

Program adaptacyjny  
Przedszkola nr 2  
w Redzie

# *„Wzorowy przedszkolak”*



mgr Katarzyna Nowaszczuk

# Wprowadzenie

Proces adaptacji jest jednym z podstawowych mechanizmów regulujących stosunki człowieka ze środowiskiem. Wiedza na temat adaptacji, a także o czynnikach wyznaczających ten proces jest niezwykle ważna oraz przydatna do wspierania dziecka w tym czasie. Jednak doświadczenie pedagogiczne pokazuje jak trudny jest to czas również dla rodziców. Rolą przedszkola jest również udzielanie pomocy rodzicom w tym trudnym dla nich okresie. Pierwszy kontakt dziecka z placówką ma w istocie bardzo ważne znaczenie. Doświadczenia dziecka wyniesione pierwszego dnia mają ogromny wpływ na Jego przystosowanie się do nowego środowiska. Ma wpływ na funkcjonowanie emocjonalno - społeczne, na możliwości ujawniania w środowisku swoich uzdolnień, zainteresowań, potrzeb, otwartości wobec otoczenia.

Adaptacja według W. Okonia to proces uzyskiwania równowagi między potrzebami jednostki, a warunkami otoczenia społecznego”. Adaptacja, jako przystosowanie to „zachowanie przystosowawcze organizmu w stosunku do zmian zachodzących w środowisku”.

Początek września to czas trudności i ograniczeń, które związane są z procesem adaptacji, dodatkowo zachowania osób dorosłych- rodziców i nauczycieli mają bardzo duży wpływ na dziecko. Dzień, w którym dziecko przychodzi po raz pierwszy do przedszkola to jedna z najważniejszych, a jednocześnie najtrudniejszych chwil w jego dotychczasowym życiu. Musi Ono bowiem rozstać się z rodzicami i spróbować poradzić sobie z nowymi zadaniami oraz problemami w nowym środowisku. Niekiedy dla większości dzieci oznacza to pierwsze kontakty z dużą grupą rówieśniczą. Kontakty te odgrywają znaczącą rolę dla prawidłowego rozwoju dziecka jak i późniejszego funkcjonowania w różnych środowiskach. Pierwsze dni w przedszkolu wiążą się ze zmianą dotychczasowego trybu życia, zaspokajania potrzeb i wykazania znacznej samodzielności w zakresie samoobsługi, jako istotnego warunku lepszej adaptacji w środowisku przedszkolnym. Każde dziecko przychodzi do przedszkola ze swoim indywidualnym schematem dnia oraz repertuarem zachowań, przyzwyczajień, upodobań, doświadczeń społecznych. Niektóre z tych doświadczeń z jednej strony mogą ułatwić proces adaptacji, a z drugiej mogą go znacznie utrudnić.

Pierwszych dni września obawiają się również rodzice, powierzając swój najcenniejszy skarb jakim jest dziecko pod opiekę zupełnie obcym osobom. Podczas tych dni pojawia się mnóstwo pytań oraz stresu. Rodzice obawiają się, że dziecko nie będzie umiało odnaleźć się w nowej sytuacji, czy znajdzie kolegę, czy będzie płakać, jeśli tak to jak długo, czy cokolwiek zje, czy można zaufać wychowawcom. Jest wiele wątpliwości, które mają rodzice związanych z procesem adaptacji.

Pewna część dzieci pochodzi z rodzin jednopokoleniowych. Jest to jeden z czynników wpływających na brak doświadczenia rodziców w zakresie przygotowania dziecka do przedszkola. Obecny tryb życia w ciągłym biegu powoduje duży stres, który powoduje brak cierpliwości, skoncentrowania uwagi, poświęcenia dziecku wystarczająco dużo czasu, oferują w rezultacie stres. Pozostawienie dziecka w nowej sytuacji bez wsparcia może je znerwicować i być przyczyną trudności w przystosowaniu się do nowej sytuacji i nowych warunków. Problem ten jest trudny dla większości dzieci do samodzielnego rozwiązania, a wielość zadań, które nakładają się na dziecko, z którymi musi sobie ono poradzić sprawia, że najczęściej mamy do czynienia z wieloaspektową reakcją stresową na nową sytuację. Przejawia się ona różnymi objawami w różnych sferach zarówno na terenie domu jak i przedszkola. Obserwujemy między innymi: brak sygnalizowania o potrzebach fizjologicznych, zmienność nastrojów, impulsywność, płacz, szlochanie całymi godzinami, dniami, zamykanie się w sobie, nieposłuszeństwo, agresję wobec personelu, rówieśników, rodziców, zły stosunek do przedmiotów, trudności w koncentracji uwagi, niechęć do kontaktu słownego itp. Istnieje, więc potrzeba wsparcia dziecka w działaniu. Aby temu procesowi nadać właściwy kierunek musi zaistnieć ścisła współpraca między rodzicami, a wszystkimi osobami pracującymi w danej grupie przedszkolnej. Dopiero wspólny wysiłek pomoże dzieciom łatwiej i spokojniej przejść adaptację w nowym pełnym wyzwania miejscu.

