

Przedszkole Samorządowe Nr 145 w Krakowie

## **„Nie zawsze trudny pierwszy krok”**

Program działań wspomagających  
dzieci i rodziców Przedszkola nr 145  
Głównego i Filii  
w pokonaniu trudności adaptacyjnych

Program dostosowany do aktualnie obowiązującego prawa.

Kraków, listopad 2018

## **PROGRAM DZIAŁAŃ ZAWIERA**

### **WSTĘP**

CEL NAPISANIA PROGRAMU

### **I. PIERWSZY KONTAKT Z PRZEDSZKOLEM**

REKRUTACJA  
PIERWSZE DZIAŁANIA

### **II. CZERWCOWE ZEBRANIE Z RODZICAMI**

OMÓWIENIE WYNIKÓW ANKIETY  
WRĘCZENIE WIZYTÓWEK DLA DZIECI  
WARSZTATY NA TEMAT ADAPTACJI

### **III. SKĄD TE PIERWSZE TRUDNE KROKI?**

DZIECKO W RODZINIE  
DZIECKO W PRZEDSZKOLU  
FIZJOLOGIA

### **IV. JAK OSWOIĆ DZIECKO Z PRZEDSZKOLEM?**

LISTA NAJWAŻNIEJSZYCH ZACHOWAŃ NAWYKOWYCH  
KSZTAŁTOWANIE KONTAKTÓW INTERPERSONALNYCH  
PRZESTRZEGANIE ZASAD WŁAŚCIWEGO ODPOCZYNKU I SNU  
PRZEDSZKOLE DOMEM DRUGIM JEST

### **V. WIZYTÓWKA DZIECKA**

### **VI. EWALUACJA PROGRAMU**

### **ZAŁĄCZNIKI**

ANKIETA PILOTAŻOWA  
SCENARIUSZE ZAJĘĆ  
ANKIETA WRZEŚNIOWA  
ANKIETA KWIETNIOWA  
WZÓR WIZYTÓWKI  
KALENDARZ REALIZACJI PROGRAMU

Opracowanie i wdrożenie programu dotyczącego działań opiekuńczych i wychowawczych podejmowanych przez przedszkole w celu złagodzenia trudności adaptacyjnych.

Wieloletnie doświadczenia i obserwacje trudnych początków dzieci w pierwszych dniach września, towarzyszący temu stres tak dzieci jak i rodziców oraz nauczycielek, stały się motywem opracowania i wdrożenia programu adaptacyjnego.

Program ten zawiera określony tok działań zmierzających do tego, by przystosowanie się dzieci do warunków przedszkola przebiegało jak najkrócej, z uśmiechem na twarzy w atmosferze poczucia bezpieczeństwa w relacjach z rówieśnikami i kadrą.

Intencją naszych działań będzie:

- nawiązanie kontaktu z rodzicami przyszłych przedszkolaków
- pozyskanie ich zaufania
- wyrobienie odpowiedniego nastawienia do przedszkola

Prowadzenie zajęć tzw. adaptacyjnych ma na celu poznawanie przedszkola przez dzieci w warunkach dobrej zabawy. Integracja z dziećmi przedszkolnymi wraz z kimś bliskim powinna zaowocować u dziecka wyrobieniem gotowości pojęcia do przedszkola, wzbudzeniem zaciekawienia i zainteresowania zajęciami i zabawami oraz kontaktem z rówieśnikami.

Przyjmowanie dzieci jest co roku doskonałone i wzbogacane o nowe elementy

- folder reklamujący nasze przedszkole
- publikacje na temat przedszkola w gazetce Rady Dzielnic X
- dni otwarte od kwietnia do czerwca /zwiedzanie przedszkola/

Nasze działania zyskały aprobatę rodziców i stały się elementem promującym przedszkole.

Przedszkole w wystarczającym zakresie wspomaga rodziców w wychowaniu i sprawowaniu nad nimi opieki.

