

PROGRAM ADAPTACJI DO ŚRODOWISKA PRZEDSZKOLNEGO



*Z odrobiną sukcesu, zachęty i zaufania,
w środowisku sprzyjającym pracy,
dziecko może dotrzeć do krańców świata*

C. Freinet

Wstęp

Przedszkole jest placówką oświatową, pierwszym fundamentalnym etapem edukacji. Dziecko przekraczając po raz pierwszy próg placówki przedszkolnej rozpoczyna nowy etap w swoim rozwoju. To jeden z najtrudniejszych momentów w jego życiu. Niejedno z dzieci po raz pierwszy spotyka się z tak dużą grupą rówieśników, rozstaje się z najbliższymi osobami, a przede wszystkim zaczyna funkcjonować w nowym środowisku, które przysparza mu wielu trosk i trudności. Wszystkie te czynniki powodują w maluchach poczucie zagubienia i zagrożenia, a w konsekwencji wywołują negatywne emocje. Dlatego ważne jest, by dziecko poznawało nowe otoczenie w poczuciu bezpieczeństwa.

Program adaptacji do przedszkola to działania pedagogiczne, które sprzyjają rozładowaniu negatywnych doznań dziecka, zapewniają mu poczucie bezpieczeństwa i prawidłowy rozwój we wszystkich sferach. Przedszkole nie zastąpi rodziców, nie zdejmie z nich odpowiedzialności za rozwój i wychowanie, ale może i powinno wspomagać ich w razie potrzeby, doradzać, kompensować braki. Wynika stąd konieczność uzgodnienia celu, zasad postępowania i określenia wspólnych oddziaływań. Czynne włączenie się najbliższych tj. rodziców, opiekunów dziecka w proces adaptacji w znacznym stopniu ułatwi dzieciom nawiązanie kontaktu z nauczycielem, rówieśnikami, personelem przedszkola w warunkach komfortu psychicznego.

Problem dziecka rozpoczynającego edukację przedszkolną

Adaptacja jest to proces przystosowania się do nowego środowiska społecznego. Moment pójścia do przedszkola jest bardzo ważny zarówno dla dziecka jak i dla rodziców/opiekunów. Nie wszystkie dzieci potrafią sobie poradzić z tą sytuacją. Maluch idzie do nowego nieznanego mu dotąd środowiska. Budzi to w nim zarówno lęk, ciekawość i radość. Udane włączenie do grupy przedszkolnej ma ogromne znaczenie dla dalszego rozwoju małego człowieka. Jeżeli początkowy okres pobytu dziecka w przedszkolu wiąże się z przyjemnymi uczuciami i przeżyciami, wówczas jest ono pozytywnie nastawione na odbiór świata i ludzi. Jest ufne i nie reaguje lękiem, gdy poznaje coś lub kogoś nowego. Otoczone dotąd troską, miłością i uwagą rodziny znajduje się nagle wśród nieznanymi przestrzeni, gdzie nie zna osób, głosów, przedmiotów i rytmu dnia. Przede wszystkim pozbawione zostaje najbliższej osoby, która do tej pory była niemal całym jego światem. Jego poczucie bezpieczeństwa zostaje zachwiane. Dziecko narażone jest na duży stres wywołany strachem, niepewnością i utratą poczucia bezpieczeństwa. Czuje się wówczas odrzucona i opuszczona.

Dzieci rozpoczynające edukację przedszkolną różnią się od siebie poziomem zdolności przystosowawczych. Część dzieci adaptuje się szybko i łatwo, ale są też tacy, którzy mają z tym duży problem. W pierwszych dniach września rodzice patrzą z przerażeniem na płacz swojego dziecka. Dzieci na nowe miejsce, sytuacje reagują w różny sposób np.: płaczem, krzykiem, ucieczką, wycofaniem, pozorną akceptacją, zaburzeniem funkcjonowania np. moczenie nocne, jąkanie.

