



ДЕТСКА ГРАДИНА №3 “ЗОРНИЦА” гр. ХАСКОВО

6300 Хасково, ул. ”Св. Св .Кирил и Методий” №2, тел. 0885125205 e-mail: odz_zornica_3@abv.bg

Модел за адаптация на децата при постъпване

в ДГ № 3 „Зорница“

Екипът на ДГ № 3 „Зорница“ разбира, че всяко дете е уникално и може да се нуждае от известно време , за да се адаптира към новия ежедневен режим и рутина.

Детската градина е инициативен фактор във взаимодействието с родителите. Семейството става участник в образователния процес. Сътрудничеството и взаимодействието между родителите и детската градина се осъществява чрез най-разнообразни средства: индивидуални консултации, родителски срещи, обучения, разговори.

Постъпването в детската градина е първия преход от семейната среда към предучилищните институции или т.нар. преход от първичната към вторичната социализация на детето. Плавната адаптация е важна не само за социализацията му, а и за неговото психоемоционално здраве и когнитивно развитие. Периодът на ранното и предучилищно детство е особено сензитивен и полага основите на социалното и когнитивното развитие за цял живот. Родителите в най-голяма степен могат да допринесат за бързата и и безболезнена адаптация на детето, когато са убедени в способността на детето успешно да премине през този етап.

Адаптацията е процес, който се основава на преживяванията. Зависи от индивидуалните способности на психиката към процесите от външната среда, но може да се подпомогне и да се осмисли.

За по-успешната адаптация на децата 2-4 годишна възраст ще посочим три фактора, които дават възможност за осъзнаване и гъвкавост на психичните процеси.

1. Отделяне от майката и семейната среда;

2. Свързване и изграждане на социални контакти с връстниците и персонала в детското заведение;

3. Адаптиране към режима, правилата и изискванията в детското заведение.

Деца имат различен **опит** и **ниво на самостоятелност** поради това едни от тях са се адаптирали по-лесно, а други по-трудно.

Първият фактор – **отделянето на детето от майката и сигурната домашна среда** представлява чисто физическата раздяла на детето с майката и дома. Ако вашето дете преживява по-трудно раздялата с вас, то това, което можете да правите в момента е да:

- **Осигурявате възможност на детето да поддържа опита си и да остава спокойно и в отсъствието на мама.** Например, в условията на социална изолация, бихте могли да се отделяте по-често в другата стая под претекст, че правите нещо. Нека детето прекарва повече време с бащата/ бабата/ някой друг член на семейството, с когото живее. Нека някой друг къпе, храни и приспива детето поне 2-3 пъти седмично.
- **Имитирайте разговор с учителките на групата/ сестрите в яслата.** Целта на такава ролева игра е от една страна детето да продължава да чува имената им и да знае, че тези хора са част от живота ви, а от друга страна да усеща вашата позитивна нагласа и доверието, което им гласувате... Можете да включите и детето в играта като наужким се “обадите” на госпожата и ѝ разкажете какво сте правили през деня или какво ново е научило детето.

Дори и децата с лесно отделяне от майчината фигура могат да имат затруднения при изграждането на контакти с другите деца или възрастните, които полагат грижи за тях.

Вторият важен фактор – **свързването, можете да подпомогнете като поддържате връзката на детето с детската градина/ясла, децата от групата и хората, които полагат грижи за детето.**

- **Разглеждайте снимки на персонала и сградата на детската градина/ясла, а също и на децата от групата.** Такива снимки са достъпни на сайтовете на детските заведения и ясли. А снимки на децата, можете да намерите от техните родители или разглеждайки общите снимки на групата (от коледното тържество например).
- **Поддържайте онлайн контакт с връстниците.** В случай, че детето Ви има изградени по-близки контакти с някое от децата – поддържайте ги под формата на видео – връзка. За децата би било нещо ново и интересно. Целта е детето да не губи връзката с дечицата от групата. Може да си направят импровизирана игра на гоненица или да се разходят “виртуално” из дома на другарчето и да покажат стаята си, любимите си играчки, домашен любимец и последната си рисунка например.

