

Program adaptacyjny dla dzieci 2,5-3 letnich na rok szkolny 2021/2022

Adaptacja dziecka do przedszkola

Naturalnym środowiskiem wychowawczym dziecka jest rodzina. To ona kształtuje w dziecku poczucie bezpieczeństwa i pewności. Zaspokajają podstawowe potrzeby psychiczne, do których zalicza się: pomoc, współdziałanie, bezpośredniość osobistych kontaktów. Rodzina pełni ogromną rolę w kształtowaniu opinii postaw, przekazuje system norm i wartości przyjętych w społeczeństwie, którego dziecko ma być członkiem.

Przedszkole jest instytucją, która uzupełnia rodzinę. Ma ono pomóc dziecku w tym, by poradziło sobie w życiu poza ramami rodziny. By po raz pierwszy otworzyło się na innych, nie doświadczając uszczerbku na poczuciu bezpieczeństwa.

Rozpoczęcie edukacji przedszkolnej to przełomowy moment w życiu każdego dziecka. Dla wielu z nich to pierwszy kontakt z grupą społeczną. Początki pobytu dziecka w przedszkolu to trudny okres i sprawdzian zarówno dla dzieci jak i ich rodziców, którzy niejednokrotnie motywowani miłością utrudniają swoim postępowaniem spokojniejsze zaakceptowanie przez dziecko nowej w ich życiu bardzo stresującej sytuacji.

Każde dziecko jest inne, dlatego proces adaptacji do nowego środowiska może przebiegać różnie. Jeżeli po wejściu do budynku przedszkola dziecko szybko się uspokaja, z ochotą wchodzi do sali, wtedy nie ma powodu do lęku przed rozłąką. Ale nawet i wtedy rodzice powinni wiedzieć, że dziecko, które dotąd chętnie przychodziło do przedszkola np. po pewnym okresie może zacząć płakać. Wtedy należy to przetrwać. Są również i takie dzieci, które płaczą przez pierwszy okres pobytu w przedszkolu, a po pewnym czasie tak dobrze się tu czują, że nie chcą wracać do domu.

Przyczynami problemów, w przystosowaniu się dziecka, mogą być:

- nieznanostwo sytuacji, miejsca, pań, zabawek, rówieśników itd. itp.,
- brak poczucia bezpieczeństwa i przynależności do grupy przedszkolnej,
- niedostateczna gotowość psychiczna do podjęcia nowych doświadczeń,
- brak odpowiedniego przygotowania rodziców do procesu adaptacji dziecka w przedszkolu.

Zakładając, że decyzja o oddaniu dziecka do przedszkola jest przemyślana i umotywowana, rodzic musi być przekonany, że nikt nie będzie chciał go skrzywdzić, a dziecko będzie miało doskonałe możliwości dalszego rozwoju.

Proces adaptacji dziecka do przedszkola w znacznym stopniu ułatwia również posiadanie przez dziecko umiejętności w zakresie prostych czynności

samoobsługowych takich jak: jedzenie, mycie i wycieranie rąk i twarzy, ubieranie i rozbieranie się, komunikowanie swoich potrzeb.

Aby rozwiązać trudności wynikające z pobytu w nowym środowisku, warto:

- budować atmosferę zaufania, poczucia bezpieczeństwa oraz przynależności do grupy,
- wyrabiać orientację czasową w rozkładzie dnia w przedszkolu,
- przyswajając wiedzę o przeznaczeniu pomieszczeń znajdujących się w przedszkolu,
- ograniczyć do minimum liczbę bodźców utrudniających adaptację,
- nawiązać współpracę przedszkola z rodzinami w celu pełnego przygotowania dziecka do roli przedszkolaka.

Aby złagodzić dyskomfort rozstania, zmniejszyć do minimum negatywne emocje dziecka wynikające z nowej sytuacji, przygotowaliśmy dla rodziców kilka rad ułatwiających proces adaptacji ich pociech w przedszkolu.

