

Radosny start

**Program Adaptacyjny
Przedszkola Samorządowego nr 43
w Kielcach**

I. WSTĘP

*„KIEDY ŚMIEJE SIĘ DZIECKO,
ŚMIEJE SIĘ CAŁY ŚWIAT.”*

Janusz Korczak

Rozpoczęcie przez dziecko edukacji przedszkolnej to jeden z najważniejszych dla niego momentów w życiu, dla niejednego małego człowieka to pierwsze rozstanie z ukochanymi rodzicami. Każde dziecko przeżywa ten czas na swój sposób, są dzieci, którym przychodzi to z łatwością, ale u niektórych jednak rozstanie na kilka godzin z rodzicami często wywołuje poczucie lęku, strachu, zagrożenia, nieufność, osamotnienie. Dziecko „rzucone na głęboką wodę”, które musi odnaleźć się w nowej, zupełnie nieznannej rzeczywistości, czuje się zagubione, a jego reakcją jest niejednokrotnie płacz, bunt, krzyk czy izolacja.

Aby ułatwić małym przedszkolakom wejście w nowe otoczenie, złagodzić ból rozstania warto przygotować do tego zarówno dzieci jak i rodziców.

Wszyscy pracownicy naszej placówki pragną, by każde dziecko było w przedszkolu radosne i szczęśliwe. Jako zespół dorosłych chcemy pomóc każdemu dziecku w jego rozwoju uwzględniając indywidualność, możliwości i potrzeby. Co więcej, pragniemy zdobyć zaufanie rodziców poprzez zapewnienie dziecku najlepszej opieki. Zależy nam na dobrej współpracy z rodzicami, którzy w adaptacji swoich pociech mogą odegrać kluczową rolę.

Naszym życzeniem jest, aby jak najwięcej rodziców i dzieci skorzystało z zajęć adaptacyjnych, ponieważ na pewno ułatwiają one start „małego człowieka” w życiu przedszkola. Rodzicom pozwoli to ze spokojnym sercem i pełnym zaufaniem pozostawić swoje największe skarby pod opieką nauczycieli.

Założeniem programu jest zmniejszenie negatywnych uczuć związanych z nową sytuacją, pomoc zarówno dzieciom, jak i rodzicom w zniwelowaniu stresu związanego z nową dla nich sytuacją tak, aby stworzyć optymalne warunki do bezstresowego „wejścia” do przedszkola.

II. CELE PROGRAMU:

- Wspomaganie dziecka w procesie przystosowania do życia w warunkach przedszkolnych poprzez umożliwienie mu poznania nowego otoczenia w poczuciu bezpieczeństwa
- Kształtowanie poczucia przynależności do grupy przedszkolnej
- Przygotowanie rodziców do udzielania dziecku wsparcia psychicznego i pomocy w procesie przystosowania
- Obniżenie lęku rodziców związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę personelowi przedszkola
- Tworzenie atmosfery miłości, radości, zaufania oraz zaspokajanie potrzeby poczucia bezpieczeństwa dzieci – sprzyjającej adaptacji w przedszkolu i eliminowanie stresu adaptacyjnego
- Motywowanie dzieci do podejmowania działań i zachowań sprzyjających w integrowaniu się z przedszkolem
- Poznanie oczekiwań rodziców wobec przedszkola (ich upodobania, potrzeby dzieci), najczęstszych obaw z nim związanych
- Zapoznanie rodziców z kadrami pedagogicznymi i pracownikami przedszkola, zadaniami i planem pracy w przedszkolu

III. EFEKTY WDRAŻANIA PROGRAMU ADAPTACYJNEGO:

- Ograniczenie lęku i zachęcanie dzieci do przebywania w grupie przedszkolnej
- Złagodzenie trudności w przystosowaniu się dzieci do przedszkola
- przystosowanie dzieci do warunków nowego otoczenia w sposób łagodny i bezstresowy
- Przyzwyczajenie do przebywania w grupie rówieśniczej
- włączenie rodziców do udzielania dziecku wsparcia psychicznego i pomocy w procesie przystosowania do nowych warunków życia przedszkolnego
- Wzbogacenie pozytywnych doświadczeń dzieci w kontaktach z dorosłymi i rówieśnikami

PROGRAM ADAPTACYJNY POMOŻE DZIECIOM :

- Zmniejszyć negatywne uczucia związane z nową sytuacją
- Przewyciężyć strach przed nowym otoczeniem
- Poznać nauczycieli oraz pomieszczenia przedszkolne
- Nawiązać kontakt z innymi dziećmi
- Pokonać nieśmiałość, poczucie niepewności i lęku
- Uświadomić sobie, że pobyt w przedszkolu może być dla nich ciekawą i wesołą zabawą

PROGRAM ADAPTACYJNY POZWOLI RODZICOM:

