

## **PROGRAM ADAPTACYJNY DLA DZIECI 3-LETNICH**

### **WSTĘP**

Adaptacja polega na przystosowaniu się jednostki lub grupy do funkcjonowania w zmienionym środowisku społecznym. Dla małego dziecka takim środowiskiem jest przedszkole. Moment pójścia do przedszkola jest bardzo ważnym wydarzeniem, wręcz przełomowym w jego życiu społecznym. Dla wielu dzieci oznacza on pierwsze kontakty z dużą grupą, których jakość jest znacząca dla rozwoju i późniejszego funkcjonowania w różnych środowiskach, w myśl poglądów o utrwalaniu się zachowań i roli doświadczeń wyniesionych z wczesnego dzieciństwa. Proces przystosowania się dzieci 3-letnich do przedszkola może sprawić korzystne zmiany w rozwoju pod warunkiem, że będzie on przebiegał na miarę możliwości dziecka. Nie każdy 3-latek jest na tyle dojrzały i gotowy, aby temu procesowi samodzielnie nadać właściwy kierunek. Istnieje potrzeba wsparcia dziecka w tym działaniu przez intencjonalnie stworzone środowisko wychowawcze.

Aby stworzyć dzieciom lepszy start należy poznać trudności, jakie napotyka dziecko w początkowym okresie pobytu w przedszkolu, za najtrudniejsze należy uznać:

- zmianę dotychczasowych sposobów zaspokajania potrzeb emocjonalnych i biologicznych
- nawiązywanie kontaktów interpersonalnych z nieznanymi ludźmi
- zdobywanie szybkiej orientacji w środowisku materialnym przedszkola
- nabywanie poczucia przynależności do grupy społecznej
- zmiana rytmu i trybu życia dziecka
- inna pozycja dziecka w grupie przedszkolnej niż w rodzinie
- zmiany w sytuacji rodzinnej wywołane faktem podjęcia przez matkę pracy zawodowej.

### **ZAŁOŻENIA PROGRAMU :**

Wieloletnie obserwacje momentu przekroczenia progu przedszkola przez nowo przyjęte dzieci wskazują na trudności, z jakimi znoszą one rozłąkę ze swoimi rodzicami. Trudności dotyczą nie tylko samych dzieci, dotyczą również rodziców oraz personelu przedszkola. Program adaptacyjny jest działaniem pedagogicznym, które sprzyja rozładowaniu negatywnych doznań dziecka wywołanych gwałtownym rozstaniem z rodzicami i brakiem wiedzy o nowym środowisku.

Włączenie najbliższych w poznawanie przez dziecko nowego środowiska wychowawczego ułatwi mu nawiązanie kontaktu z nauczycielką i rówieśnikami w warunkach komfortu psychicznego.

### **ZADANIA PROGRAMU :**

- ograniczenie lęku i zachęcenie 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
- przyzwyczajanie dzieci do przebywania w licznej grupie rówieśników

- włączenie rodziców do udzielania dziecku wsparcia psychicznego i pomocy w zakresie przystosowania dziecka do warunków życia przedszkolnego
- wzbogacenie pozytywnych doświadczeń dzieci w kontaktach z dorosłymi i rówieśnikami.

#### CELE PROGRAMU :

- pomoc dzieciom w adaptacji do nowych warunków w środowisku przedszkolnym
- włączenie rodziców w działania adaptacyjne
- integracja środowiska rodzinnego i przedszkolnego.

#### FORMY REALIZACJI

##### 1. Rozmowy indywidualne

z rodzicami i dziećmi podczas dni adaptacyjnych w przedszkolu.

Zachęcanie do oglądania przedszkola i zabaw z dziećmi. - nawiązanie kontaktu

- obserwowanie zabaw dzieci
- włączenie się do zabawy

##### 2. Zebranie informacyjne

z rodzicami. - poznanie programu

adaptacji wstępnej

- poznanie oferty

edukacyjnej przedszkola

oraz rozkładu dnia

w przedszkolu

##### 3. Ankieta dla rodziców. - zbieranie informacji

o dziecku, jego upodobaniach,

przyzwyczajeniach, jak

również oczekiwaniach

rodziców wobec przedszkola

##### 4. Praca nauczycielek w pierwszych dniach września z dwoma pomocami nauczyciela -

stworzenie sytuacji

maksymalnego złagodzenia

stresu w początkowym okresie

##### 5. Poznawanie pomieszczeń przedszkola pod opieką nauczycielek - osvajanie się z nowymi

pomieszczeniami

##### 6. Tablica grupowa pod hasłem

„To my” - zamieszczenie na niej zdjęcia

każdego dziecka z datą urodzin

- poczucie więzi z grupą

##### 7. Wspólne ustalenia dotyczące świętowania urodzin dziecka

w przedszkolu. - wprowadzenie radosnego

nastroju

- integracja dzieci

8. Metody pedagogiki zabawy, metoda ruchu rozwijającego  
W. Sherborne jako dominujące formy pracy z dziećmi. - rozładowanie napięcia  
- wzajemne poznanie się  
- integracja grupy

9. Kontakty indywidualne rodziców z nauczycielkami. - wymiana informacji  
dotyczących dziecka  
- wspólne ustalanie sposobów  
postępowania

10. Spotkania integracyjne, warsztaty z rodzicami. - wzajemne poznanie się  
- integracja grupy

11. Proponowanie rodzicom książek bądź ciekawych artykułów. - dostarczanie rodzicom  
wiedzy  
nt. adaptacji i rozwoju  
emocjonalno-społecznego  
dzieci w wieku przedszkolnym

12. Prowadzenie kącika dla rodziców. - udostępnienie rodzicom  
tekstów wierszy, piosenek  
- zamieszczanie aktualności  
z życia grupy, zdjęć z imprez

13. Badanie opinii rodziców nt. dotychczas podjętych działań. - możliwość dokonywania  
ewaluacji

#### LITERATURA :

Gruszczyk – Kolczyńska E. Płaczę i rozpaczam, gdy muszę iść  
do przedszkola „Wychowanie w przedszkolu” 2/1998  
Lubowiecka J. Trudności dziecka w przystosowaniu się  
do przedszkola „Wychowanie w przedszkolu” 6/2001  
Przetacznikowa M. Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży

#### ADAPTACJĘ UŁATWIA :

- racjonalne podjęcie decyzji
- pozytywne nastawienie do przedszkola
- zaufanie do personelu
- wcześniejsze stworzenie okazji przebywania z innymi dorosłymi
- umożliwienie kontaktów z innymi dziećmi
- usamodzielnienie dziecka
- akceptacja dziecka, zrozumienie jego stresu, wspieranie go
- okazywanie spokoju, poczucia bezpieczeństwa podczas rozstania
- wspólne spędzanie czasu po odebraniu go z przedszkola
- ujednolicenie rytmu dnia w przedszkolu i w domu.

#### ADAPTACJĘ UTRUDNIA :

- niepewność decyzji
- brak zaufania do przedszkola
- podejrzliwość wobec personelu
- wyrzuty sumienia, niepokój, lęk
- brak doświadczeń społecznych w kontaktach z innymi dorosłymi i dziećmi
- nadopiekuńczość, wyręczanie dziecka w czynnościach związanych z samoobsługą
- straszenie dzieci
- brak czasu dla dziecka
- brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka, odrzucenie

opracowała Anna Padarz