умови успішної адаптації дітей до навчально-виховного процесу у дошкільному закладі. *Наукові записки. Серія: Психологія і педагогіка*. 2019. Вип. 8. С. 56–62.
36. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі сходу України: посібник для практиків соціальної сфери. Київ: ТОВ «Видавничий дім «Калита»», 2017. С. 54.
37. Ройз С. Таємниця життя та смерті. Львів : Видавництво Старого Лева, 2021. 456 с.
38. Семенова Ю. С. Теоретико-методологічний аналіз поняття психотравма. Вісник національної академії Державної прикордонної служби України. 2012, № 5. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=V nadps_2012_5_48
39. Сіденко, Л. Г. Особливості адаптації дітей дошкільного віку у багатонаціональних групах за кордоном. *Педагогічний альманах*. 2021. № 2. С. 87–91.
40. Соціально-психологічна та педагогічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник. Київ: Агентство «Україна», 2017. С. 73.
41. Титаренко Т.М., Психологічні особливості адаптації дітей дошкільного віку. 2016. С.56-76
42. Ткаченко, М. І. Соціально-культурна адаптація дітей-біженців у країнах Європи: досвід і перспективи. *Вісник сучасної освіти*. 2022. № 4. С. 45–52.

43. Тонкова-Ямпольська Р. О. Проблеми адаптації українських дітей до закордонних освітніх систем. *Дошкільна освіта сьогодення*. 2021. № 2. С. 19–25.
44. Чернов, А. Вплив базового конфлікту в суспільстві на психіку дитини дошкільного віку. У: Соціальна робота в сучасному суспільстві: тенденції, виклики, перспективи: матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Полтава, 28 лютого 2019 р.). Київ: Університет «Україна», 2019. С. 65–67.
45. Чумак Л. В. Науково-теоретичні основи проблеми соціальної адаптації. *Молодий вчений*. 2016 с. 542-543.
46. Шевченко, А. П. Методика педагогічної підтримки українських дітей у дошкільних закладах освіти за кордоном. Харків: Видавництво ХНУ, 2020. 180 с.
47. Юзвак Ж. С. Роль вихователів у полегшенні адаптації українських дітей у дошкільних закладах. *Вісник сучасної освіти*. 2021. № 6. С. 24–30.
48. Górka, D. Adaptacja dzieci migracyjnych do systemu edukacji w Polsce. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2019. S.45-52
49. Kamińska, A., Mazur, P. Integracja i adaptacja dzieci uchodźców w systemie edukacyjnym Polski. "Studia Pedagogiczne", 2019, nr 72, s. 45–62.
50. Kowalska, M. Adaptacja dzieci w wieku przedszkolnym do nowych warunków środowiskowych. Warszawa: Wydawnictwo Edukacyjne, 2018. S.45-67
51. Kozłowski, M. Edukacja międzykulturowa w przedszkolu: teoria i praktyka. Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, 2020. S.24-29
52. Malinowska, B. Wspieranie dzieci migrantów w edukacji przedszkolnej. Wrocław: Wydawnictwo Dolnośląskie, 2017. S.16-34
53. Nowak, J. Psychospołeczne wyzwania dzieci migrantów w polskich placówkach edukacyjnych. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, 2020. S.67-99

54. Szymańska, R. Wsparcie psychologiczne dzieci obcokrajowców w polskich placówkach edukacyjnych. "Rocznik Pedagogiczny", 2020, t. 72, s. 15–29.
55. UNICEF Polska. "Wsparcie dla dzieci uchodźców z Ukrainy w polskich przedszkolach.
56. Wiśniewska, K. Wpływ barier językowych na proces adaptacji dzieci w środowisku przedszkolnym. "Nowe Horyzonty Pedagogiki", 2022, nr 15, s. 57–70.
57. Zgliczyńska A. "Wyzwania systemu edukacji przedszkolnej w Polsce w kontekście napływu uchodźców." Edukacja w Polsce, 2023.
58. Zieliński, T. Dzieci uchodźców w polskich przedszkolach – wyzwania i perspektywy. "Problemy Społeczne i Edukacyjne", 2021, nr 3, s. 28–41.
59. Żukowska, H. Rola nauczyciela w procesie adaptacji dzieci obcego pochodzenia. "Edukacja Międzykulturowa", 2018, nr 4, s. 101–116.

ДОДАТКИ

Додаток 1

Рівень обізнаності батьків і педагогів на тему адаптації

Питання	Відповідь	Кількість осіб
Чи знайомі ви з поняттям адаптації дитини до дошкільного закладу?	Так, добре знайомий(а) (наприклад, я читав(ла) про це або брав(ла) участь у семінарах	16
	Чув(ла) дещо про це (наприклад, знайомий(а) з основними поняттями, але не поглиблено)	12
	Ні, не знайомий(а) (не мав(ла) нагоди дізнатися більше	4
Чи отримали ви інформацію від дошкільного закладу про процес адаптації вашої дитини до нових умов?	Так, вичерпну інформацію (наприклад, отримав(ла) буклет або інструкцію від вихователя)	23
	Так, але неповну (наприклад, було сказано кілька загальних рекомендацій)	7
	Ні, не отримував(ла) (нікого не інформували або я не запитував(ла))	2
Чи знаєте ви, скільки часу зазвичай триває адаптаційний період для дітей у новому середовищі?	Так, добре усвідомлюю (наприклад, знаю, що це може тривати кілька тижнів або місяців)	11
	Маю загальне уявлення (наприклад, чув(ла), що це індивідуальний процес)	14
	Ні, не знаю (немає інформації про це)	7

Рівень обізнаності батьків і педагогів на тему адаптації

Чи консультувалися ви з фахівцями (психологами, педагогами) щодо адаптації вашої дитини до дошкільного закладу?	Так, консультувався(лась) і отримав(ла) поради (наприклад, обговорював(ла) це з психологом або вихователем)	8
	Так, але не отримав(ла) конкретної інформації (звертав(лась), але відповіді були загальними)	8
	Ні, не консультувався(лась) (не було потреби або не знав(ла), до кого звернутися)	16
Чи володієте ви інформацією про те, як підтримувати дитину під час адаптації до дитячого садка?	Так, добре обізнаний(а) (наприклад, знаю, що важливо зберігати стабільний розклад, говорити з дитиною про її почуття)	15
	Знаю кілька базових рекомендацій(наприклад, знаю, що важливо підтримувати дитину емоційно)	14
	Ні, не володію такою інформацією(немає жодних знань з цього питання)	3
Чи пояснювали вам в дитячому садку, як виглядає процес адаптації дітей-іноземців?	Так, докладно (наприклад, пояснили, які заходи будуть вжиті для допомоги дитині)	22
	Так, але коротко (було лише кілька загальних фраз)	6
	Ні, не пояснювали (мені не надавали жодної інформації на цю тему)	4