Założenia programu

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

Główny cel programu to:

stworzenie warunków organizacyjnych, wychowawczych i edukacyjnych do właściwej adaptacji dziecka w przedszkolu oraz nawiązanie współpracy z domem rodzinnym przedszkolaków w celu określenia wspólnych działań odnośnie adaptacji i stworzenia atmosfery wzajemnego zaufania i akceptacji.

W obrębie postawionego celu głównego wyróżnia się następujące **cele szczegółowe:**

w stosunku do dziecka:

- skrócenie okresu adaptacji do warunków przedszkolnych;
- zmniejszenie lęku przed rozstaniem z rodzicami/opiekunami;
- poznanie wychowawcy 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;
- wspomaganie dziecka w budowaniu pozytywnego obrazu własnej osoby i rozwijaniu poczucia własnej wartości;
- motywowanie do podejmowania działań i zachowań sprzyjających integrowaniu się z przedszkolem;
- aktywne uczestniczenie w życiu grupy

w stosunku do rodziców:

- zmniejszenie lęk związanych z koniecznością oddania dzieci pod opiekę personelu przedszkola;

- ukazanie rodzicom mocnych stron, możliwości i sukcesów dziecka uczęszczających do przedszkola;
- przygotowanie rodziców na trudne sytuacje spotykane przez dziecko w przedszkolu;
- poznanie przez rodziców wychowawcy dziecka i personelu przedszkola;
- wzajemna integracja rodziców między sobą;
- zapoznanie z ramowym rozkładem dnia oraz pomieszczeniami przedszkola;
- zaproszenie rodziców do współpracy z nauczycielem;
- budowanie więzi między nauczycielem, a rodzicami i dziećmi, opartej na wzajemnym zaufaniu.

Opis działań

1. Spotkanie organizacyjne dla rodziców podczas uroczystego otwarcia przedszkola (wrzesień)

- nawiązanie kontaktów z rodzicami i dziećmi;
- zaprezentowanie pomieszczeń przedszkola, oraz ich funkcji;
- przedstawienie rozkładu dnia;
- zapoznanie w proponowanym w przedszkolu zajęciami dodatkowymi;
- rozdanie broszurek zawierających wskazówki do szybkiej adaptacji dziecka w środowisku przedszkolnym;
- podstawowe informacje o organizacji placówki, zajęciach dodatkowych proponowanych w naszym przedszkolu, oraz pracy z dziećmi;
- przedstawienie rodzicom programu adaptacyjnego w celu udzielenia dziecku wsparcia psychicznego i pomocy w procesie przystosowania do nowego środowiska przedszkolnego

2. Zajęcia adaptacyjne (wrzesień)

- bliższe poznanie grupy rówieśniczej przez nauczyciela;
- zapoznanie dzieci z nauczycielami, specjalistami oraz personelem przedszkola;
- poznanie rozkładu zajęć i organizacji życia w grupie przedszkolnej przez dzieci;
- zabawy integracyjne mające na celu zapoznanie dzieci z rówieśnikami;
- działania plastyczne, zabawy dowolne, płasy, zabawy integracyjne ze śpiewem, zabawy z elementami masażu relaksacyjnego, bajkoterapii;
- zabawy dowolne dzieci w kąciakach zainteresowań;

- rozmowy z dziećmi na tematy dowolne;
- wsparcie i pomoc w czynnościach samoobsługowych i higienicznych;
- budowanie poczucia bezpieczeństwa poprzez wsparcie dzieci w trudnych momentach adaptacji

3. Zebranie organizacyjne z rodzicami (wrzesień):

- przedstawienie standardów rozwojowych dziecka 3-4 letniego;
- omówienie wybranych problemów adaptacyjnych u dzieci oraz możliwości ich rozwiązania;
- rozdanie rodzicom broszurek zawierających wskazówki, jak pomóc małemu dziecku wkroczyć w nowe, nieznane środowisko oraz ulotek zawierających „Prośby dziecka” wg J. Korczaka;
- wypełnienie przez rodziców kwestionariusza wywiadu zawierającego niezbędne informacje na temat funkcjonowania ich dziecka

