

WSTĘP

Przekroczenie progu przedszkolnego przez dzieci 3-letnie to moment, w którym wkraczają w zupełnie nowy etap swojego życia. Spotykają się z sytuacją, gdzie przez dłuższy czas mogą pozostać poza domem, pod opieką osób trzecich. Dziecko zaczyna funkcjonować w dwóch różnych środowiskach: rodzinnym i instytucjonalnym. Instytucjonalny charakter sprawowania opieki nad dziećmi wymaga od niego pewnego podporządkowania się narzuconej jemu organizacji życia, przestrzegania pewnych reguł postępowania grupowego, trybu zaspokajania swoich potrzeb. Dziecko musi pogodzić się z brakiem komfortu i intymności, przebywania w gwarze, a nawet w hałasie przez kilka godzin dziennie. Inny problem to wykształcenie u 3-letka poczucia współżycia i współdziałania. Dziecko jest przynależne do grupy, do której mówi się w liczbie mnogiej, a jest ono jeszcze w fazie silnego egocentryzmu i wymaga bliskości oraz uwagi dorosłych. Grupowy charakter życia w przedszkolu nie zaspokaja tych jego potrzeb, przeciwko czemu może się buntować. Na przeżycia w przedszkolu nakładają się zmiany w organizacji życia w rodzinie. Często wraz z faktem oddania dziecka do przedszkola wiąże się podejmowanie przez matkę pracy. Zmienia się dotychczasowy rytm dnia w rodzinie. W następstwie wcześniejszego wstawania pojawia się pośpiech, rosną wymagania rodziców, dziecku poświęca się mniej czasu. To wszystko stanowi dla niego niezrozumiały splot wydarzeń, które mogą być odbierane jako utrata miłości matki, wywoływać poczucie opuszczenia, osamotnienia, co dodatkowo komplikuje adaptację do przedszkola. Dziecko oderwane od bliskich czuje strach, że stanie się coś strasznego. Przez pierwsze dni pobytu w przedszkolu jest zdezorientowane. Nie wie z kim nawiązać bliższy kontakt emocjonalny i kto będzie zaspokajał jego potrzeby. Sytuację komplikuje fakt, że jednego dnia przyjmuje się większość dzieci do grupy i od razu pozostają w niej same bez rodziców. Dziecko pozostawione przez matkę przeżywa lęk, ponieważ utraciło fizyczny kontakt z obiektem przywiązania i ma poczucie braku

kontroli nad tym, co się z nim będzie działo w przedszkolu. Silnemu zagrożeniu ulega poczucie bezpieczeństwa, które jest jego najważniejszą potrzebą psychiczną. Wywołane tym napięcie emocjonalne niekorzystnie na procesy przystosowawcze do nowego środowiska. Obniża sprawność motoryczną i dezorganizują czynności poznawcze. Dziecko zaczyna przystosowywać się do uczyć nowych zachowań w sytuacjach emocjonalnie i poznawczo trudnych. Dramat rozstania z najbliższymi skutecznie blokuje poznawanie nowego otoczenia : dziecko jest tak skoncentrowane na swoich emocjach, że nie zwraca uwagi na otoczenie. Dlatego przedszkole i wszystko co się w nim znajduje, długo jest dla niego obce i niezrozumiałe.

Podsumowując dla wielu dzieci pierwsze kontakty z przedszkolem są źródłem przykrych napięć emocjonalnych utrudniających im przystosowanie. Jednak przedszkole jest dobrym środowiskiem do uczenia dziecka niezależności i uspołecznienia. Kontakty z rówieśnikami uczą norm współżycia i respektowania grupy społecznej. Dziecko szybciej się do niego przystosuje i zniesie niedogodności życia zbiorowego, gdy będzie go postrzegało jako bezpieczne i atrakcyjne dla siebie. Aby pomóc i ułatwić dziecku przekroczenie progu przedszkola ułożony został program adaptacyjny dla dzieci 3- letnich, gdyż pierwsze doświadczenia przedszkolne rzutują na dalszy rozwój dziecka.