Рівень обізнаності батьків і педагогів на тему адаптації

Чи знаєте ви, які заходи з боку дошкільного закладу спрямовані на полегшення адаптації вашої дитини?	Так, знаю всі заходи (наприклад, знаю про мовні та адаптаційні заняття, ігрову терапію тощо)	15
	Чув(ла) про деякі заходи (наприклад, знаю, що проводяться додаткові зустрічі з вихователями)	11
	Ні, не знаю (не маю інформації про це)	6
Чи брали ви участь у зустрічах або консультаціях з вихователями щодо процесу адаптації вашої дитини?	Так, кілька разів (наприклад, відвідував(ла) зустрічі або обговорював(ла) це під час консультацій)	18
	Так, але лише один раз (наприклад, було перше знайомство з вихователем)	11
	Ні, не брав(ла) участі (мені не пропонували або я не виявляв(ла) ініціативу)	3
Чи знаєте ви, які симптоми можуть свідчити про труднощі в адаптації дитини?	Так, знаю добре (наприклад, зміни в поведінці, погіршення апетиту, проблеми зі сном)	11
	Частково знаю (наприклад, знаю, що це може бути тривожність або плач, але не маю всіх деталей)-	15
	Ні, не знаю (не маю уявлення про симптоми)	6

Рівень обізнаності батьків і педагогів на тему адаптації

Чи володієте ви інформацією про те, як ви можете допомогти своїй дитині адаптуватися до дитячого садка?	Так, отримав(ла) багато корисної інформації (наприклад, знаю про необхідність підтримки, спілкування з вихователями, стабільний режим дня)	9
	Знаю лише основні кроки (наприклад, знаю, що важливо розмовляти з дитиною та підтримувати її емоційно)	19
	Ні, не володію такою інформацією (не маю знань про це)	4

Матеріали до тесту «Тривожність» (Р.Темл, М. Доркі, В. Амен)

Мета. Виявити рівень тривожності дитини.

Обладнання: серія малюнків із 14 картинок у двох варіантах (для хлопчиків і для дівчаток). Кожен малюнок сюжетно передає типову для життя дитини ситуацію.

Інструкція: «Подивись уважно на картинку. Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини — сумне чи веселе? Вибери».

Вибір дитиною відповідного обличчя і його словесних висловлювань фіксується у спеціальному протоколі.

Інтерпретування результатів: Якісний аналіз передбачає уважне вивчення висловлювань дитини, що фіксуються у другому стовпчику спеціального протоколу. На основі такого аналізу робляться висновки про емоційний досвід спілкування дитини з людьми, які її оточують, і той слід, який цей досвід залишив у душі дитини.

Особливо високе проєктивне значення щодо цього мають малюнки серії 4, 6, 14 та 2, 7, 9, 11. Діти, які дають нечіткі пояснення до цих малюнків, з більшою ймовірністю одержать високий ІТ (індекс тривожності).

Кількісний аналіз може бути виражений як у балах, так і у відсотках.

ПРОТОКОЛ

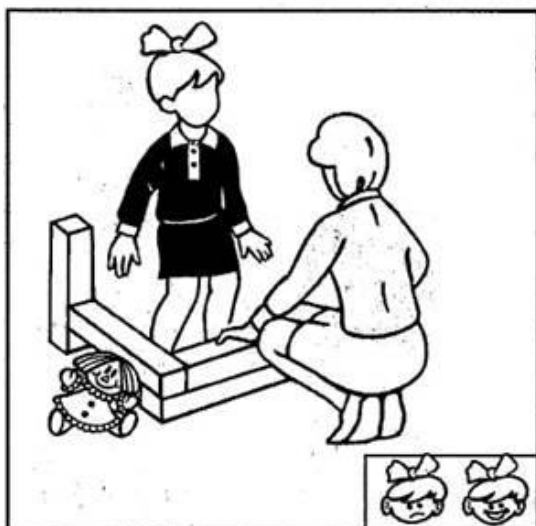
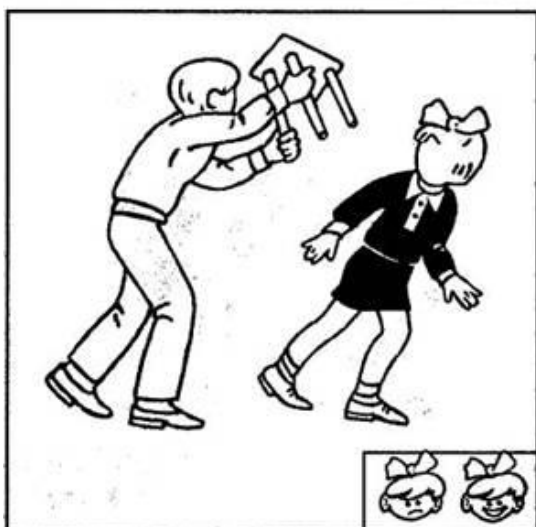
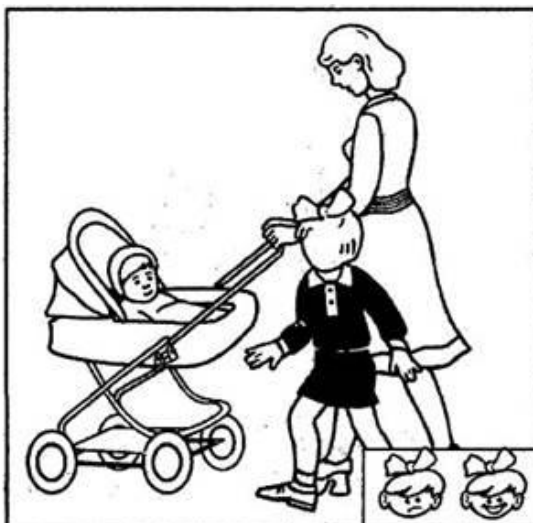
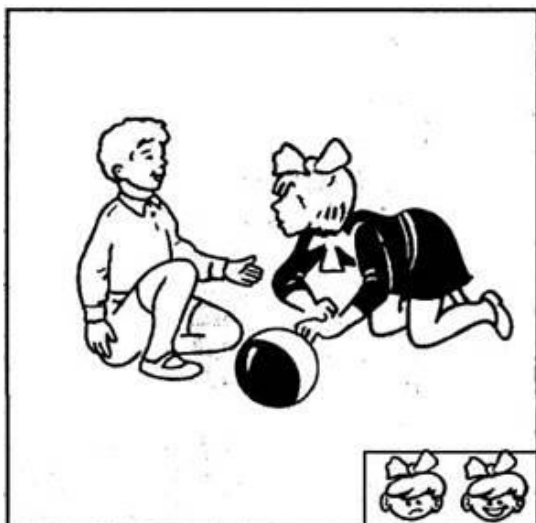
Прізвище та ім'я дитини: _____