Główne założenia programu adaptacyjnego:

- objęcie programem adaptacji wszystkich dzieci rozpoczynających lub kontynuujących edukację w najmłodszej grupie przedszkolnej „Jeżyki” ze szczególnym uwzględnieniem dzieci 2,5-3 letnich oraz ich rodziców
- zasygnalizowanie problemu adaptacji przedszkolnej
- wspomaganie dzieci w procesie adaptacji do życia w warunkach przedszkolnych poprzez umożliwienie poznania nowego otoczenia w poczuciu bezpieczeństwa i atmosferze zabawy oraz zaufania
- wyrabianie orientacji czasowej dzieci w rozkładzie dnia w przedszkolu
- przyswajanie przez dzieci wiedzy o przeznaczeniu pomieszczeń znajdujących się w przedszkolu
- kształtowanie u dzieci poczucia przynależności do grupy przedszkolnej
- przygotowanie rodziców do udzielania pomocy i wsparcia psychicznego swojemu dziecku
- obniżenie do minimum lęku rodziców, związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę nauczycielek przedszkola
- nawiązanie pozytywnych relacji z rodzicami

Główne cele programu adaptacyjnego:

- ***dla dzieci:***
 - zmniejszenie negatywnych uczuć związanych z nową sytuacją,

- szybsze poznanie i akceptacja nowego otoczenia,
- przezwyciężenie strachu przed nowymi osobami, miejscami, zadaniami,
- poznanie nauczycieli i personelu przedszkola oraz pomieszczeń,
- nawiązanie pozytywnych, serdecznych relacji z innymi dziećmi w grupie,
- akceptowanie kolegów i wzajemne współdziałanie,
- pokonanie nieśmiałości, lęku, słabości,
- uświadomienie, że pobyt w przedszkolu może być cudowną zabawą i wspaniałą przygodą;
- *dla rodziców:*
 - zapoznanie z rozkładem dnia w przedszkolu,
 - poznanie warunków, w jakich będzie przebywało dziecko (wygląd pomieszczeń, wyposażenie placówki itd. itp.),
 - zaznajomienie się z wymaganiami dotyczącymi uczestnictwa w życiu przedszkola,
 - obserwowanie zachowania dziecka na tle innych rówieśników,
 - nawiązanie współpracy z przedszkolem,
 - przezwyciężanie obaw przed zostawieniem dziecka w przedszkolu,
 - włączenie się do wspólnych zabaw z dzieckiem;
- *dla nauczycieli:*
 - nawiązanie bliskiego, serdecznego kontaktu z dziećmi i ich rodzicami,
 - obserwowanie zachowania i zainteresowań dzieci, w celu lepszego przygotowywania zajęć edukacyjnych,
 - poznanie relacji rodziców dotyczącej sposobu zachowywania się dziecka w domu, nawyków żywieniowych, upodobań, uzdolnień,
 - poznanie opinii dotyczących przedszkola,
 - poznanie oczekiwań rodziców względem przedszkola.

Dobre rady dla rodziców

Udana adaptacja do grupy przedszkolnej ma istotne znaczenie dla dalszego rozwoju dziecka. Dzięki odpowiedniemu przygotowaniu można w istotny sposób ułatwić dziecku wejście w jego „nowy świat” – w świat przedszkola.

Rodzicu pamiętaj:

- ciesz się z dzieckiem, że następnego dnia idzie do przedszkola,
- rano w domu nie wytwarzaj atmosfery nerwowości i pośpiechu,
- w czasie drogi bądź pogodny, odprężony, spokojny, ciesz się, że twój syn/córka idzie do przedszkola, nie obiecuj mu za to nagrody,
- tłumacz dziecku, jeśli jest to konieczne, że idziesz do pracy, a ono w tym czasie spędzi czas z innymi dziećmi, których rodzice też pracują,
- pozwól mu zabrać z domu ulubioną przytulankę (unikaj małych i niebezpiecznych zabawek) - jeśli sytuacja pandemiczna na to pozwoli,
- wejdź z nim do szatni, pomóż się rozebrać, zwróć uwagę gdzie pozostawiasz jego ubrania - jeśli sytuacja pandemiczna na to pozwoli,
- pożegnanie powinno odbywać się z uśmiechem, bez łez i smutnych spojrzeń, bez zbędnego przedłużania samego momentu rozstania. Pożegnanie powinno być maksymalnie krótkie: uśmiech, buziak i pa-pa,
- pozostawiając dziecko w grupie przedszkolnej nie pokazuj zdenerwowania i niepokoju, dziecko może wyczuwać, że coś mu grozi. Spokojne rozstanie z mamą lub tatą sprawi, że dziecko szybciej się uspokoi i łatwiej nawiąże kontakt,
- jeżeli widzisz, że rozstanie z mamą jest bardzo bolesne dla dziecka, niech do przedszkola przyprowadza go tato lub inny członek rodziny,
- na początku, jeśli masz taką możliwość skróć czas pobytu dziecka w przedszkolu, zabieraj go trochę wcześniej np. po obiedzie i stopniowo wydłużaj pobyt dziecka, a po przyjściu po niego, witaj go uśmiechem,
- nie wywołuj dodatkowego stresu wymuszając na dziecku, by zaraz po przyjściu do domu opowiadało o przedszkolu,
- nie martw się, że dziecko w pierwszych dniach w przedszkolu nie chce się bawić, jest bierne i tylko obserwuje to, co dookoła niego dzieje. Stopniowo przyzwyczai się ono do nowej sytuacji, nowych kolegów i powoli zacznie włączać się do wspólnej zabawy,
- przydadzą się wygodne, podpisane kapcie ze sztywną podeszwą, w dobrym rozmiarze, chroniące przed niechcianym upadkiem lub poślizgiem,
- zakładaj dziecku ubrania, które nie krępują ruchów i można je łatwo zakładać i zdejmować, to znacznie ułatwi samodzielne ubranie się lub rozebranie np. w toalecie czy po drzemce,