Koniecznością stało się jednak usystematyzowanie działań adaptacyjnych i jasne sprecyzowanie celów, określenie metod i zbadanie efektów, co niewątpliwie wpłynie na podniesienie jakości pracy całego przedszkola.

## I .Pierwszy kontakt z przedszkolem

Rekrutacja do przedszkola to okazja do pierwszych spotkań z rodzicami i dziećmi. Staramy się, aby informacji na temat organizacji przedszkola, panujących w przedszkolu zwyczajów, udzielała osoba kompetentna.

Dziecko ma możliwość oglądnięcia sal zabaw, ogrodu, sanitariatów i poznania personelu.

Zadaniem naszym jest nie zawieść rozbudzonej ciekawości dzieci i ich rodziców.

Staramy się o stworzenie dobrego klimatu pierwszego spotkania. Dbamy, aby pod ręką mieć jakieś obrazki do kolorowania, kilka kolorowych książeczek, układankę, którymi zajmie się dziecko, podczas gdy my będziemy rozmawiały z rodzicami. Na pożegnanie dziecko dostaje coś drobnego na pamiątkę odwiedzin w postaci naklejki czy obrazka.

Wraz z kartami zapisu dziecka rodzice otrzymują informacje o przedszkolu w formie ulotki

- promującej pracę przedszkola.
- rozkład dnia
- zasady organizacji
- ofertę zajęć dodatkowych
- informacje o osobach pracujących w placówce
- dane o opłatach i możliwościach korzystania z posiłków
- zaproszenie na spotkania adaptacyjne dla dzieci i rodziców

Informacje na temat *oczekiwań* rodziców wobec przedszkola zostaną zebrane za pomocą anonimowej ankiety, której wyniki przedstawimy na pierwszym zebraniu po rekrutacji.

W drugiej połowie czerwca dzieci będą miały możliwość uczestniczyć w zajęciach i zabawach w grupach przedszkolnych .

W trzecim tygodniu czerwca odbędzie się zebranie z rodzicami nowoprzyjętych dzieci podczas którego:

- podamy wyniki ankiety adaptacyjnej
- przedstawimy nauczycielki pracujące w placówce
- zapoznamy rodziców z krótkim rysem psychologicznym dziecka podejmującego obowiązek przedszkolny
- wręczymy do wykonania wizytówki, z którą dziecko przyjdzie do przedszkola 1 kwietnia

## **II. Czerwcowe zebranie z rodzicami**

Zebranie czerwcowe jest bardzo istotne z punktu przełamania lęku rodziców przed powierzeniem własnego dziecka obcym osobom, stąd właśnie wypływa idea przedstawienia personelu tak pedagogicznego jak i obsługowego.

Zebranie to odbywa się już bez udziału dzieci. Naszą uwagę skupiamy na rodzicach, pragniemy ich bliżej poznać, nawiązać relacje wzajemnej sympatii i zaufania.

Chcemy przybliżyć rodzicom to, co może czekać ich dziecko w przedszkolu w relacjach z rówieśnikami, jak przygotować je do pokonywania ewentualnych trudności poprzez rys psychologiczny dziecka stawiającego pierwsze kroki w przedszkolu.

Istotne będzie kierowanie się zasadami prawidłowych relacji interpersonalnych w organizacji spotkania. Przyjmiemy formę warsztatową, dzięki której rodzice będą mieli możliwość podzielić się swoimi odczuciami i obawami.

Mając na uwadze pokonanie pierwszych barier wykorzystamy stosowaną w pracy z dziećmi zabawę integracyjną.

## **III. Skąd te pierwsze trudne kroki?**

Dla każdego dziecka rozstanie z matką i domem jest bolesne. Okres między 3 a 7 rokiem życia jest umownie uznany za taki, w którym można dziecko powierzyć oddziaływaniu instytucji jaką jest np. przedszkole.

Przystosowanie się dziecka do nowych warunków może być przez nie zaakceptowane lub odrzucone.

