

PROGRAM ADAPTACYJNY



„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”

Przedszkole jest pierwszym ogniwem w procesie edukacji. Przekroczenie progów placówki przez dziecko rozpoczyna nowy etap w jego rozwoju. Jest to moment trudny i bardzo znaczący. Dla wielu dzieci oznacza pierwsze kontakty z rówieśnikami, rozstanie z najbliższymi osobami, czy też funkcjonowanie w nieznanym dotąd środowisku.

Adaptacja dziecka do przedszkola to sytuacja wzbudzająca silne emocje. Dziecko czuje się wyrwane z rodzinnego układu, który gwarantuje mu poczucie stabilności, bezpieczeństwa i zrozumienia. Z dnia na dzień zostaje wprowadzone w nieznanne środowisko.

Niektóre dzieci łatwo przystosowują się do nowych warunków przedszkolnych, inne mają duże trudności. Mogą na nie reagować płaczem, wycofaniem, zaburzeniem funkcjonowania, które może prowadzić do lęku, a nawet urazu.

By rozładować negatywne doznania i emocje dziecka, zapewnić jego prawidłowy rozwój oraz móc budować poczucie zaufania i bezpieczeństwa opracowano program adaptacyjny.

Sytuację stresową przeżywają również rodzice, którzy muszą oddać swoje dziecko pod opiekę instytucji. Rodzi się w nich niepokój, strach, lęk, niepewność, poczucie winy. Istotną więc staje się akceptacja wychowawców, ich metod pracy, a także całego środowiska przedszkolnego.

Cele główne programu:

- stwarzanie dzieciom warunków umożliwiających szybką i łatwą adaptację w nowym środowisku społecznym,
- nawiązanie współpracy z rodziną dziecka w celu określenia wspólnych działań dotyczących adaptacji i stworzenia atmosfery wzajemnego zaufania i akceptacji.

Cele szczegółowe programu:

W stosunku do dziecka:

- skrócenie czasu adaptacji do warunków przedszkolnych,
- obniżenie lęku przed rozstaniem z rodzicami,
- integracja ze środowiskiem przedszkola,
- poznanie nowych osób (wychowawczynie, pracownicy przedszkola),
- nawiązanie więzi emocjonalnej z nauczycielem i grupą,
- poznanie nowego otoczenia (sali, łazienki, szatni i innych pomieszczeń, a także ogrodu przedszkolnego),
- kształtowanie umiejętności społecznych,
- wdrażanie norm i zasad panujących w grupie,
- wspomaganie w opanowaniu czynności samoobsługowych,
- budowanie poczucia własnej wartości.

W stosunku do rodziców:

- obniżenie lęku związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę personelu przedszkola,
- uświadomienie potrzeb emocjonalnych dziecka,
- uczulenie rodziców na sytuacje trudne spotykane przez dziecko w przedszkolu,
- nawiązanie relacji z wychowawcą oraz innymi pracownikami przedszkola,
- budowanie zaufania między nauczycielem a rodzicem,
- integracja rodziców między sobą,

- zapoznanie z ramowym rozkładem dnia oraz pomieszczeniami przedszkola

SPOSÓB REALIZACJI:

Działania zmierzające do osiągnięcia celów są skierowane na rodziców i dzieci. Program został podzielony na kilka etapów i trwa już od momentu zapisu dziecka do przedszkola.

Lp.	Szczegółowe formy realizacji Programu	Termin
1.	<p>Zapisy dziecka do przedszkola:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozmowy indywidualne z rodzicami i dziećmi podczas zapisywania do przedszkola, - zwiedzanie przedszkola, - podanie rodzicom strony internetowej przedszkola. 	KWIECIEŃ
2.	<p>Zorganizowanie „drzwi otwartych”:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zapoznanie z budynkiem i ogrodem przedszkolnym, - zapoznanie rodziców ze szczegółową działalnością przedszkola, - zapoznanie dzieci i rodziców z nauczycielkami, - zapoznanie rodziców z rodzajami trudności związanych z adaptacją dziecka, - upowszechnienie wiedzy na temat rozwoju i potrzeb dzieci, - wręczenie ulotek z wyprawką dla danej grupy, - udział dzieci w zabawach i zajęciach zespołowych oraz indywidualnych w salach 	CZERWIEC

