

PROGRAM ADAPTACYJNY PRZEDSZKOLA MIEJSKIEGO NR 173 W ŁODZI

*Dzieciństwo to nie tylko najpiękniejszy etap życia człowieka.
Dla dziecka jest to także czas niezwykle trudny,
przesycony lękiem przed nowością i odrzuceniem,
niepokojem i tęsknotą za rodzinną bliskością”.*

Program adaptacyjny oparty na wiedzy o rozwoju dziecka, określa system wzajemnych oddziaływań pedagogicznych oraz organizacyjnych przedszkola i rodziny, w celu stworzenia dzieciom lepszego startu przedszkolnego.

WSTĘP

Adaptacja to przystosowanie się jednostki lub grupy do funkcjonowania w zmienionym środowisku społecznym, przystosowaniu się do nowych jego warunków.

Dla małego dziecka takim nowym środowiskiem jest przedszkole. Moment przekraczania progu przedszkola należy do najbardziej znaczących i trudnych w jego życiu. Dla wielu dzieci jest to pierwszy kontakt z grupą rówieśniczą i zmiana dotychczasowego trybu życia. Pójście do przedszkola to pierwszy krok do samodzielności dziecka.

Dzieci różnią się między sobą „poziomem zdolności przystosowawczych”. Niektóre z nich adoptują się łatwo do nowych warunków przedszkolnych, inne mają duże trudności, które mogą objawiać się zaburzeniami w reagowaniu i zachowaniu. Dlatego aby zmniejszyć negatywne uczucie związane z nową sytuacją opracowany został program adaptacyjny. Ma on na celu pomóc zarówno dzieciom, jak i ich rodzicom zmniejszyć stres pierwszych dni w przedszkolu.

Adaptacja dziecka do nowej rzeczywistości przedszkolnej w dużym stopniu zależy od adaptacji i pozytywnego nastawienia rodziców. Dlatego musi być ona rozpoczęta od realizacji działań ukierunkowanych na rodziców.

Celem tych działań jest:

- stworzenie atmosfery zapewniającej zrozumienie i wsparcie rodziców, otwartość na dialog,
- przybliżenie działalności przedszkola na podstawie obowiązujących przepisów oświatowych oraz jego specyfiki ze względu na proponowaną ofertę edukacyjną,

- przybliżenie charakterystyki rozwoju i potrzeb emocjonalnych dzieci,
- przedstawienie rad i wskazówek, jak wykorzystać okres poprzedzający przyjście dziecka do przedszkola, aby właściwie przygotować je do nowego otoczenia,
- przekazywanie rad na wypadek „trudnych chwil”.

ZAŁOŻENIA PROGRAMOWE

Program skierowany jest do:

- nauczycieli i personelu pomocniczego przedszkola, którzy stworzą warunki szybszego przystosowania się dzieci do nowego środowiska,
- dzieci, które rozpoczynają nowy etap w swoim życiu, bycia przedszkolakiem,
- rodziców, którzy decydując się na edukację przedszkolną własnego dziecka są chętni do współpracy.

Cele główne programu:

- stwarzanie dzieciom warunków umożliwiających szybką i łatwą adaptację w nowym środowisku społecznym, jakim jest przedszkole,
- nawiązanie współpracy z rodziną dziecka w celu określenia wspólnych działań związanych z adaptacją oraz stworzenia atmosfery wzajemnego zaufania i akceptacji.

Cele szczegółowe programu:

1. W stosunku do dziecka:

- skrócenie jego adaptacji do warunków przedszkolnych,
- kojarzenie przedszkola z czymś przyjemnym, atrakcyjnym i ciekawym, by chciały wracać następnego dnia,
- zmniejszenie napięć emocjonalnych w pierwszych kontaktach z przedszkolem,
- zmniejszenie lęku przed rozstaniem z rodzicami,
- poznanie swoich nauczycielek oraz innych pracowników przedszkola,
- poznanie sal i otoczenia przedszkola,
- rozwijanie umiejętności społecznych,
- rozumienie i stosowanie norm i zasad życia w grupie,
- wspomaganie dziecka w opanowaniu czynności samoobsługowych,

- wspomaganie dziecka w budowaniu pozytywnego obrazu siebie,
- wdrażanie w harmonogram dnia przedszkolnego,
- nabywanie przez dziecko poczucia własnej wartości.