Вік: _____ група _____ Дата: _____

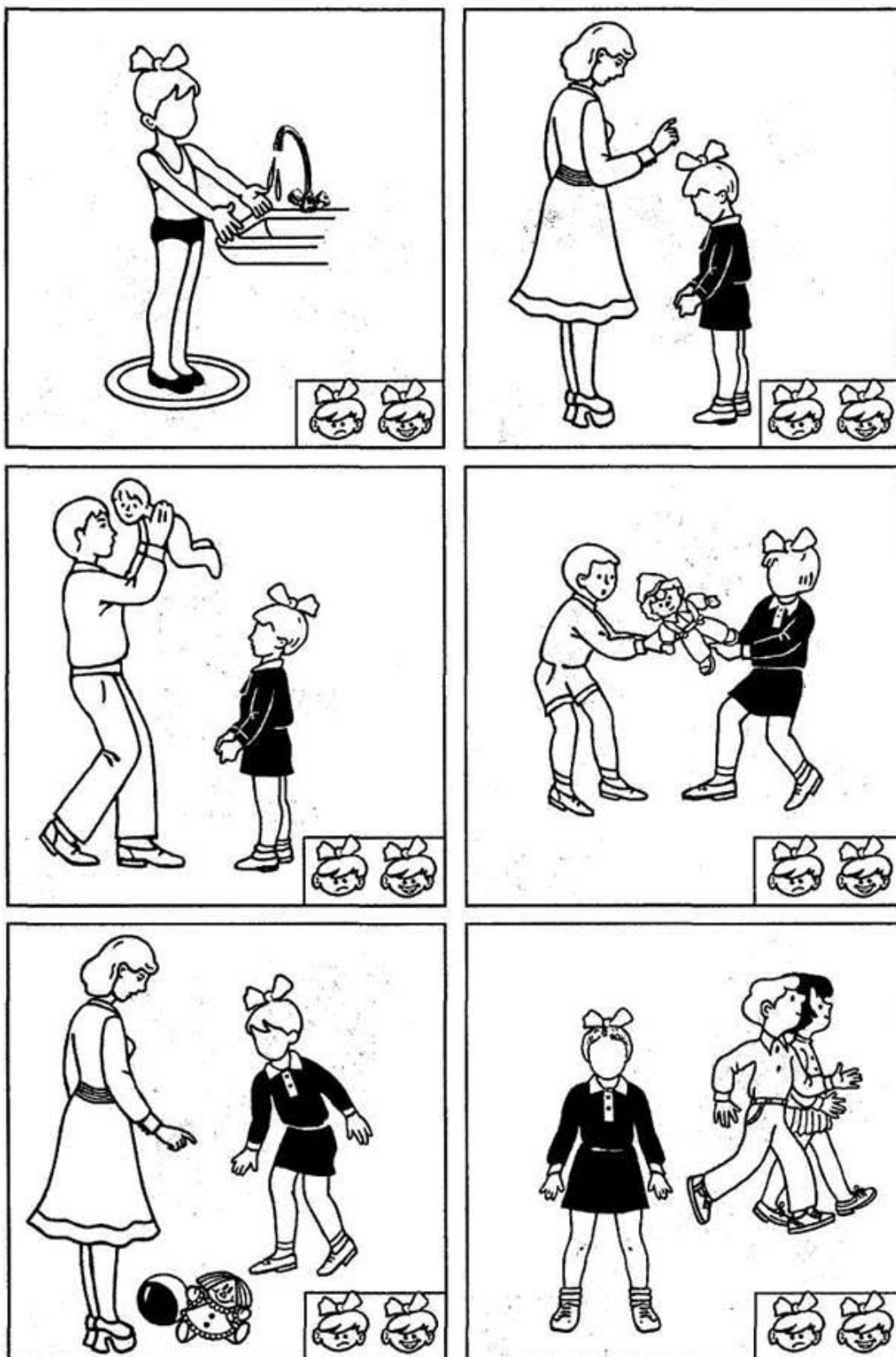
№	Малюнок	Висловлювання дитини	Вибір	
			Веселе обличчя	Сумне обличчя
1	Гра з молодшими дітьми			
2	Дитина та мати з немовлям			
3	Об'єкт агресії			
4	Одягання			

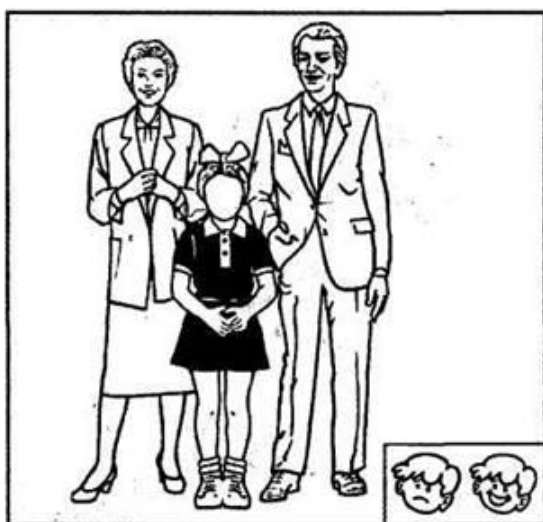
5	Гра зі старшими дітьми			
6	Вкладання спати на самоті			
7	Умивання			
8	Докір			
9	Ігнорування			
10	Агресивний напад			
11	Прибирання іграшок			
12	Ізоляція			
13	Дитина з батьками			
14	Їжа на самоті			

Ілюстрації до тесту «Тривожність»