	<p>i ogrodzie przedszkola,</p> <ul style="list-style-type: none"> - zorganizowanie dla dzieci zajęć plastycznych, muzycznych, ruchowych, - stworzenie serdecznej atmosfery sprzyjającej zdobyciu zaufania dzieci i ich rodziców. 	
3.	<p>Wypełnienie przez rodziców ankiety informacyjnej o dziecku.</p> <p>Umożliwienie rodzicom wprowadzenie dziecka do sali i krótkie z nim przebywanie przez pierwsze dni.</p> <p>Zapoznanie dzieci z rozkładem dnia w przedszkolu.</p> <p>Przynoszenie przez dzieci własnych zabawek, przytulank.</p>	WRZESIEŃ
4.	<p>Zorganizowanie spotkania informacyjnego dla rodziców:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zapoznanie rodziców z harmonogramem dnia dzieci w danej grupie, podstawą programową, przyjętym programem, programem rozwoju przedszkola, planem pracy na dany rok szkolny, ofertą zajęć dodatkowych, - ustalenie planu współpracy, -ustalenie zasad kontaktu, - wybory do Rady Rodziców. 	WRZESIEŃ
5.	<p>Zajęcia i zabawy adaptacyjne z dziećmi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zabawy integracyjne – poznanie osób pracujących w grupie, poznanie imion kolegów, - zajęcia umożliwiające zapoznanie dzieci z salą zabaw, zabawkami, znaczkami 	<p>WRZESIEŃ</p> <p>PAŹDZIERNIK</p> <p>LISTOPAD</p>

	indywidualnymi, szatnią oraz łazienką.	
6.	<p>Adaptacja rodziców:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kontakty indywidualne z rodzicami, - zebrania grupowe, - wykłady i pogadanki, - udział w organizowanych imprezach i uroczystościach, - udział w zajęciach otwartych, - umożliwienie kontaktu ze specjalistami. 	CAŁY ROK
7.	<p>Aktualizowanie tablicy informacyjnej dla rodziców:</p> <ul style="list-style-type: none"> - propozycje zadań edukacyjnych i wychowawczych do pracy z dziećmi na dany miesiąc, - repertuar wierszy i piosenek do pracy z dziećmi, - aktualności z życia grupy, - ogłoszenia, - propozycje literatury pedagogicznej dotyczącej, np. adaptacji, rozwoju społeczno-emocjonalnego. 	CAŁY ROK
8.	<p>Wspomaganie dziecka w procesie przystosowania się do życia w grupie przedszkolnej:</p> <ul style="list-style-type: none"> - nauka i doskonalenie czynności samoobsługowych, - rozwijanie umiejętności społecznych, - pomoc w zaspakajaniu potrzeby bezpieczeństwa, akceptacji, budowaniu 	CAŁY ROK

	pozytywnego obrazu własnej osoby, - wdrożenie do funkcjonowania w rytmie dnia przedszkolnego, - wdrożenie do odkładania zabawek, środków dydaktycznych na miejsce ich przechowywania.	
--	---	--

Propozycje zabaw integracyjnych

1. Piosenka na powitanie – piosenka śpiewana na melodię „Panie Janie”

Witaj Kasiu bis
 do nas chodź bis
 wszyscy cię lubimy bis
 z nami bądź. bis

2. Zabawa „Ja i Ty” – dzieci maszerują, na sygnał STOP, zatrzymują się tworząc pary. Stojąc w miejscu pokazując na siebie mówią „Ja”, następnie pokazują na partnera mówią „Ty”, uderzają wzajemnie w dłonie mówiąc „To my”.

3. Zabawa słowna „Ludwiczku” – dzieci siedzą w kole, nauczycielka uzgadnia z dziećmi, iż każde musi wymienić nazwę owocu, rzuca piłkę do dziecka i mówi:

-Ludwiczku, Ludwiczku
 co niesiesz w koszyczku?

Dziecko, które złapało piłkę odpowiada i rzuca piłkę do innego dziecka.

4. Zabawa „Pracusicie i leniuszki” – pracusicie wykonują różne czynności, np. zamiatają, podlewają kwiaty, układają zabawki..., leniuszki – przeciągają się, ziewają, poruszają się bardzo wolno itp.

5. Zabawa z piłką „Jestem piłką” – dzieci stoją w kole, nauczycielka wraz z piłką znajduje się w jego środku. Dzieci zamieniają się w piłki i naśladują wszystkie ruchy, jakie wykonuje piłka poruszana przez nauczycielkę:

- nauczycielka odbija piłkę o podłogę w różnym tempie, dzieci skaczą obunóż,
- w miejscu w takim samym tempie jak piłka,
- nauczycielka kołysze piłkę, trzymając ją oburącz wysoko nad głową, dzieci kołyszą się na boki w tym samym tempie co piłka,
- nauczycielka kręci piłką jak bakiem, dzieci obracają się w miejscu,
- nauczycielka toczy piłkę po podłodze, dzieci kładą się i turlają po podłodze,
- nauczycielka wystukuje piłką różne rytmy, dzieci je wyklaskują.

6. Zabawa „Zajączki” - dzieci siedzą w kole, począwszy od nauczyciela odliczają kolejno. Każdy musi zapamiętać swój numer. Zabawę rozpoczyna nauczyciel, przykładą dłonie do swojej głowy i kiwając nimi (robi zajączka), mówi: zajączek numer jeden pozdrawia zajączka numer..., wywołany zajączek kiwa swoimi „uszami” i pozdrawia następnego, podając swój numer i numer pozdrawianego....