2. W stosunku do rodziców:

- zmniejszenie lęku rodziców, związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę personelu przedszkola,
- ukazanie rodzicom mocnych stron, możliwości i sukcesów dziecka,
- uczulenie rodziców na sytuacje trudne napotymane przez dziecko w przedszkolu,
- poznanie przez rodziców nauczycielek ich dziecka i personelu przedszkola,
- integracja rodziców między sobą,
- zapoznanie rodziców z ramowym rozkładem dnia oraz pomieszczeniami przedszkola,
- zaproszenie rodziców do współpracy z nauczycielkami - budowanie więzi opartej na zaufaniu, tolerancji, szacunku i bezpieczeństwie.

OCZEKIWANE EFEKTY

Dziecko:

- potrafi spokojnie rozstać się z rodzicem,
- potrafi przezwyciężyć lęk i obawy przed zmianą środowiska,
- chętnie uczestniczy w życiu grupy,
- chętnie bawi się z koleżankami i kolegami,
- kojarzy pobyt w przedszkolu z radosnym i ciekawym działaniem,
- z zaufaniem zwraca się o pomoc do nauczycieli i pracowników przedszkola,
- przestrzega podstawowych reguł współżycia w grupie,
- rozumie, że pobyt w przedszkolu jest czasowy i zawsze kończy się powrotem do domu z rodzicami,

Rodzic:

- ma poczucie, że jego dziecko jest bezpieczne,
- zna nauczycielki oraz personel przedszkola,
- zna pomieszczenia, w których będzie przebywać jego dziecko,
- współpracuje z przedszkolem, zna jego koncepcję i cele działania,
- wie, w co wyposażyć dziecko do przedszkola,
- rozumie znaczenie samoobsługi i samodzielności dziecka, jako warunków lepszej adaptacji dziecka w środowisku przedszkolnym,

- obserwuje swoje dziecko w relacjach z rówieśnikami,
- wie jakie trudności musi pokonać jego dziecko i w jaki sposób mu pomóc,
- nawiązuje aktywną współpracę z przedszkolem.

Nauczyciel:

- poznaje dzieci, którymi będzie się opiekował,
- zna środowisko domowe dzieci,
- planuje pracę w oparciu o wyniki obserwacji dzieci,
- zna oczekiwania rodziców wobec przedszkola.

FORMY REALIZACJI

Przygotowanie dziecka do rozstania z rodzicami, to zadanie bardzo ważne i jednocześnie bardzo trudne. Dlatego proponujemy „dni otwarte”, które są doskonałą okazją dla przyszłych przedszkolaków i ich rodziców, aby poznać przedszkole oraz cały personel.

W tych dniach zapraszamy do zwiedzania naszego przedszkola - sal, łazienek, szatni..., po to by dzieci oswoiły się z nowym miejscem. Proponujemy wspólne zabawy z naszymi przedszkolakami, a także udział w zajęciach. Spotkaniom tym towarzyszy radosna i przyjazna atmosfera sprzyjająca zdobyciu zaufania dzieci i rodziców.

W okresie wakacyjnym prowadzimy dla „przyszłych przedszkolaków” cykl zabaw pozwalających zintegrować rodziców i grupę oraz dać każdemu dziecku poczucie, że jest ważny i potrzebny w swojej małej społeczności.

Na koniec sierpnia organizujemy spotkanie z rodzicami, podczas którego dowiadują się co można zrobić, by ich pociechy jak najłagodniej przeżyły stres rozstania i lekko zniosły proces adaptacyjny. Każdy z rodziców otrzymuje kartę informacyjną „Pierwsze kroki w przedszkolu”. W celu lepszego i szybszego poznania dziecka, jego upodobań i potrzeb oraz oczekiwań rodziców wobec naszej placówki, wśród rodziców rozprowadzane zostają „Ankiety informacyjne o dziecku”.