- Poznać warunki, w jakich będzie przebywało ich dziecko
- Poznać nauczycieli i pracowników
- Obserwować zachowania dziecka na tle rówieśników
- Przewyciężyć obawy przed zostawieniem dziecka w środowisku przedszkolnym
- Uzmysłować, że pobyt dziecka w przedszkolu jest ciekawą formą działania- zabawy połączonej z nauką i pracą
- Zaznajomić się z rozkładem dnia w przedszkolu
- Zaznajomić się z wymaganiami dotyczącymi uczestnictwa w życiu przedszkola
- Nawiązać współpracę z przedszkolem

PROGRAM ADAPTACYJNY POMOŻE NAUCZYCIELOWI:

- Nawiązać bliski kontakt z dziećmi i rodzicami
- Obserwować ich zachowania co wpłynie na lepsze planowanie pracy we wrześnieu
- Poznać relacje rodziców dotyczące sposobu zachowania się dziecka w domu, nawyków żywieniowych, upodobań
- Poznać opinie dotyczące przedszkola
- Poznać oczekiwania rodziców w stosunku do przedszkola

IV. FORMY REALIZACJI:

1. Zapisy dzieci do przedszkola
2. Spotkanie z rodzicami dzieci przyjętych do przedszkola (pierwszorocznych) – miesiąc- maj/czerwiec
 - a. Zaprezentowanie warunków lokalowych,
 - b. Zaprezentowanie rozkładu dnia
 - c. Zaznajomienie rodziców ze zwyczajami przedszkolnymi
 - d. Zaznajomienie rodziców z przygotowaniem kadry
 - e. Przedstawienie orientacyjnego kosztu pobytu dziecka i możliwości uzyskania pomocy finansowej
 - f. Przedstawienie rodzicom jakimi umiejętnościami powinien wykazywać się kandydat na przedszkolaka, uświadomienie konieczności usamodzielniania dziecka- tzw. wskazówki dla rodziców „Jak pomóc dziecku w rozstaniu”.(załącznik nr 1)
 - g. Wypełnienie przez rodziców ankiet informacyjnych o dziecku pomocnych w szybszym dotarciu do nowego wychowanka (załącznik nr 2)
 - h. Poinformowanie rodziców o dniach otwartych, konsultacjach, zebraniach, uroczystościach przedszkolnych.

3. „Dni otwarte” – jeden tydzień w miesiącu czerwcu
 - a. Udział dzieci i rodziców we wspólnych zabawach integracyjnych w sali oraz na placu zabaw- poznanie otoczenia (przykładowe scenariusze zabaw- załącznik nr 3).
4. Zebranie ogólne i grupowe- miesiąc wrzesień- sprawy organizacyjne, finansowe, zachęcenie rodziców do współpracy,
5. Zabawy integracyjne z przedszkolakami z najstarszych grup.
6. Pasowanie na Przedszkolaka- miesiąc październik.

Załącznik nr 1

APEL DO RODZICÓW „GDY DZIECKO STAJE SIĘ PRZEDSZKOLAKIEM”

- ✚ Przygotuj dziecko do rozstania z mamą:
- ✚ Nie przeciągaj pożegnania w szatni, pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź;
- ✚ Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu, jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami może wszystko wymusić;
- ✚ Nie obiecuj: jeśli pójdziesz do przedszkola coś dostaniesz- kiedy będziesz odbierać dziecko możesz mu dać maleńki prezencik, ale nie może to być forma przekupywania;
- ✚ Kontroluj to 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, aby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres;
- ✚ Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze postaraj się, aby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata, rozstanie z tatą są mniej bolesne;
- ✚ Czas pobytu małych dzieci w przedszkolu w pierwszych dniach nie powinien być długi. Jeśli to możliwe, odbieraj dziecko wcześniej np. po obiedzie. Potem stopniowo zwiększaj czas pobytu dziecka w przedszkolu;
- ✚ Nie spóźniaj się z odbieraniem! Jeśli obiecałeś, że przyjdiesz wcześniej dotrzymaj słowa;
- ✚ Pamiętaj: żegnaj i witaj dziecko zawsze z uśmiechem.
- ✚ Ucz dziecko samodzielności, dzieci samodzielne łatwiej adoptują się do nowych sytuacji, lepiej radzą sobie w grupie rówieśniczej
- ✚ Ubieraj dziecko wygodnie, tak aby mogło samo i szybko się rozebrać.

Załącznik nr 2

„MOJE DZIECKO...”

Imię i nazwisko dziecka:

Wiek dziecka:

1.Samodzielność

Proszę zaznaczyć te określenia, które najlepiej charakteryzują Państwa dziecko:

- potrafi samo się ubrać
- ubiera się przy niewielkiej pomocy osoby dorosłej
- wymaga pomocy przy ubieraniu
- samo radzi sobie z jedzeniem
- wymaga niewielkiej pomocy przy jedzeniu
- trzeba je karmić
- pamięta o potrzebach fizjologicznych i radzi sobie samo przy ich zaspokajaniu
- trzeba je pilnować, bo zapomina o zgłaszaniu potrzeb fizjologicznych
- inne uwagi dotyczące samodzielności dziecka:

.....