## **1. Założenia programu adaptacyjnego**

Program adaptacyjny stworzony został w oparciu o wiedzę dotyczącą rozwoju dziecka. Generuje on system kolegialnych oddziaływań pedagogicznych oraz organizacyjnych przedszkola wobec rodziny. Te działania mają na celu przygotowanie dzieci do lepszego startu w życie przedszkolne.

„Adaptacja to proces uzyskiwania równowagi między potrzebami dziecka a otoczeniem”. Tak więc główną koncepcją programu jest wspomaganie i ukierunkowane rozwoju dziecka, w zgodzie z jego wrodzonym potencjałem i możliwościami rozwojowym.

## **2. Cele**

### **Cel główny :**

- ✓ adaptacja dziecka do przedszkola;

### **Cele szczegółowe :**

- ✓ uświadamianie dzieciom, że czas spędzony w przedszkolu może być dla nich ciekawą i wesołą zabawą;
- ✓ zapoznanie dzieci z pomieszczeniami przedszkola oraz z sytuacjami z jakimi mogą się spotkać w nowym środowisku;
- ✓ umożliwienie dzieciom szybkiego przystosowania się do nowego środowiska;
- ✓ kształtowanie pozytywnego wizerunku przedszkola;
- ✓ pomoc i pośredniczenie w nawiązywaniu kontaktów z pracownikami przedszkola;

### **Cele określone dla rodziców :**

- ✓ uświadomienie rodzicom jak istotna w procesie adaptacji jest współpraca z nauczycielami oraz personelem przedszkola;
- ✓ uświadomienie rodziców jak ważnym elementem jest samoobsługa u dzieci;
- ✓ wzajemne relacje rodziców z pracownikami przedszkola;
- ✓ znajomość o oczekiwaniach przedszkola wobec rodziców i ich postawy oraz zaangażowania w życie grupy przedszkolnej;

### **Cele określone dla nauczycieli :**

- ✓ opanowanie metod pracy z dziećmi;
- ✓ zaangażowanie w pomoc dzieciom w kształtowaniu zachowań i postaw społecznych;
- ✓ potęgowanie w dzieciach poczucia własnej wartości;

- ✓ podniesienie jakości działań podejmowanych na rzecz adaptacji dzieci przez osoby dorosłe sprawujące nad nimi opiekę;
- ✓ wzmocnienie w dzieciach wiary we własne możliwości;
- ✓ motywowanie dzieci do rozwijania własnych pasji i zainteresowań;

### **3. Metody wykorzystywane w procesie adaptacji**

Dobór metod we wspomaganiu dziecka w procesie adaptacyjnym zależy jest od wielu czynników np. treści jakie realizujemy, wieku dziecka, celów i zadań stawianych przed dziećmi i nauczycielami. Wiek przedszkolny charakteryzuje się dużym ładunkiem emocjonalnym, dlatego realizując program adaptacyjny należy zastosować metody oparte na działaniu, spostrzeganiu, przeżywaniu, słowie. Do głównie stosowanych metod w procesie adaptacyjnym zaliczamy:

- ✓ metodę organizacji środowiska, polegającą na właściwej organizacji życia codziennego dzieci i środowiska. Organizując środowisko przedszkolne należy zwrócić uwagę na estetykę i funkcjonalność otoczenia to między innymi dbałość i troska o stan techniczny, warunki sanitarnohigieniczne, prawidłowe oświetlenie, zieleni, wyposażenie sal w nowoczesne pomoce dydaktyczne rozwijające zainteresowania dzieci. Ogromne znaczenie ma właściwa organizacja życia codziennego poprzez różnorodność stwarzanych sytuacji edukacyjnych;
- ✓ metodę przekazu wiedzy, dotyczącą sposobów informowania, wyjaśniania i instruktażu, w której nauczyciel oddziałuje na świadomość wychowanka. Ta metoda odgrywa istotne znaczenie w procesie adaptacji zwłaszcza w poznawaniu nowych sytuacji, w których brak dzieciom odpowiednich doświadczeń, np. włączenie się w rytm życia przedszkola, korzystanie w grupie ze wspólnych pomieszczeń, zabawek;
- ✓ metodę rozbudzania zachowań sprzyjających adaptacji, polegającą na stawianiu pewnych wymagań dzieciom i ich rodzicom w zakresie zachowań ułatwiających adaptację (mycie się, załatwianie potrzeb fizjologicznych, samodzielne jedzenie) oraz inspirowanie dziecka do podejmowania samodzielnych prób w zakresie czynności samoobsługowych, które są warunkiem właściwego przebiegu procesu adaptacji;
- ✓ metodę utrwalania pożądanых zachowań i przyzwyczajajeń sprzyjających adaptacji, polegającą na powtarzaniu pewnych czynności oraz zachowań w określonych sytuacjach edukacyjnych w wykorzystywaniu różnorodnych spontanicznie podejmowanych przez dzieci działaniach;

- ✓ metody aktywizujące, tworzące specyficzne sytuacje i okazje edukacyjne w trakcie organizowanych dzieciom zabaw, wykorzystując w naturalny sposób twórczą ekspresję dziecka np. drama, metoda dobrego startu, techniki twórczego myślenia, techniki relaksacyjne, pedagogika zabawy, treningi twórczego myślenia.