Kolejny etap adaptacji to „dzień zabawek” – zachęcamy dzieci do przynoszenia z domu ulubionych zabawek, przytulank, które są częścią domu i pomagają łatwiej znieść rozstanie z rodzicami. Wspólnie z dziećmi dokonujemy wyboru znaczków rozpoznawczych tak, aby każde z nich otrzymało ulubiony przedmiot lub zabawkę.

Zakończeniem tego trudnego okresu jest uroczyste „Pasowanie na przedszkolaka” w trakcie, którego dzieci składają ślubowanie w obecności zaproszonych rodziców.

WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI

Poznanie przedszkola poprzez uczestniczenie w spotkaniach z nauczycielkami, dla większości rodziców redukuje stres związany z posłaniem dziecka do przedszkola. Akceptacja środowiska przedszkolnego jest tym łatwiejsza, im bardziej jest ono otwarte na rozumienie obaw rodziców. Dlatego ważne jest, aby rodzice świadomie i chętnie uczestniczyli w procesie adaptacji dziecka w przedszkolu. Od właściwie zorganizowanej współpracy obu stron zależą wyniki pracy wychowawczej. Chcąc zapewnić prawidłową współpracę rodziców i nauczycieli określamy sposoby wzajemnych kontaktów:

- ustalamy terminy zebrań i konsultacji
- aktualizujemy na bieżąco stronę internetową przedszkola
- prowadzimy Facebook, a przedszkola
- prowadzimy tablicę informacyjną dla rodziców z poszczególnych grup
- wydajemy gazetkę „Nowinki przedszkolnej rodzinki”.

Współpraca ze środowiskiem rodzinnym dziecka jest jednym z kluczowych priorytetów naszej placówki. W tym celu podejmujemy różnorodne formy współpracy z rodzicami. Jedną z nich jest WSPÓLNE ŚWIĘTOWANIE z okazji:

- Pasowania na przedszkolaka,
- Wigilii,
- Tłustego czwartku,
- Dnia babci i dziadka,
- Palmy wielkanocnej,
- Dnia matki i ojca,
- Dnia dziecka,
- Festynu rodzinnego

Wszystkie te spotkania przede wszystkim integrują rodziców z pracownikami placówki, ale również są doskonałą okazją do zobaczenia zachowania własnego dziecka na tle grupy, poznania się nawzajem, zdobycia zaufania, poznania metod pracy nauczycieli, wymiany spostrzeżeń i doświadczeń, a przede wszystkim okazją do dobrej zabawy w trakcie której panuje miła, radosna, rodzinna, pełna swobody atmosfera.

FORMY DZIAŁAŃ ADAPTACYJNYCH:

Pierwsze dni w przedszkolu pełne serdeczności stają się zazwyczaj początkiem wielu następnych radosnych spotkań. Start dzieci w usamodzielnienie przebiega łagodnie,

a pierwsze spotkania owocują stworzeniem w naszym przedszkolu atmosfery zaufania, współpracy, akceptacji, tolerancji, zrozumienia każdego dziecka.

LP.	Forma działania	Cele:	Termin
1.	Dni otwarte	<ul style="list-style-type: none"> – zwiedzanie budynku przedszkolnego i ogrodu, – rozmowy indywidualne z pracownikami przedszkola 	marzec
2.	Zapisy do przedszkola	<ul style="list-style-type: none"> – rozmowy indywidualne z rodzicami i dziećmi w trakcie zapisu dziecka do przedszkola 	kwiecień
3.	Zebranie adaptacyjne	<ul style="list-style-type: none"> – poznanie nauczycielek poszczególnych grup, – zapoznanie rodziców ze statutem, regulaminami, procedurami obowiązującymi w przedszkolu oraz z podstawą programową, – zapoznanie z ofertą edukacyjną, – zapoznanie ramowym rozkładem dnia pracy przedszkola – poznanie szczegółowego planu adaptacyjnego, – wypełnienie przez rodziców ankiet informacyjnych o dziecku, – rozdanie ulotek z informacjami dotyczącymi adaptacji dziecka w przedszkolu – zaproszenie rodziców i dzieci na spotkania adaptacyjne 	czerwiec
4.	Cykl spotkań adaptacyjnych	<ul style="list-style-type: none"> – zaproszenie rodziców i dzieci na Integracyjny Festyn Rodzinny – wspólne zabawy integracyjne nauczycielek, rodziców i dzieci w 	czerwiec/sierpień