7. Zabawa „Ciasto” – dziecko leżące to ciasto, obok niego klęczy dziecko wyrabiające ciasto. Dziecko klęczące delikatnie je ugniata, poklepuje, głaszcze. Każda para wymienia nazwę swojego „ciasta”. Zmiana ról.

8. Zabawa „Strumyk i drzewa” – dzieci podzielone na dwa zespoły, na sygnał chłopcy stoją, unoszą ręce do góry naśladując szum drzew szszsz..., dziewczynki formują rząd, biegną pomiędzy stojącymi chłopcami jak „wijący się przez las strumyk”. Następuje zmiana ról.

9. Zabawa „Gąski” – dzieci poruszają się po całej sali, zgodnie ze słyszonym akompaniamentem. Na sygnał ustawiają się w rzędzie i idą za wyznaczonym dzieckiem „gęsiego” w różnych kierunkach sali.

10. Zabawa „Salatka jarzynowa” – wszystkie dzieci siedzą na krzeselkach w kole, prowadzący zajmuje miejsce w środku koła. Nauczycielka dzieli dzieci na równe zespoły: marchew, groszek, kukurydza itp. Na hasło „marchew i groszek”, te dzieci zamieniają się miejscami, na hasło „sałatka warzywna”, wszyscy zamieniają się miejscami.

11. Zabawa pantomimiczna „Ciasteczka” – dzieci siedzą wraz z nauczycielką w kole, naśladują za pomocą gestów i mimiki cały proces robienia ciasteczek. Z ręki robią miskę, wysypują po kolei mąkę, cukier, dwie łyżeczki proszku do pieczenia, dwa jajka, wlewają roztopioną margarynę, mieszają wszystkie składniki dużą łyżką. Wyjmują ciasto z miski, kładą na stolnicę, biorą wałek

i dużymi ruchami wałkują ciasto. Biorą foremki i wycinają z ciasta różne kształty: słoneczka, gwiazdki, bałwanki.

12. „Gadająca piłka”- toczenie piłki do kolegi/ koleżanki podając swoje imię.

13. Zabawa „Papuga tiki taki” - Cała grupa siedzi w kręgu wraz z rodzicami. Zabawę rozpoczyna nauczycielka, która wchodzi do środka i obracając się recytuje krótki wierszyk:

Kręci się, koło, kręci się, koło,

wszystkim dzisiaj jest wesoło.

Papuga Tiki- Taki pokaże

wam nowe znaki.

Nauczycielka będąca papugą pokazuje jakieś wymyślone gesty, które cała grupa powtarza. Papuga może też naśladować różne czynności, zachowania zwierząt, pojazdy. Na zakończenie osoba ze środka koła mówi wierszyk:

Już papuga jest zmęczona, raz, dwa, trzy.

Tiki- ,Taki będziesz ty!

i wskazuje palcem kolejną osobę, która będzie papugą.

14. Wolne miejsce – dzieci siedzą na podłodze w siadzie skrzyżnym tworzą koło, zostawiają wolne miejsce, dziecko prosi kolegę:

Miejsce obok mnie jest wolne,

zapraszam Maćka,

by przyszedł tu jak żabka..., ptaszek..., piesek... itd.

15. Podaj swoje imię – dzieci siedzą w kręgu, każdy mówi swoje imię wraz z informacją: co potrafi dobrze robić, można przekazywać z ręki do ręki maskotkę.

16. Piłka w kole – dzieci podają sobie piłkę wymieniając głośno imię dziecka, do którego ją wysyłają.

17. Imię i nastrój – przedstawianie się dzieci, wymieniają swoje imię ze zmianą nastroju:

- smutno,
- z radością,
- ze złością.

18. Powitanie – dzieci tworzą dwa koła, zewnętrzne i wewnętrzne, dzieci z koła wewnętrznego stoją w miejscu, z koła zewnętrznego zwrócone twarzą do swoich partnerów, będą się przesuwali w prawą stronę.

Wszyscy są? – dzieci klaszczą w swoje ręce, potem w partnera.

Witamy was! –j.w.

Zaczynamy już czas – j.w.

Jestem ja – pokazują na siebie.

I jesteś ty – pokazują na partnera.

Raz – klaszczą raz w dłonie partnera.

Dwa – klaszczą w swoje dłonie, jednocześnie przesuwają się o jedno miejsce w prawo i zmieniają partnera.

Trzy – stoją przed nowym partnerem i klaszczą raz w jego dłonie.

19. Ja jestem – nauka imion – każde dziecko po kolei wypowiada swoje imię mówiąc:

Ja – tupnięcie jedną nogą.

Jestem – tupnięcie drugą nogą.

(imię) – podskok na obu nogach.