#### **4. Problemy, które mogą wystąpić w procesie adaptacji**

Mały człowiek wkracza do przedszkola niosąc bagaż lęku przed rozstaniem z ukochanymi bliskimi. Dziecko nie uświadamia sobie, że pobyt w przedszkolu to decyzja nieodwracalna. Długie pożegnania wzbudzają złudną nadzieję, że mama zabierze je ze sobą. Nie pomagają zapewnienia: *niedługo przyjdę po ciebie...*, *zabiorę cię po obiedzie ...*, *zrobię zakupy i pójdziemy do domu....* Im dłużej dorosły mówi, tym gorzej. Wypowiadane słowa oznaczają dla dziecka jedno obawę przed czymś nowym i niebezpiecznym. W tej sytuacji dziecko odbiera zmianę otoczenia, jako zagrożenie, wobec którego może reagować w różny sposób:

- ✓ płaczem – w ten sposób odreagowuje trudne emocje;
- ✓ agresją – dziecko zachowuje się agresywnie w stosunku do innych;
- ✓ wycofywaniem się – emocje nie znajdują ujścia, dziecko jest smutne;
- ✓ pozorną akceptacją – dziecko w przedszkolu nie sprawia kłopotów, jego zachowanie nie budzi zastrzeżeń, za to w domu staje się nie do wytrzymania;
- ✓ zaburzeniami funkcjonowania organizmu – wymioty, bóle brzucha, biegunka, zaburzenia snu, moczenie nocne, jąkanie.

Ogromny wpływ na poczucie bezpieczeństwa i niezależności w nowym otoczeniu przedszkolnym dla każdego dziecka ma zakres i poziom posiadanych przez nie umiejętności samoobsługowych. Samodzielne zjadanie posiłków, wykonywanie czynności higienicznych to nie tylko kwestia sprawności manualnej, ale podstawa budowania poczucia własnej wartości i pewności siebie.

## 5. Realizacja założonych działań.

Lp.	Realizacja zadań	Termin realizacji zadań
1.	„Dni adaptacyjne” w przedszkolu – udział dzieci i rodziców w spotkaniu adaptacyjnym w sali przedszkolnej	sierpień
2.	Zebranie ogólne z rodzicami. Zapoznanie rodziców z dokumentami, zadaniami przedszkola oraz zasadami panującymi w przedszkolu. Udzielenie informacji na temat funkcjonowania przedszkola, wnoszenia opłat, obowiązującego programu nauczania, podstawy programowej, wybór członków rady rodziców, podpisanie umów i oświadczeń.	wrzesień
3.	„Pasowanie na przedszkolaka” - nowo przyjętych dzieci do przedszkola,	październik / listopad
4.	Zajęcia otwarte z udziałem rodziców - włączanie rodziców w życie grupy przedszkolnej, zapoznanie z metodami i formami pracy w placówce, ukazywanie postępów w rozwoju dzieci oraz umożliwienie rodzicom obserwacji własnego dziecka na tle grupy rówieśników.	dwa razy w ciągu roku szkolnego
5.	Systematyczne organizowanie wystaw twórczości dziecięcej w celu zapoznania rodziców z efektami pracy, różnorodnymi technikami plastycznymi	przez cały rok szkolny
6.	Zachęcanie rodziców do aktywnego udziału w corocznej akcji pt. „Poczytaj mi mamo, poczytaj mi tato” poprzez czytanie w przedszkolu dzieciom pozycji z literatury dziecięcej. Zachęcanie również do udziału w akcjach charytatywnych.	Przez cały rok szkolny

7.	Integrowanie oddziaływań środowiska rodzinnego i przedszkola. Organizowanie kontaktów indywidualnych, konsultacji w celu przekazywania rzetelnych informacji na temat rozwoju dziecka, jego osiągnięć i trudności. Określenie kierunków współpracy w zakresie wspomagania dziecka i działań rodziców. Włączanie rodziców dzieci objętych pomocą psychologiczno – pedagogiczną w działania do pracy z dzieckiem	Przez cały rok szkolny
----	--	------------------------



## 6. Bibliografia

- 1) Gruszczyk-Kolczyńska E., Zielińska E. *Płaczę i rozpaczam, gdy muszę iść do przedszkola (O kłopotach adaptacyjnych dzieci i o tym, w jaki sposób można je zmniejszyć)*, Wychowanie w przedszkolu, /1998.
- 2) Friedl J. *Moje dziecko idzie do przedszkola- Poradnik dla Rodziców*, Jedność, Kielce 2001.
- 3) Gruszczyk-Kolczyńska E. *Kłopoty adaptacyjne dzieci do przedszkola i jak można im zaradzić* Edukacja w przedszkolu, RABE, grudzień 1998
- 4) 4.. Lubowiecka J. *Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola*, WSiP, Warszawa 2000.
- 5) 5. Piwowska – Krukowska H. *Adaptacja dzieci w przedszkolu. W domu i w przedszkolu*, 2007