		<p>celu wzajemnego poznania się</p> <ul style="list-style-type: none"> - zapoznanie dzieci z szatnią, łazienką, znaczkami indywidualnymi, salą zabaw, zabawkami oraz materiałem rozwojowym 	
5.	Witamy w przedszkolu	<ul style="list-style-type: none"> - zachęcenie rodziców do regulowania czasu pobytu dziecka w przedszkolu w pierwszych dniach-skrócenie czasu, - przebywanie rodziców z dzieckiem w przedszkolu - wspólne zabawy, - przynoszenie swoich ulubionych zabawek – Przytulank, które pomogą w adaptacji i stworzą poczucie bezpieczeństwa, - nie zmuszanie do przebierania się dzieci w piżamę i spania, - przedstawienie dzieciom odpoczynku na leżaku, jako coś atrakcyjnego, łączenie leżakowania z czytaniem bajek, słuchaniem wierszy i bajek z nagrań, słuchanie muzyki relaksacyjnej 	Wrzesień/ październik
6.	Pasowanie na przedszkolaka	<ul style="list-style-type: none"> - uroczyste ślubowanie w obecności zaproszonych rodziców, - wprowadzenie rodzinnego nastroju oraz zintegrowanie grupy i rodziców 	październik
7.	Działania całoroczne	<ul style="list-style-type: none"> - badanie oczekiwań rodziców wobec przedszkola, - ustalenie zasad współpracy - spotkania indywidualne z rodzicami - konsultacje, 	

		rozmowy, wymiana zdań, spostrzeżeń, opinii... – wykłady i pogadanki – szerzenie świadomości psychowychowawczej rodziców, – udział w zebraniach grupowych, – udział w spotkaniu integracyjnym, – udział w organizowanych imprezach i uroczystościach, – zorganizowanie spotkań ze specjalistami z udziałem rodziców	
--	--	--	--

Realizując program adaptacyjny stawiamy sobie za cel szybkie i łatwe przyzwyczajenie dzieci do nowego otoczenia. Musimy jednak pamiętać, że każde dziecko ma indywidualną drogę rozwojową i każde w inny sposób przechodzi okres adaptacji. To od nas nauczycieli i rodziców w dużej mierze zależy, jak długo będzie on trwał i jaki będzie jego przebieg. To do nas, zatem zależy czy „nasze” dzieci będą radosne, mądre, dobre, kochane i kochające.

WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW

- Nie przeciągaj pożegnania w szatni, pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź, przekazując maluszka nauczycielowi.
- Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to, choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
- Nie obiecuj, jeśli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz, kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezent, ale nie może to być forma przekupywania, lecz raczej nagrody. Z czasem ten bodziec stanie się zbędny.
- Kontroluj, co mówisz. Zamiast: „już możemy wracać do domu”, powiedz: „teraz możemy iść do domu”. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.
- Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu – to powoduje niepotrzebny stres.
- Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata lub inna osoba, którą dziecko zna.
- Staraj się określać, kiedy przyjdiesz po dziecko, w miarę dokładnie: nie mów „przyjdę, kiedy skończę pracę”, ponieważ dziecko nie wie, o której godzinie rodzice

kończą pracę. Lepiej powiedzieć: „odbiorę cię z przedszkola po obiedzie/po zupie”. Jest to dla dziecka dobra miara czasu gdyż wie, kiedy są posiłki. Najważniejsze jest to, by dotrzymywać słowa!