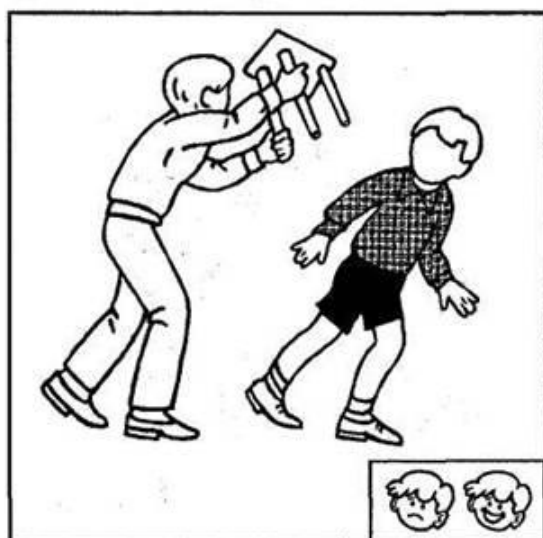
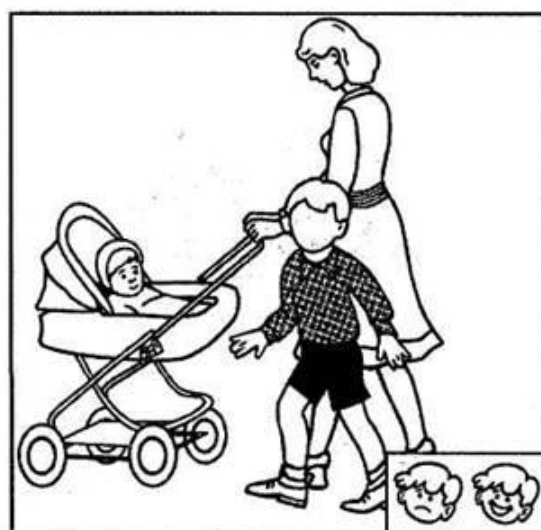
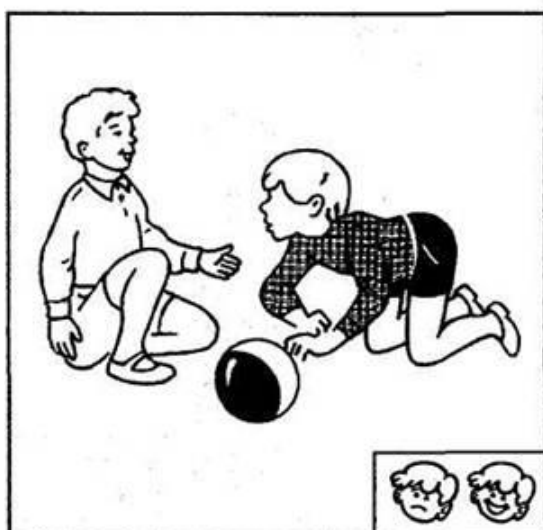


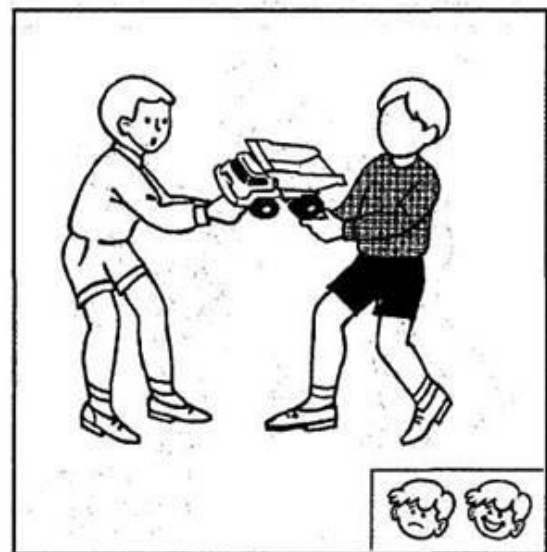
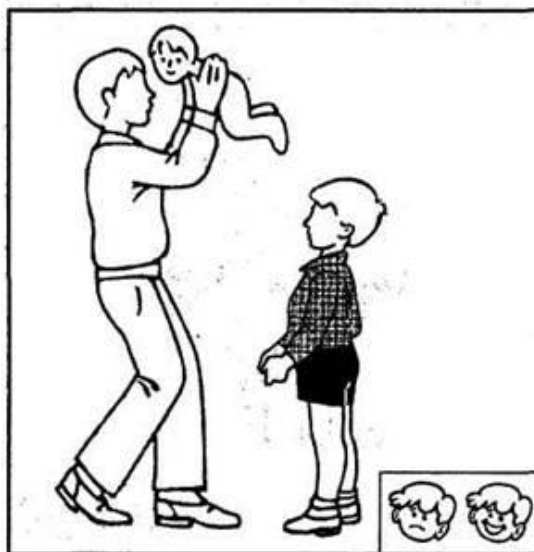
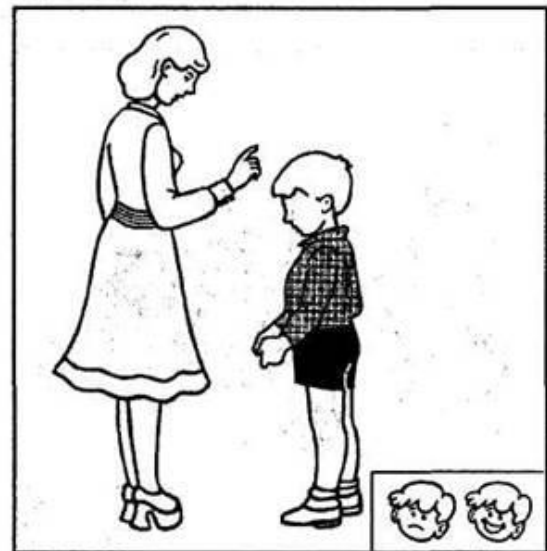
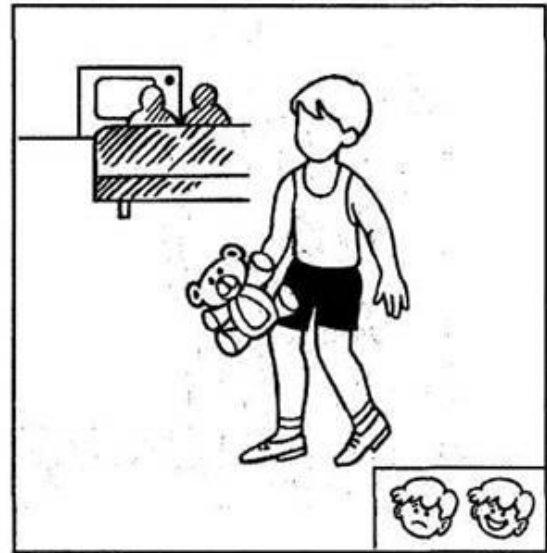
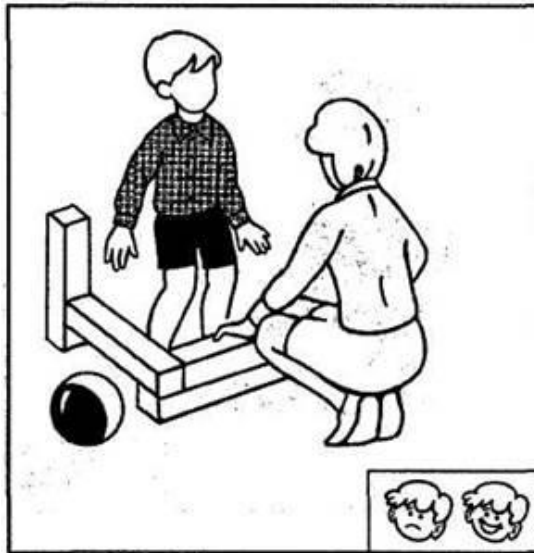
Ілюстрації до тесту «Тривожність»