- podpisz ubranka i obuwie dziecka- na metce/na podeszwie, gdyż często zdarza się, że koleżanka lub kolega na bardzo podobną lub nawet identyczną garderobę w takim samym rozmiarze,
- zawsze dostosuj ubranie i obuwie, do panujących na dworze warunków atmosferycznych – niemal codziennie wychodzimy na spacer i/lub bawimy się na placu zabaw,
- w przedszkolu jest mnóstwo okazji, podczas których dzieci działają samodzielnie, dlatego mogą się czasem pobrudzić, warto zrezygnować z kosztownych sukienek balowych, eleganckich koszul albo po prostu przebrać dziecko przed wyjściem z budynku przedszkola,
- przygotuj dodatkowe ubrania również bieliznę- nawet jeśli dziecko zgłasza potrzeby fizjologiczne, podczas zabawy lub posiłku zawsze mogą się pobrudzić lub coś przypadkowo rozlać albo na spacerze wpaść w kałużę, umieszczone w szatni przedszkolnej będą zawsze pod ręką,
- w czasie jesiennych spacerów przydatne mogą się okazać kalosze, a zimą rękawiczki z jednym placem- łatwiej je zakładać najmłodszym dzieciom, grubsze spodnie narciarskie- chronią przed zimnem podczas mroźnych dni i są dość dobrym izolatorem wilgoci oraz odporne na wilgoć i mróz buty typu śniegowce- łatwo je zakładać i zdejmować najmłodszym pociechom,
- przydatne będą także chusteczki jednorazowe, chusteczki nawilżane- pozwolą na wykonanie niezbędnych zabiegów higienicznych w razie zaistniałej potrzeby,
- pod żadnym pozorem nie przyprowadzaj dziecka, które jest chore lub niedoleczone – nauczyciele i nikt z kardy nie może podawać żadnych leków, witamin itp. substancji. Dodatkowo każdy nauczyciel, pełniący dyżur na porannej zmianie ma prawo odmówić przyjęcia dziecka do grupy, jeśli zauważy niepokojące objawy np.: kaszel, katar, wysypkę itd. itp.
- dziecko powinno być wyspane, aby prawidłowo funkcjonować w grupie przedszkolnej, dlatego już dzień wcześniej zadbaj o jego prawidłowy sen kładąc dziecko odpowiednio wcześnie do łóżka.

Realizatorami programu adaptacyjnego będą dyrekcja placówki, nauczyciele grupy najmłodszej „Jeżyki”.

Termin realizacji programu przewidziany jest od początku sierpnia aż do końca października 2021r.

Plan programu adaptacyjnego

Lp.	Działania sprzyjające realizacji treści programu adaptacyjnego	Termin	Odpowiedzialni
1.	Pobyty w przedszkolu dzieci na godziny.	Od początku sierpnia 2021r.	Nauczycielki grup
2.	Pierwsze zebranie z rodzicami: <ul style="list-style-type: none">• poznanie nauczycielek poszczególnych grup;• zapoznanie rodziców za statutem i regulaminem przedszkola, podstawą programową, programem wychowania przedszkolnego;• wypełnienie przez rodziców ankiet informacyjnych o dziecku,• zaproszenie do aktywnego uczestnictwa podczas dni adaptacyjnych w przedszkolu (jeśli sytuacja pandemiczna na to pozwoli)	26.08.2021r.	Dyrektor Nauczycielki grup
3.	„Witamy w przedszkolu”: <ul style="list-style-type: none">• pierwsze dni dzieci 2,5-3 letnich w przedszkolu	Wrzesień 2021r.	Nauczycielki grup Pracownicy przedszkola
4.	„Pasowanie na przedszkolaka”: <ul style="list-style-type: none">• uroczyste przyjęcie nowych dzieci do grona przedszkolaków,• wręczenie pamiątkowych dyplomów	Październik 2021r.	Dyrektor Nauczycielki grup