Przyczyny złej adaptacji mogą być różnorodne. Jedną z nich jest zmiana warunków życia spowodowana pójściem do przedszkola. Dotąd dziecko nie było przyzwyczajone do pobytu w dużej grupie, nie nauczyło się podporządkowania wymogom życia grupowego i wymaganiom stawianym w przedszkolu.

Trudności w społecznym przystosowaniu są często wynikiem nadmiernej opieki nad dzieckiem, co powoduje brak zaradności i samodzielności.

Niekorzystnym czynnikiem jest również zbyt duża swoboda i tolerancja w stosunku do dziecka.

Dziecko 1 września jest podane próbie samodzielności. Jego rozwój osobowości oraz wpływ poniżej wymienionych czynników, musi ulec zharmonizowaniu, w celu przystosowania się do nowych warunków.

## 1. Dziecko w rodzinie

Do czynników kształtujących osobowość dziecka należą:

- warunki materialne, w jakich się wychowuje
- brak jednego z rodziców
- model rodziny w sensie pokoleniowym
- systemy wychowawcze
- niedobory psycho – fizyczne
- atmosfera panująca w rodzinie
- jedynactwo lub wielodzietność
- nadmiar lub niedosyt uczuć ze strony rodziców
- konsekwencja w wychowaniu
- poczucie bezpieczeństwa w rodzinie
- nawyki samoobsługowe
- opieka nad dzieckiem przez osoby trzecie

Zaznaczyć należy, że wyżej wymienione czynniki mogą spełniać rolę sprzyjającą rozwojowi osobowości małego dziecka, ale mogą ją również hamować.

## 2. Dziecko w przedszkolu

W przedszkolu czekają na dziecko m. in. sytuacje takie jak:

- wysiłek fizyczny i hałas
- podporządkowanie się pewnym wymogom
- ograniczenia
- określony system motywacji
- przebywanie w dużej grupie

## 3. Fizjologia

Proces adaptacji oddziałuje na wszystkie obszary organizmu dziecka. Układ nerwowy, jeszcze niedojrzały ma za zadanie przystosowanie procesów fizjologiczno – biologicznych, emocjonalno- społecznych i poznawczych do odbioru nieobojętnych dla organizmu i emocji bodźców. Istotą prawidłowej adaptacji musi być zrównoważenie emocji pozytywnych i negatywnych oraz przetransponowanie strachu a nawet paniki w poczucie bezpieczeństwa.

Udział osoby najbliższej w pierwszym kontakcie dziecka z placówką i przyszłym wychowawcy, ich rozmowa wstępna, uzyskanie informacji na temat oczekiwań rodzica niewątpliwie przyczyni się i ułatwi nauczycielowi stworzenie warunków do indywidualnego i harmonijnego rozwoju dziecka we wszystkich sferach.

### III Jak „oswoić” dziecko z przedszkolem ?

Jak wynika z naszych obserwacji i wieloletnich doświadczeń, bez względu na wiek dziecka, pierwsze momenty przebywania w przedszkolu są rzeczywiście bardzo trudne. Niezmiernie rzadko zdarzają się dzieci, które bez emocji pozostają w przedszkolu. Intencją tego rozdziału jest podanie rodzicom wskazówek, jak powinni wspierać dziecko w przygotowaniu do przedszkola.

#### 1. Lista najważniejszych zachowań nawykowych

- pomaganie innym
- dbałość o to, aby dziecko odkładało rzeczy na swoje miejsce
- poszanowanie czyjegoś wysiłku / np. wycieranie butów/
- właściwe zachowanie się przy stole i kształtowanie dobrych manier przy jedzeniu
- właściwe zachowanie się w ubikacji
- samodzielne ubieranie i rozbieranie się

W kształtowaniu wymienionych nawyków na pewno pomoże okazywanie zadowolenia z każdego przejawu samodzielności dziecka, cierpliwość, systematyczność, konsekwencja, pochwały. Bez tego nie da się przekształcić czynności samoobsługowych w nawyki.