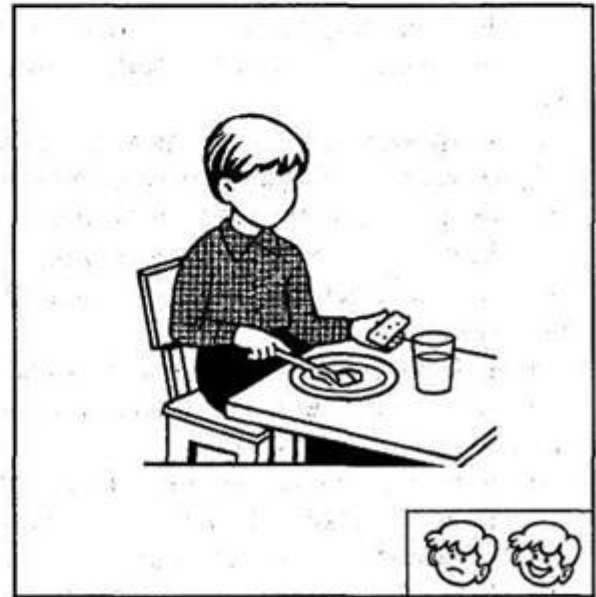
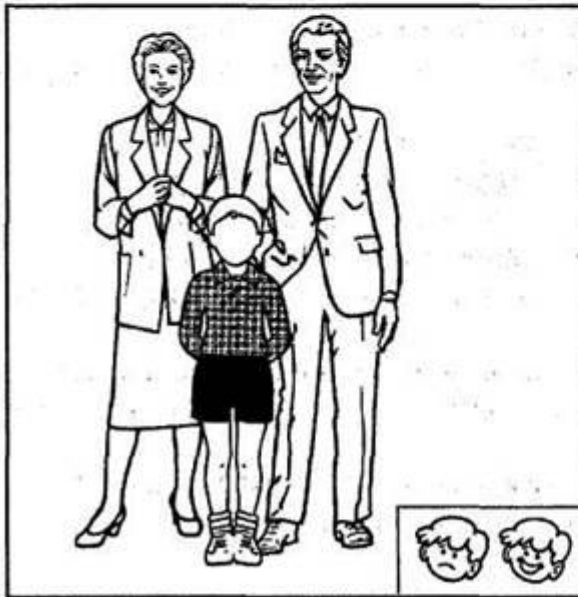
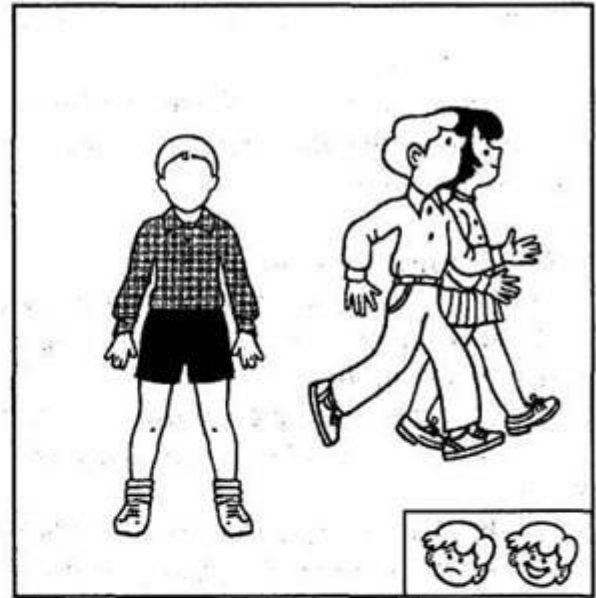
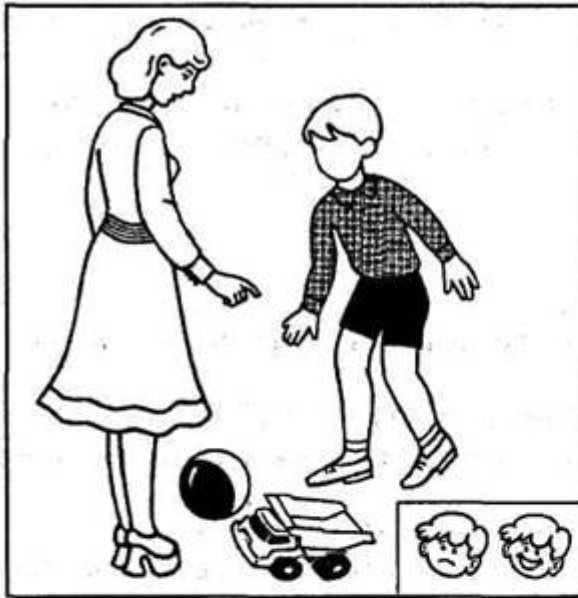