- Nie okazuj negatywnych emocji: nie płacz, nie wracaj pod drzwi, gdy słyszysz, że dziecko płacze. Takie zachowania są u dziecka rozpoczynającego funkcjonowanie poza środowiskiem rodzinnym zupełnie normalne! Jednak, kiedy zobaczy, że rodzic czuje się niepewnie w sytuacji pozostawiania go w przedszkolu, będzie miało wrażenie, że dzieje się coś złego, a to spotęguje stres.
- Każde dziecko uspokaja się w zasadzie od razu po zamknięciu drzwi do sali, ponieważ absorbują je nowi koledzy, wielość zabawek, a życzliwa i uśmiechnięta pani zawsze dziecko przytuli, weźmie na kolana i uspokoi zajmując uwagę dziecka czymś miłym i pozytywnym.
- Tłumacz dziecku, że reguły obowiązujące w przedszkolu są dobre. Dzieci lubią, gdy ich świat jest uporządkowany i ma swoją harmonię. Brak zasad i wymogów ze strony nauczyciela sprawia, że dziecko odczuwa chaos, a to powoduje brak poczucia stabilności i bezpieczeństwa w nowym miejscu.
- Wszystkie wątpliwości lub pytania kieruj do nauczyciela. To osoba, która spędza z dzieckiem większość dnia, więc doskonale je zna i jest kompetentna w swoim zawodzie. Na pewno uzyskasz pomoc i osiągniesz porozumienie. Dziecko widząc, że rodzice rozmawiają z nauczycielem, czuje się bezpieczne.

PAMIĘTAJ!

ŻEGNAJ I WITAJ SWOJE DZIECKO ZAWSZE Z UŚMIECHEM

JAK MOŻNA UŁATWIĆ DZIECKU ADAPTACJĘ?

Szanowni Rodzice !

Już teraz należy zachęcać i motywować dziecko do:

- samodzielnego ubierania się w to, co nie stanowi dla dziecka problemu,
- zapinania guzików, wkładania butów i zawiązywania sznurowadeł, lub zapinania bucików na „rzepy”,
- korzystania z sedesu, używania papieru toaletowego,
- wycierania nosa w chusteczkę,
- samodzielnego mycia rąk,
- rysowania kredkami, farbami, zabaw plasteliną,
- spacerowania i nie używania wózka,

- spożywania posiłków samodzielnie.

W naszym przedszkolu sporo uwagi poświęcamy prawidłowemu odżywianiu dzieci. Zwracamy uwagę na to, by posiłki dla dzieci były atrakcyjne i różnorodne. Umiejętność gryzienia pokarmów jest konieczna, gdyż potrawy nie są miksowane. Zachęcamy do podawania dzieciom w domu do gryzienia: marchewki, kalarepki, jabłek. Gdyby dziecko miało w przedszkolu problemy ze spożywaniem posiłków, przebijaniem się, załatwianiem potrzeb fizjologicznych, itp., otrzyma pomoc w każdej z tych dziedzin.

UBIERANIE DZIECKA DO PRZEDSZKOLA

Zachęcamy Państwa do skompletowania dziecku odzieży wygodnej, przewiewnej i łatwej do ubierania przez samo dziecko:

- spodnie, spódniczki na gumkę nie za ciasną, nie za luźną,
- buty wyjściowe łatwe do zakładania, zapinane na „rzepy” lub sznurowane. (nie drewniaki i nie śliskie),
- ubranie na cebulkę, które zabezpiecza przed przegrzaniem lub zziębnięciem,
- pantofle na gumowej podeszwie, zakryte, nie sznurowane, na „rzepy”, oznakowane inicjałami dziecka,
- nakrycie głowy: w okresie letnim – kapelusik, chusteczka dla dziewczynki, dla chłopca – czapka z daszkiem, w zimie – czapki,
- piżamka wciągana, podpisana imieniem i nazwiskiem dziecka,
- zapasowe: majteczki, koszulka, rajstopki, które będą przechowywane na półeczce dziecka w szatni i wykorzystywane, gdy zajdzie taka potrzeba,
- biżuteria: pozostaje w domu,
- należy zwrócić uwagę na sprawność suwaków w kurtkach dziecięcych. Dzieci nie potrafią same ich naprawić, nauczycielki pomagają, ale robią to kosztem nie zwracania uwagi na inne dzieci. 3 - latki nauczą się szybko je zapinać i rozpinąć, ale muszą być one sprawne.

Powyższe uwagi wypływają z troski o dzieci, dbania o ich bezpieczeństwo, z doświadczenia w pracy z dziećmi trzyletnimi. Mam nadzieję, że będą one pomocne dla Państwa.