Adaptacja polega na przystosowaniu się jednostki lub grupy do funkcjonowania w zmienionym środowisku społecznym. Moment przekroczenia progu przedszkola przez małe dzieci należy do najbardziej znaczących i trudnych w jego życiu. Poziom rozwoju dziecka 3- letniego nie predysponuje go do samodzielnego pokonywania progów zorganizowanej instytucji, jaką jest przedszkole. Znaczącą rolę w nawiązywaniu interakcji małego dziecka ze światem odgrywają dorośli, dlatego nie kto inny jak rodzice , a w końcu nauczyciele powinni tworzyć sytuacje sprzyjające pozytywnemu nastawieniu i zainteresowaniu dziecka przedszkolem

oraz wspierać swoich wychowanków w przystosowaniu do przedszkola. Przedszkole jako profesjonalna placówka wychowawcza może udzielać rodzicom wsparcia przygotowując ich do udzielania pomocy dziecku w jego adaptacji do nowego środowiska społecznego. Nawiązanie stałej, planowej współpracy przedszkola z domem rodzinnym służy wzajemnemu poznawaniu oczekiwań rodziców i nauczycieli oraz indywidualnych potrzeb dzieci. W chwili zapisania dziecka do przedszkola placówka ta, wspólnie z rodzicami, bierze na siebie odpowiedzialność za bezstresowe wprowadzenie dziecka do przedszkola i uczynienie go przedszkolakiem.

ZAŁOŻENIA PROGRAMU

Programem objęte są wszystkie dzieci, które pierwszy raz idą do przedszkola ze szczególnym uwzględnieniem dzieci 3- letnich.

GLÓWNYM CELEM JEST:

- **Stworzenie warunków organizacyjnych, wychowawczych i edukacyjnych do właściwej adaptacji dziecka w przedszkolu.**

W obrębie postawionego celu głównego można wyróżnić następujące

cele szczegółowe:

- w stosunku do dziecka:

- * skrócenie jego adaptacji do warunków przedszkolnych,
- * zmniejszenie lęku przed rozstaniem z rodzicami,

- * poznanie swoich nauczycielek i 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,
- * przystosowanie dziecka do nowego środowiska,
- * wspomaganie dziecka w budowaniu pozytywnego obrazu siebie,
- * nabywanie przez dziecko poczucia własnej wartości,

- w stosunku do rodzica:

- * zmniejszenie lęku rodziców związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę przedszkola,
- * ukazanie rodzicom mocnych stron, możliwości i sukcesów dziecka,
- * uczulenie rodziców na sytuacje trudne, spotykane przez dziecko w przedszkolu,
- * poznanie przez rodziców z ramowym rozkładem dnia oraz pomieszczeniami przedszkola,
- * zaproszenie rodziców do współpracy z nauczycielkami, budowanie wzajemnej więzi między nauczycielkami, a rodzicami i dziećmi, opartej na zaufaniu.

OCZEKIWANE EFEKTY:

Dziecko potrafi:

- ^ spokojnie rozstać się z rodzicem,
- ^ przezwyciężyć lęk i obawy przed zmianą środowiska,
- ^ uczestniczyć w życiu grupy,
- ^ z zaufaniem zwracać się o pomoc do nauczycieli i pracowników przedszkola,
- ^ przestrzegać podstawowych reguł współżycia w grupie
- ^ zrozumieć, że pobyt w przedszkolu jest czasowy i zawsze kończy się powrotem do domu z rodzicami,
- ^ zapoznać się z pomieszczeniami, w których będzie przebywać w przedszkolu,
- ^ przestrzegać zasadę zakazu samodzielnego oddalania się od grupy.