4. Podsumowanie procesu adaptacyjnego (listopad):

- ocena rodziców efektywności wprowadzonego programu adaptacyjnego - ankieta

Oczekiwane efekty

Dziecko:

- spokojnie rozstaje się z rodzicem/opiekunem;
- przezwycięża lęk przed zmianą środowiska;
- uczestniczy w życiu grupy;
- współdziała z rówieśnikami w zabawie;
- kojarzy pobyt w przedszkolu z radosnym i ciekawym działaniem;
- z zaufaniem zwracać się o pomoc do nauczycieli i pracowników przedszkola;
- przestrzega podstawowych norm i reguł współżycia w grupie;
- wie, że pobyt w przedszkolu jest czasowy i zawsze kończy się powrotem do domu;
- przestrzega zasadę zakazu samodzielnego oddalania się od grupy
- zna rozmieszczenia pomieszczeń w placówce i ich przeznaczenie

Rodzic:

- **wie, że jego dziecko jest w przedszkolu bezpieczne;**
- zna nauczycieli oraz personel przedszkola;
- zna pomieszczenia, w których będzie przebywać jego dziecko;

- współpracuje z przedszkolem – zna cele i zadania;
- wie, w co wyposażać 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:

- zna swoich podopiecznych;
- zna środowisko domowe dzieci;
- planuje pracę w oparciu o wyniki obserwacji zachowań dzieci;
- zna oczekiwania rodziców wobec przedszkola
- buduje atmosferę bezpieczną i przyjazną dzieciom

Metody i formy służące realizacji programu adaptacyjnego

Dziecko w wieku przedszkolnym charakteryzuje się niską umiejętnością kontrolowania własnych emocji. W pracy z dzieckiem podstawową formą działalności jest zabawa, która pomaga maluchom w rozładowaniu negatywnych emocji. W zabawie dziecko w sposób naturalny i bezstresowy uczy się. Jest ona celem sama w sobie. Dzięki zabawie dziecko zaspakaja swoje potrzeby psychiczne, społeczne, ciekawość poznawczą oraz naturalną potrzebę ruchu.

Stosowane metody i formy pracy zapewniają wychowankom atrakcyjny, twórczy i aktywny sposób na osiągnięcie sukcesów rozwojowych.

Są to metody oparte na metodyce wychowania przedszkolnego:

1. **Metody czynne:** samodzielnych doświadczeń, metoda kierowania własną działalnością dziecka, metoda zadań stawianych dziecku, metoda ćwiczeń utrwalających;
2. **Metody oglądowe:** obserwacja i pokaz, osobisty przykład nauczyciela, udostępnianie sztuki, dzieł plastycznych, przedstawienia teatralne, ilustrowane artystycznie utwory literackie, koncerty muzyczne;
3. **Metody słowne:** rozmowy, opowiadania, zagadki, objaśnienia i instrukcje, sposoby społecznego porozumiewania się, metody żywego słowa.
4. **Nowatorskie toki metodyczne:** Pedagogika zabawy wg Polskiego Stowarzyszenia Pedagogów i Animatorów KLANZA, Ruch Rozwijający Weroniki Sherborne, Opowieść

ruchowa, Gimnastyka ekspresyjna R. Labana, Metoda K. Orffa, Gimnastyka rytmiczna A i M. Kniessów, Metoda Dobrego Startu M. Bogdanowicz, Metoda prof. E. Gruszczyk-Kolczyńskiej- dziecięca matematyka, Metody aktywizujące, Relaksacja

Praca z dziećmi w przedszkolu wymaga określonych **form organizacyjnych**.