2.Jedzenie

Proszę zaznaczyć te określenia, które najlepiej opisują Państwa dziecko:

- praktycznie je wszystko, nie ma specjalnych upodobań
- jest wiele potraw, których dziecko nie lubi i nie chce jeść, oto i one:

.....

- jest niejadkiem
- dziecko ma specjalne potrzeby związane z jedzeniem, takie jak:

.....

- jest alergikiem uczulonym na:

.....

3.Odpoczynek / relaks

Proszę zaznaczyć te określenia, które najlepiej charakteryzują Państwa dziecko:

- jest przyzwyczajone do odpoczynku po obiedzie, zasypia bez kłopotu
- trzeba je nakłaniać do odpoczynku, zasypia z trudnością
- nie ma potrzeby odpoczynku po obiedzie
- zachowuje się jeszcze inaczej:

.....

4.Zainteresowania i uzdolnienia

Proszę zaznaczyć te określenia, które najbardziej pasują do Państwa dziecka:

- wykazuje uzdolnienia w obszarze:

.....

- bardzo interesuje się:

.....

- bardzo lubi:

.....

-nie lubi:

.....

5. Inne informacje o dziecku:

.....
.....
.....

6. Jakie są Państwa oczekiwania w stosunku do przedszkola?

.....
.....
.....

Dziękujemy za wypełnienie ankiety!

Załącznik nr 3

PPZYKŁADY WSPÓLNYCH ZABAW ORGANIZOWANYCH W TRAKCIE DNI OTWARTCH

„Pociąg do przedszkola”

Zabawa ruchowa z piosenką „Jedzie pociąg z daleka”.

Wprowadzam: teraz pojedziemy na wycieczkę do przedszkola pociągiem.

Śpiewam, dzieci i rodzice tworzą pociąg.

Każda stacja to zapoznanie dziecka z kącikami zainteresowań, znajdującymi się tam przedmiotami (z zaznaczeniem, że zabawki po zakończonej zabawie chcą wrócić na swoje miejsce, bo to ich domek), zapoznanie z łazienką.

„Pociąg na łąkę”

Zabawa ruchowa z piosenką „Pędzi pośpieszny pociąg”.

Wprowadzam: pojedziemy pociągiem w daleki świat, będziemy zwiedzać bajkowe krainy, a w nich pobawimy się z ich mieszkańcami.

Tak kolejno zwiedzamy: stację „pieskowo” zamieszkałą przez pieski (dzieci naśladują głosem i ruchem pieski); „kotkowo”; „zajączkowo”; „motylkowo” itp. Zabawa trwa do momentu, gdy przestaje być interesująca dla dzieci.

„Na łące”

Nauczycielka pokazuje zwierzątka, pyta jak one wołają do swoich mam-dzieci naśladują odgłosy zwierząt.

Dzieci- małe zwierzątka- biegają po łące w rytm tamburyna, rodzice stoją w kole. Na sygnał dzieci biegną do rodziców i naśladują głosem zwierzątko, które pokazują. Zabawa trwa do momentu, gdy przestaje być interesująca dla dzieci.

„Dreszczyk”

Dziecko leży na brzuchu, głowa ułożona na rękach, obok siedzi rodzic.

Nauczycielka mówi wiersz demonstrując czynności, które rodzice powtarzają na ciele dziecka.

- ✓ Tędy płynie rzeczka (ruch falisty od głowy do bioder)
- ✓ Idzie pani na szpileczkach (stukanie palcami wskazującymi wzdłuż kręgosłupa)
- ✓ Tu przebiegły konie- patataj (stukanie piastami wzdłuż kręgosłupa)
- ✓ Tedy przeszły słonie (klepanie dłońmi ułożonymi w kształcie łódeczki)
- ✓ A tu idzie szczypraweczka, (leciutkie szczypanie od krzyża do głowy)
- ✓ zaświeciły dwa słoneczka (dłonie otwarte, palce złączone, masaż spiralny wzdłuż kręgosłupa)

- ✓ spadł drobniutki deszczyk (lekkie pukanie wszystkimi palcami)
- ✓ czy przeszedł cię dreszczyk (lekkie szczypanie szyi)

Zabawę powtórzyć 2 razy, potem zmiana ról.

„Masaż z myszką”

Rodzic klęka za leżącym na brzuchu dzieckiem, ujmuje jego nogę i ugina w kolanie. Nauczycielka mówi tekst, a dorosły ilustruje go ruchami dłoni na łydce ugiętej nogi (zawsze od pięty do kolana).

Cichutko, cichutko w puszystej kurteczce,

Chodziła raz myszka po gładkiej półeczce (powolne głaskanie)

Znalazła ser żółty, ząbkami go jadła (powolne, lekkie ściskanie, szczypanie)

Strzepnęła okruszki (szybkie klepanie, strzepywanie)

W kąciku usiadła, okruszki zebrała,

Ząbkami je zjadła (powolne ściskanie)

Po gładkiej półeczce chodziła w kurteczce (głaskanie).

Masaż można powtórzyć, wykonując go na rękach leżącego na wznak dziecka.