ВАРІАНТ ДЛЯ ХЛОПЧИКІВ







Діагностична карта дошкільника

Опис рівня розвитку даного вміння

Рівень високий 5(оптимальний)- 4	Дитина виконує завдання цілком самостійно, робить це без помилок. Навичка або вміння повністю сформована.		
Рівень середній 3-2	Дитина виконує завдання самостійно, роблячи невеликі та некритичні помилки. Вміння або навичку належить удосконалювати.		
Рівень низький 1	Дитина пробує самостійно виконувати завдання, але робить це у невласливий спосіб і потребує повного супроводу або допомоги вихователя. Вміння або навичка тільки починають формуватися, належить підтримувати дитину її розвитку.		
Відсутність вміння/навички 0	Дитина не намагається виконати завдання ані самостійно, ані з допомогою вихователя		
Фізичний розвиток дитини			
розиток моторики			
Завдання і ситуації		Оцінка	Коментар
Говорить про свої фізіологічні потреби			
Самостійно виконує гігієнічні заходи (миє руки, миє і витирає обличчя, витирає ніс, чистить зуби, ходить в туалет)			
Самостійно вдягає та знімає одяг			
Під час малювання опирається на стіл та притримує аркуш рукою			
Тримає правильну позицію тіла при сидінні, коли стоїть та рухається			

Властиво та правильно виконує вправи гімнастичні (тримає рівновагу, ходить по лаві, скаче, бігає, входить по драбинці, кидає і ловить м'яч)		
Додаткова інформація		
Фізичний розвиток дитини		
розиток дрібної моторики		
Завдання і ситуації	Оцінка	Коментар
Правильно тримає олівець, фломастер, ручку		
Вирізає ножицями, ріже папір по лінії рівній		
Будує прості конструкції з кубиків або конструктору		
Ліпить прості, об'ємні фігурки з пластиліну		
Виконує долонями і пальчиками точні рухи (такі як застібання гудзиків, застібає молнію на куртці, нанизує бусини на шнурок)		
Малює за допомогою пензлика малі поверхні		
Віддирає та наклеює малі елементи з паперу (наліпки)		
Обмальовує або малює різні форми та фігури (за пунктиром)		

Самостійно їсть їжу за допомогою столових приборів		
Додаткова інформація		
Емоціональний розвиток дитини		
Завдання і ситуації	Оцінка	Коментар
Вміє самостійно порадити собі з надмірними реакціями емоціональними		
Співпрацює з вихователем на основі поваги		
Називає емоції, які відчуває (злість, радість, печаль, страх, здивування)		
Спілкується з дітьми і дорослими вербально і не вербально		
Говорить про свої потреби		
Проявляє емпатію по відношенню до людей та звірів		
Додаткова інформація		
Соціальний розвиток дитини		
Завдання і ситуації	Оцінка	Коментар
В ситуаціях трудних шукає допомоги інших		
Ініціює спільні ігри з дітьми		
Ініціює контакт з дорослими		

Розв'язує конфлікти, прагне компромісу		
Дотримується правил поведінки у групі		
Вміє ділитися іграшками і предметами		
Співпрацює з іншими під час виконання завдань групових		
Вживає ввічливих слів у різних соціальних ситуаціях		
Ініціює діалог з дорослими та дітьми, і підтримує розмову		
Відкладає речі на місце, прибирає за собою		
Вміє представитися і надати інформацію про себе (вік, місто у якому живе)		
Додаткова інформація		
Розумовий розвиток дитини		
Завдання і ситуації	Оцінка	Коментар
Знає кольори, правильно впорядковує кольори до предметів і явищ (Трава – зелена, лисиця – руда, ведмідь – коричневий)		
Розповідає повним реченням про те, що бачить на картинці		
Відповідає на питання, що стосуються вислуханого вірша, оповідання		

У розмові може логічно передбачити подальший розвиток подій		
Використовує займенники та порядкові числівники		
Розрізняє за ознаками		
Вкладає малюнок (розрізаний) з 8 елементів		
Бере участь у рухливих іграх та іграх з показуванням і наслідуванням, реагуванням на сигнал		
Розрізняє фігури геометричні (коло, квадрат, трикутник, прямокутник)		
Називає базові атмосферні явища, пов'язує їх з порами року		
Називає пори року у правильному порядку		
Розгадує загадки логічні		
Розуміє значення умовних знаків та символів		
Може розказати логічно подальший розвиток подій в оповіданні		
Вимовляє правильно всі звуки		
Модулює голос (говорить тихо, голосно)		
Відтворює з пам'яті пісні, короткі тексти, віршики		
Лічить у діапазоні до 10		
Укладає предмети згідно критеріїв (від меншого до більшого)		

Продовжує прості малюнки (червоне-зелене-жовте-...-.....-жовте)		
Розрізняє напрям відносно тіла (вперед, назад, вліво, вправо, під, над...)		
Називає частини тіла, показує їх на собі, знає і може показати місцезнаходження основних внутрішніх органів людини (серце, легені)		
Додаткова інформація		