Rodzic:

- ^ ma poczucie bezpieczeństwa o swoje dziecko,
- ^ zna nauczycielki i personel przedszkola,
- ^ zna pomieszczenia, w których będzie przebywać jego dziecko,
- ^ współpracuje z przedszkolem – zna cele i zadania,
- ^ wie, w co wyposażyć dziecko do przedszkola,
- ^ rozumie znaczenie samoobsługi i samodzielności dziecka jako warunków lepszej adaptacji w środowisku przedszkolnym,
- ^ obserwuje swoje dziecko na tle rówieśników,
- ^ wie, w jaki sposób pomóc dziecku pokonać „próg przedszkola”,
- ^ nawiązuje aktywną współpracę z przedszkolem.

Nauczyciel:

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

Czynniki wpływające na dobrą i złą adaptację:

Adaptację ułatwia:

- racjonalne podjęcie decyzji,
- pozytywne myślenie o placówce (zaufanie do personelu),
- poznanie placówki przez dziecko,
- wcześniejsze dostarczenie dziecku doświadczeń przebywania z innymi dorosłymi, bycia bez mamy,
- umożliwienie kontaktów z innymi dziećmi,
- usamodzielnianie dziecka,
- jasne ustalenie reguł gry i konsekwencja w ich przestrzeganiu (kto, gdzie, kiedy, dlaczego),
- stopniowe przyzwyczajanie dziecka do placówki (krótki czas pobytu, towarzyszenie dziecku),
- akceptacja dziecka i rozumienie jego stresu, wspieranie dziecka,
- okazywanie spokoju, poczucia bezpieczeństwa podczas rozstania,
- czas na bycie z dzieckiem po odebraniu z przedszkola,
- ujednoczenie rytmu życia w przedszkolu i w domu.

Adaptację utrudnia:

- niepewność decyzji,
- brak zaufania do placówki, podejrzliwość wobec personelu,
- wyrzuty sumienia, niepokój, lęk, poczucie zagrożenia,
- nieznajomość placówki,
- brak jasnych reguł, zmienność
- traktowanie dziecka przedmiotowo,
- brak doświadczeń społecznych w kontaktach z innymi dorosłymi i dziećmi,
- nadopiekuńczość, wyłączenie dziecka w czynnościach związanych z samoobsługą,
- "złe" przyzwyczajenia dziecka (zasypianie z dzieckiem),
- "rzucenie na głęboką wodę"- pełny wymiar godzin,
- straszenie przedszkolem,
- pośpiech, zdenerwowanie, spóźnianie- brak czasu dla dziecka, zabieganie,
- brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka, obrażanie się na dziecko, odrzucenie.

METODY PRACY WYKORZYSTYWANE PODCZAS REALIZACJI PROGRAMU

- elementy Pedagogiki Zabawy – ułatwiające integrację grupy,
- zabawy integracyjne KLANZA
- elementy metody Ruch Rozwijający wg. W. Scherborne
- zabawy i ćwiczenia ruchowe,
- wybrane metody aktywne: zabawy w kręgu, drama, improwizacje,
- opowiadania, bajki, inscenizacje,
- techniki relaksacyjne.

FORMY REALIZACJI

Lp.	Forma działania	Cel
1.	Rozmowy indywidualne z rodzicami i dziećmi podczas zapisywania dziecka do przedszkola.	- nawiązanie kontaktu
2.	Spotkanie organizacyjne z rodzicami	- zapoznanie z nauczycielami, - zapoznanie z pomieszczeniami, - zapoznanie z harmonogramem pracy przedszkola, - informacja na temat wyposażenia dziecka w potrzebne rzeczy do przedszkola,
3.	Ankieta dla rodziców.	- zbieranie informacji o dziecku, jego upodobaniach, przyzwyczajeniach, jak również oczekiwaniach rodziców wobec przedszkola
4.	Zorganizowanie „Dni otwartych”	- zapoznanie z nauczycielkami, - zapoznanie z pomieszczeniami przedszkola, - udział dzieci w zabawach i zajęciach zespołowych oraz indywidualnych na sali i ogrodzie przedszkolnym, - stworzenie serdecznej atmosfery sprzyjającej zdobyciu zaufania dzieci i ich rodziców do przedszkola,
5.	Praca w pierwszych dniach września dwu nauczycielek jednocześnie	- stworzenie sytuacji maksymalnego złagodzenia stresu w początkowym okresie, - przełamywanie lęku przed leżakowaniem i traktowanie tego czasu jako odpoczynku, - przynoszenie swoich ulubionych zabawek - przytulaneek, - wspieranie działań wychowawczych rodziców poprzez rozmowy z rodzicami, wspólne ustalenie postępowania na