#### 2. Kształtowanie kontaktów interpersonalnych

- uważne słuchanie dziecka
- cierpliwe oczekiwanie na wyartykułowanie przez dziecko jego potrzeb i obaw
- wyeliminowanie swoistych neologizmów dziecka, zrozumiałych tylko dla niego i rodzica
- posługiwanie się językiem zrozumiałym dla dziecka i innych
- stwarzanie sytuacji do kontaktów z osobami obcymi, które zyskały zaufanie rodziców
- pozostawianie dziecka czasami z osobą zaufaną /dziadkowie, rodzina /

#### 3. Przestrzegajmy zasad właściwego odpoczynku i snu

- organizujemy relaks po obiedzie np. odpoczynek połączony ze słuchaniem treści czytanych bajek, opowiadań
- stwarzamy sytuacje, w których dziecko nabierze zaufania, że spanie w nie swoim domu nie oznacza całkowitego rozstania z rodziną /pozostawmy czasem dziecko na noc u kogoś innego, np. u babci/

#### 4. Przedszkole domem drugim jest

- porozmawiamy z dzieckiem po co są przedszkola i dlaczego rodzice muszą pracować
- obdarzmy zaufaniem przedszkole
- nie przedłużajmy momentu pożegnania się z dzieckiem, nie dajmy odczuć własnego niepokoju
- starajmy się stopniowo przedłużać czas pobytu dziecka w przedszkolu

## V. Wizytówka dziecka

W celu bliższego poznania przyszłego przedszkolaka prosimy rodziców o wspólne wypełnienie wizytówki i przyniesienie jej na pierwsze spotkanie w przedszkolu

### MOJA WIZYTÓWKA

1. Mam na imię
2. Moje ulubione zabawki to
3. Moja ulubiona bajka to
4. Najbardziej lubię gdy
5. Złoszczę się, kiedy
6. Marzę o
7. Boję się
8. Najbardziej lubię jeść.
9. Nie lubię jeść
10. Moja ulubiona zabawa
11. Moje ulubione zwierzątko
12. Narysuj swój portret lub dowolny rysunek /na odwrocie kartki/

Dziękujemy za odpowiedzi i do zobaczenia w przedszkolu

Wizytówki te zostaną rozdane na planowanym w czerwcu zebraniu z rodzicami, a odebrane we wrześniu.



## **VI. Ewaluacja programu.**

Działania wynikające z programu muszą być oparte na rzetelnych przesłankach. Koniecznością jest zgromadzenie niezbędnych informacji o dziecku, oczekiwaniach rodziców i problemach adaptacyjnych na podstawie rzetelnie opracowanych narzędzi badawczych.

Ankieta pilotażowa ma za zadanie dać informację o konieczności wdrożenia programu. Pytania o somatyczne i psychiczne problemy dziecka w pierwszych dniach pobytu w przedszkolu i czynniki je powodujące, mają na celu zgromadzenie informacji i dokonanie zmiany lub ograniczenie wpływu tych czynników w celu złagodzenia trudności.

Kolejna ankieta zostanie zaproponowana rodzicom w okresie rekrutacji. Celem jej jest podniesienie jakości usług świadczonych przez nasze przedszkole oraz przede wszystkim poznanie oczekiwań i obaw rodziców względem przedszkola.

Wyniki tej ankiety posłużą do konkretnych działań personelu tak pedagogicznego jak i obsługowego, w celu zrealizowania w jak największym stopniu oczekiwań rodziców i tym samym eliminując przyczyny ich nieuzasadnionych obaw.

O dokonanie oceny skuteczności działań wdrożonego programu poprosimy Rodziców w październikowej ankiecie. Rzetelne informacje na temat przebiegu adaptacji dzieci posłużą do opracowania wskazówek dla nauczycielek, ukierunkowując ewaluację ich działań.

Funkcjonowanie programu adaptacyjnego nie zamyka się w okresie kwiecień październik. Założeniem głównym opracowania jest zapewnienie dziecku komfortowych warunków psychofizycznego rozwoju, pozyskanie zaufania rodziców i prawidłowa z nimi współpraca w ciągu całego pobytu dziecka w naszej placówce.