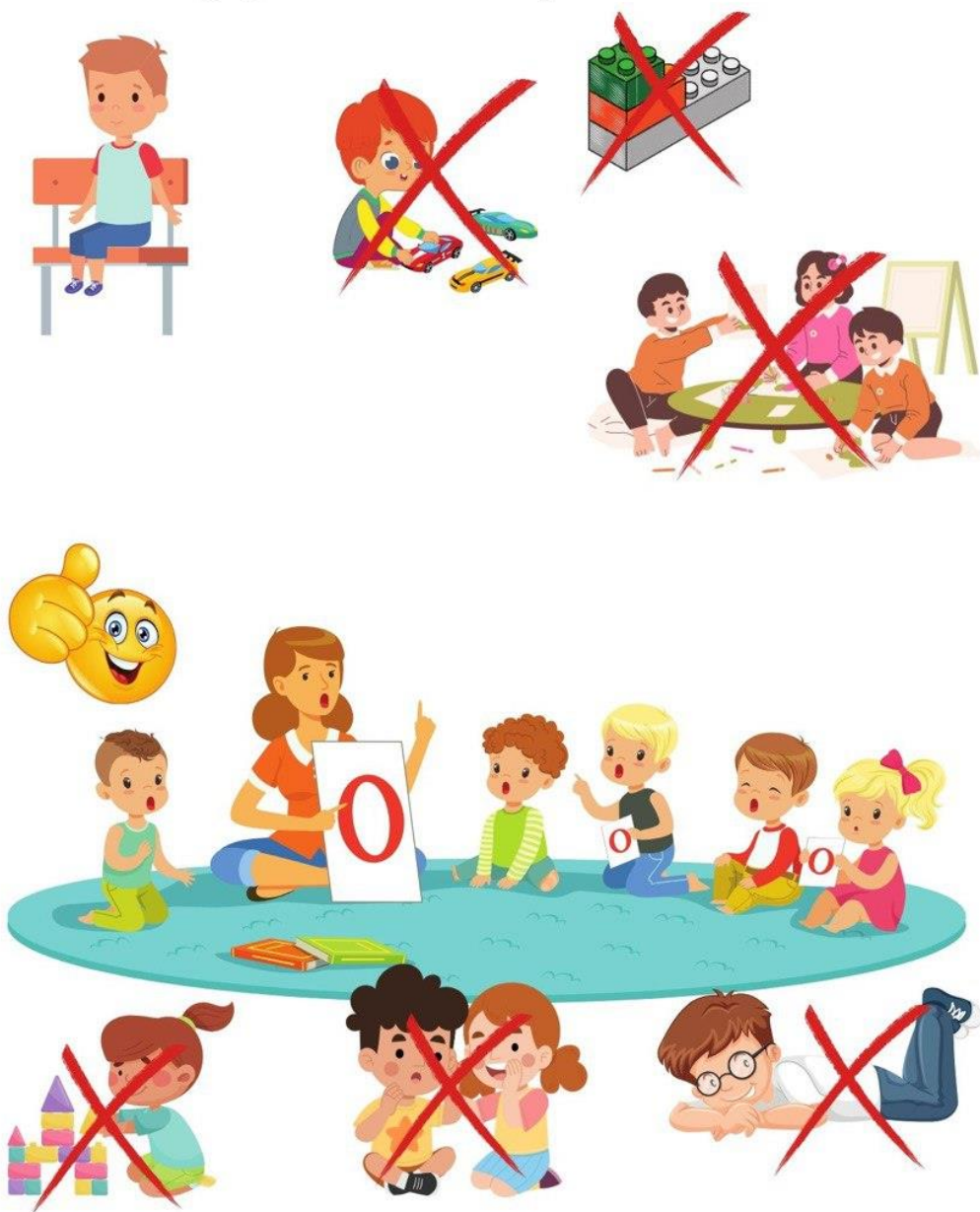
GDY MI



JESTEM



Jeżeli nie chcę uczestniczyć na zajęciach to poczekam



Czy to dobre zachowania?



Bicie to przemoc!!!



słucham na



**Pamiętam że
halas jest  dla
innych**



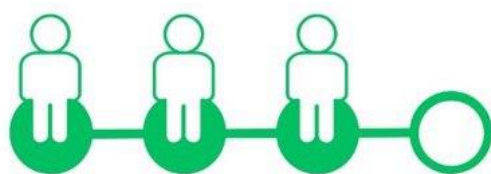
słuchamy siebie nawzajem



pytam gdy chcę
pożyczyć



cierpliwie czekam
na swoją kolej



dzielę się
zabawkami



Ustawiam się w pociąg





**Brzydkie słowa i
znaki są**



WAŻNE ZASADY W GRUPIE WYNAŁAZCÓW



Додаток 8

Заходи, передбачені програмою адаптації

День	Опис активності	Матеріали
Я в дитячому саду	1. Ранкове коло (привітання (пісенька) та знайомство з песиком Адаптайчиком, діти роздивляються свої фото, розміщені на стіні, говорять про свій стан та настрій). 2. «Діти уважно на мене споглядають і свого місця шукають» - гра-методу, визначення відповідних робочих місць (стілчиків) та місця для речей (шафки). 3. Гра рухлива з ігровим парашутом 4. Гра інтеграційна «Kąży ріка kolorowa» («Кружить кольоровий м'ячик», діти називають ім'я та його першу літеру). 5. Самостійна ігрова діяльність 6. Активності Адаптайчика (завдання або квест) 7. У нашій групі (знайомство з тематичними куточками у групі) 8. Що завтра? – малювання схематичного плану на наступний день	Колонка або синтезатор, фотографії дітей, заздалегідь розміщені на стіні у групі, картки з настроєм, емблеми-наліпки (по 2 однакові), для кожної дитини у групі, кольоровий парашут, м'ячик або повітряна кулька, картки з зображенням та підписом тематичних куточків, аркуші паперу, фломастери та олівці, м'яка іграшка або лялька, малюнки – символи з розкладом дня).

Знайомимося з правилами	1. Ранкове коло 2. Наша група (гра інтеграційна Іскорка доброти або Знайди того, хто... 3. Адаптайчик і його правила – знайомство з правилами у групі. Спільне створення плакату та «підписання» угоди 4. Мішечок повний скарбів - гра розвиваюча органи чуття 5. Рухлива гра «Ходжу собі, ходжу, раптом - СТОП...» 6. Самостійна ігрова діяльність 7. Ігри музично ритмічні з каштанами або листям 8. Що завтра? – малювання схематичного плану на наступний день	Колонка, м'яка іграшка (та сама що і у перший день, великий ватман, роздруковані правила (з надписами та картинками), фломастери, мішечок і різні предмети у ньому (намистинки, кубики, кульки з паперу, гілочки, каштани, квасоля, різні тканини, тощо), каштани.
Здоровий і безпечний дошкільник	1. Ранкове коло 2. Гра інтеграційна «Stonoga» («Сороконіжка») 3. Магічна скриня Адаптайчика – будимо органи чуття 4. Рухлива гра – Магніт 5. У подорож вирушаємо, на станцію прибуваємо – подорож приміщеннями дитячого садочка,	Картки з емоціями, колонка, велика коробка у якій лежать :свічка, олійка лаванди, м'ячик з гумовими шипами, маракас, бубен, малюнок з органами чуття

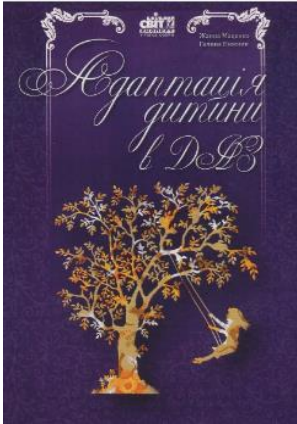
	обговорення наявних знаків та символів та правила поведінки та безпеки у приміщеннях. 6. Що робити щоб здоровим жити? – створення асоціативної хмаринки 7. One little finger – ритмічна гра, вивчення частин тіла англійською 8. Що завтра? – малювання схематичного плану на наступний день	(вухо, ніс, долоня, око, рот), великий варман та малюнки на якому люди ведуть здоровий спосіб життя
Самостійний дошкільник	1. Ранкове коло 2. Адаптайчик вчиться грати на музичних інструментах 3. Що де лежить? – гра розвиваюча вміння орієнтації у просторі 4. Чому важливо мити руки з милом? – дослід з чорним перцем та милом для рук. Обговорення правил безпеки у туалеті. 5. Творча активність – виконання аплікації 6. Самостійна ігрова діяльність 7. Гра інтеграційна – Хто любить? 8. Що завтра? – малювання схематичного плану на наступний день	Картки з емоціями, музичні інструменти: маракаси, бубен, клавесин, трикутники, скляна тарілка, вода, мило, чорний мелений перець, вушні палички, аркуші паперу, білий, голубий папір, наліпки мікробів, олівці кольорові, картки до гри з зображенням їжі, іграшок, кольорів.