		wypadek nieoczekiwanych zachowań dzieci,
6.	Kontakty indywidualne rodziców z nauczycielkami.	- wymiana informacji dotyczących dziecka - wspólne ustalanie sposobów postępowania
7.	Prowadzenie tablicy informacyjnej dla rodziców	- dostarczanie rodzicom wiedzy nt. adaptacji i rozwoju emocjonalno-społecznego dzieci w wieku przedszkolnym - udostępnienie rodzicom tekstów wierszy, piosenek - zamieszczanie aktualności z życia grupy, zdjęć z imprez
8.	Zorganizowanie festynu dla społeczności przedszkolnej.	- integracja dzieci, rodziców i pracowników przedszkola,
9.	Spotkanie z rodzicami	- podsumowanie okresu adaptacyjnego, - badanie opinii rodziców na temat dotychczasowych podjętych działań,
10.	„Pasowanie na Przedszkolaka”	- występ artystyczny przygotowany przez dzieci i nauczycielki dla rodziców, - pasowanie dzieci na przedszkolaka

Bibliografia:

- E. Gruszczyk- Kolczyńska, E. Zielińska „ Wspomaganie rozwoju dziecka trzyletniego i dzieci wolniej rozwijających się”
- A. Blek „,Przedszkole przyjazne dziecku”
- W. Bodziach „Pierwszy rok w przedszkolu” (Wychowanie w przedszkolu nr 5/95
- E. Gruszczyk- Kolczyńska „, Od malucha do starszaka – poradnik dla rodziców przedszkolaków”

Program opracowała:

Małgorzata Skibicka

Ankieta dla Rodziców dotycząca "Programu adaptacyjnego"

1. W jaki sposób przygotowywała Pani dziecko do przyścia do przedszkola?
2. Czy reakcja dziecka po pierwszym dniu pobytu na zajęciach była dla Pani zaskoczeniem?
3. Czy dziecko chętnie przychodziło z Panią na zajęcia ?
4. Czy opowiadało o zajęciach , o tym co robiło w przedszkolu innym domownikom?
5. Co podobało mu się najbardziej ?
6. Co mu się nie podobało ,czego się obawiało idąc na zajęcia ?
7. Czy było coś , co dziecko chciało robić w przedszkolu , a nie zostało to uwzględnione na zajęciach
8. Czego według Pani zabrakło na zajęciach ?
9. Czy odpowiadały Pani zabawy , w których Rodzic brał udział wspólnie z dzieckiem ?
10. Czy uważa Pani , że "Program Adaptacyjny" pomógł Pani dziecku przystosować się do nowych warunków w przedszkolu ?

11. Co Pani "dał " udział we wspólnych zajęciach z dzieckiem?

PROGRAM ADAPTACYJNY

// PRZEDSZKOLAK //



Przedszkole Publiczne nr 1 „Calineczka”

w Policach

Rady dla rodziców:

1. Nie przeciągaj pożegnania w szatni; pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź.
2. Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
3. Nie obiecuj; jeśli pójdziesz do przedszkola to coś dostaniesz; kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezencik, ale nie może to być forma przekupywania.
4. Kontroluj się, 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.
5. Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres.
6. Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tato, rozstania z tatą są mniej bolesne.
7. Pamiętaj: żegnaj i witaj swoje dziecko zawsze uśmiechem!