Do podstawowych form pracy wychowawczej i edukacyjnej w przedszkolu należą:

- zabawa dowolna i zorganizowana;
- czynności samoobsługowe oraz te związane z utrzymaniem higieny osobistej;
- spacer i wycieczki;
- zajęcia organizowane przez nauczyciela;
- uroczystości przedszkolne

Współpraca z rodzicami

Rodzice są integralną częścią programu adaptacyjnego, dlatego ich współpraca z przedszkolem bardzo ważna.

Zajęcia adaptacyjne tworzą znakomite warunki dla stworzenia dobrej atmosfery w grupie. Program adaptacyjny nie gwarantuje dobrej adaptacji, lecz znacznie ją przyspiesza i ułatwia. Odwracając uwagę dziecka od rodziców wzbudzamy w nim zaciekawienie zabawą, kolegami lub atrakcyjną zabawką. Zainteresowane dziecko czymś nowym i nieznanym chętnie przyjdzie do przedszkola kolejnego dnia. W czasie dni adaptacyjnych dzieci poznają się nawzajem, zdobywają wiedzę na temat życia i pracy przedszkola, a nauczyciel poznaje i obserwuje dziecko oraz nawiązuje współpracę z rodzicem.

Program adaptacyjny ma na celu ułatwić dzieciom przekroczenie progu przedszkola, a rodziców uspokoić i zmniejszyć ich obawy. Nauczycielowi program adaptacyjny pozwoli lepiej, dokładniej poznać dziecko, nawiązać współpracę z rodzicem dziecka.

Aby osiągnąć sukces adaptacyjny zarówno środowisko przedszkolne, jak i rodzinne muszą tę sytuację potraktować poważnie i z rozsądkiem i współpracować na zasadzie wzajemnego zaufania.

Formy kontaktów z rodzicami/opiekunami dzieci:

- zebrania z rodzicami/opiekunami;
- kontakty indywidualne;
- zajęcia otwarte dla rodziców/opiekunów;

- uroczystości przedszkolne i imprezy okolicznościowe;
- strona internetowa przedszkola;
- tablice informacyjne dla rodziców;

Ewaluacja

Dziecko, które w przedszkolu przechodzi okres adaptacji poddane jest ciągłej i wnikliwej obserwacji. Każde działanie nauczyciela musi być więc zaplanowane i przemyślane, a warunki otoczenia dostosowane do potrzeb dziecka, jego rozwoju psychicznego, emocjonalnego i społecznego.

Ewaluacją końcową będą wyniki ankiet dla rodziców dotyczące przebiegu procesu adaptacyjnego dziecka w przedszkolu.

Literatura:

1. T. Dahlke „65 gier i zabaw na każdy dzień roku”, 2005;
2. R. Dąbrowska „Będę przedszkolakiem” Kraków 2010;
3. J. Korczak „Jak kochać dziecko. Prawo dziecka do szacunku”, wyd. ŻAK, Warszawa 2002, wyd. I;
4. J. Field „Moje dziecko idzie o przedszkola” Poradnik dla rodziców, Kielce 2006;
5. D. Gęzikiewicz, L. Szabelka „Witamy trzylatki” Wychowanie w Przedszkolu 2004/4;
6. E. Krupa „Witamy trzylatki” Wychowanie w Przedszkolu, nr 7 2005;
7. M. Kwaśniewska, J. Lendzion, W. Żaba – Żabińska, M. Kwaśniewska „Wokół Przedszkola - program wychowania przedszkolnego” MAC, Warszawa 2018;
8. J. Lubowiecka „Trudności dziecka w przystosowaniu się do przedszkola” Wychowanie w Przedszkolu 2001/6;
9. J. Lubowiecka „Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola” , WSiP Warszawa 2000;
10. M. Rządiewicz „Mamo, tato – idę do przedszkola” Warszawa 2006;
11. E. Szelska – Wyrwa „Długi proces adaptacji” Wychowanie w Przedszkolu 2004/4;