Наша група	1. Ранкове коло 2. Гра ритмічна, казка розвиваюча слух 3. Звукові загадки від Адаптайчика 4. Ігри дидактичні, математичні з геометричними фігурами 5. Що добре, а що погане – сортуємо правила поведінки (соціальні історії, обговорення ситуацій) 6. Самостійна ігрова діяльність 7. Мої частини тіла – повторення 8. Що завтра? – малювання схематичного плану на наступний день	Картки з емоціями, звуки різних музичних інструментів та місць (ліс, місто, дитячий садок, зоопарк, тощо) Геометричні фігури та трафарети до викладання, аркуші паперу з намальованими геометричними фігурами різної величини, картки з частинами тіла, картки з соціальними історіями (неприємна та привітна для інших поведінка)
------------	---	--

Каталог літератури для батьків дітей дошкільного віку

	Наталія Чуб «Усе про адаптацію дитини»	Ця книга розповідь про - самооцінку та адаптацію дитини в новому колективі: садочку, школі; - допомогу прийняти сімейні обставини: розлучення, втрату близьких; - вміння прийняти нову реальність: воєнне та післявоєнне життя. Дорослі, які уважно прочитали цю книгу, зроблять крок до розвитку власних здібностей і допоможуть своїм дітям не просто вижити в складному світі, а й жити в ньому, радіючи, мріючи і домагаючись високих результатів, стаючи сильнішими й успішнішими, будучи при цьому щасливішими та гармонійними
	Т.Є. Главацька Дитячий садок. Що робити, якщо... Ситуації, які можуть трапитися з дитиною у дитсадку	Дитячий садок — перший крок дитини в самостійне життя. На цьому шляху можуть трапитися складні ситуації й негаразди, адже дитина тільки вчиться й набуває досвіду. Ця книга — помічник батькам і дитині в питаннях на

		кшталт «Що робити, якщо...».
	Наталія Чуб Дитино, (не) плач! Батькам про дитячі сльози	Книга навчить приймати дитячі почуття, щоби вчасно вислухати і допомогти, відреагувати в такий спосіб, щоб, з одного боку, не заважати дитині виявляти свої емоції, а з іншого,— давати їй змогу відчути батьківську підтримку. Читайте книгу та поринайте у світ дитячих емоцій, аби краще їх розуміти!
	Книга Емоційний інтелект у дитини Джон Готтман, Джоан Деклер	Книга про те, як розвинути і зберегти емоційний інтелект дитини, у чому полягають складнощі виховання, які фактори впливають на становлення дитини як особистості, що заважає її гармонійному розвитку, а що сприяє, як навчити дитину розуміти та опановувати власні емоції. Книга допоможе встановити з дитиною близькі, сповнені любові та довіри стосунки. Велику увагу приділено значенню емпатії у стосунках між батьками та дитиною.

	Марія Малихіна «Дитина у світі емоцій»	Ця книга написана для батьків, які прагнуть розуміти свою дитину, допомогти їй навчитися контролювати свою емоційну поведінку, хочуть дізнатися, що таке емоційний інтелект і як він формується. Дорослі дізнаються, чому в дітей виникають істерики, агресія, страхи і як слід поводитись у подібних ситуаціях.
	Жанна Маценко «Адаптація дитини в ДНЗ»	Кожна людина, яка має дитину і веде її вперше до дитячого садка, переживає одні й ті ж самі емоції: як там вона? Чи її не ображають? Чи вона не плаче? Чи вона поїла? Наша книжка розкриває проблеми адаптації дитини в дитячому садочку. Що треба зробити вихователям, психологам, батькам, щоб цей процес пройшов не так болісно та щонайшвидше?

	«Управління гнівом. Як реагувати на дитячі істерики», Мадлен Дені	Не кожен дорослий може стоїчно переносити дитячі істерики та сльози. Багато хто впадає в паніку, виявляє агресію або хоче просто сховатися якнайдалі. Проте з дитячим гнівом можна і треба працювати. Злість (і гнів як її прояв) — це базове почуття, яке виникає, коли стикаєшся з тим, що тебе не влаштовує. Діти ще не знають, як давати раду злості. Звідси — голосний плач, істерики й катання по підлозі. Але батьки можуть допомогти малюкові пережити неприємне почуття.
	Ігри і казки, які лікують - Руденко А.	Ця книга містить не лише практичні рекомендації, а й справжні "ключі" до розв'язання багатьох дитячих проблем. Вона написана з великою любов'ю до дітей і адресована мамам, татам та всім, хто працює з дітьми. Використовуючи цей практичний посібник, можна допомогти дитині позбутися агресії і примх, упертості, сором'язливості, тривожності, шкідливих звичок і багатьох недуг. Головне — читати поважно і втілювати всі ігри та вправи у життя.

	Казка «Оля, Бориско та їхні нові друзі»	Розповідає історію української родини – мами, брата та сестри, які постали перед справжнім випробуванням – потрапивши до Польщі, повинні були адаптуватись до нової реальності, вивчити мову, познайомитись з новими місцями та людьми.
	Стрес. Як підтримати себе та дитину Семикоп Ю.	Книга на 80 % складається з практик: технік самоконтролю й саморегуляції, мініналаштувань для дітей і дорослих, терапевтичних казок, корисних матеріалів та детальних рекомендацій, як ними користуватися. Ми сподіваємося, що книга навчить дорослих долати страхи, тривогу, паніку, гнів; «лікувати» дітей за допомогою казок; розпізнавати різні емоції в собі та інших.