- **Включвайте имената на децата от групата в сюжетно – ролева игра.** Игрите “наужким” позволяват да припишем на плюшените играчки или кукли човешки качества и да им дадем имена (защо не същите като на децата в групата). Стимулирайте детето само да определи имената на животните. Поставете ги в ситуация, каквато детето преживява в детската градина, например горските животинки са седнали в кръгче, а госпожа костенурка им чете приказка. Вживейте се в роля. Така и детето ще се потопи по-лесно във въображаемия си свят и ще направлява играта. Подобни игри разкриват интересни нюанси от преживяванията на детето и са добра основа за последващ разговор на тема – кои са твоите приятели в групата или какво най-много ти харесва, когато ходиш на градина. Старайте се да сте позитивни и играйте “поддържаща роля”. Нека детето има главната и водеща роля в играта.

Третият фактор – адаптирането на детето към режима, правилата и изискванията в детското заведение, можете да улесните, като:

- **Поддържате дневен режим и рутина близки до тези в детското заведение.** Ритмичността в дейностите предотвратява умората, успокоява тревожността и прави възприемането на новата среда като по-дружелюбна, позната и по-малко плашеща. В ситуация на социална изолация много родители споделят за изместване на режима на децата (по-късно ставане и съответно по-късно заспиване, често и липса на следобедна дрямка). Ако децата останат за дълго в този режим, когато дойде времето да се върнат в детските заведения, по-трудно биха се адаптирали. Всяко едно излизане от времевата рамка прави децата по-раздразнителни и дава възможност на децата да търсят “разширяване на границите си”. Около третата година, когато е периода на първата възрастова криза, е силен порива да налагат собствените си желания “искам нещо, сега го искам”. Въпрос на отстояване от страна на родителя е да се спазват **правилата за последователността на дейностите**– “ставаш от сън, сядаш на гърне, измиваш се, сваляш пижамата и се обличаш, закусваш и едва след това всичко останало – игра/ филмче/ музика...” “Изпуснете” ли сега този момент, ще ви бъде много трудно отново да го наложите и вероятността да имате много “трудни” сутрини е голяма.
- Добра утвърдена практика в подкрепа на лесното спазване на режима е използването на **визуално разписание на дневния режим**.
- **Придържайте се към правилата и нормите на добро поведение** (прибиране на играчки, помощ в подредбата на масата преди хранене, сервиране и отсервиране на храната, самостоятелно събличане и обличане, грижа за домашните растения и др.) **Помнете, че в детските градини децата се учат на самостоятелност в грижите за себе си** и сега у дома е важно да поддържате тези умения. Под формата на игра, без излишен стрес.

- **Храненето** често е причина за по-трудна адаптация към детските заведения, защото децата не са свикнали с типа храна там. Отказват да се хранят, което ги прави раздразнителни и/или отпаднали и това се отразява на цялостната им адаптация. Постарайте се 2-3 пъти седмично да пригответе храна като в градината и си припомняйте моменти от съвместното хранене с децата: “Ти харесваш ли мусака, а Петьо харесва ли?”
- Оооо, искал си допълнително...

Припомняйте си песни, стихчета, игри и дейности от детската градина или ясла. С развитието на технологиите става все по-достъпно да намерите и подгответе интересни занимания за конкретната възраст на вашето дете. Интернет е пълен с готови материали, песни и игри и само въвеждането на ключова дума и един клик разстояние ни дели от море от идеи.

Поддържайте у детето усещането, че детската ясла е място, което вие харесвате, че това място е също толкова сигурно и защитено както е домът. Че там има хора, които го харесват и са готови да посрещнат нуждите му.

Отговорности на родителите

За по-бързо и безболезнено адаптиране на децата е необходима предварителна подготовка от страна на родителите непосредствено преди постъпване на детето в ДГ. :

- Уеднаквяване на дневния режим. Детето да се научи да се храни и спи в точно определено време.
- Друг важен момент е психологическата подготовка – родителите да създадат положителна нагласа към новото място. Добре е няколко дни преди официалното постъпване в детската градина, детето да се запознае с новите условия на средата.
- Необходимо е родителите да запознаят учителя с детето , с неговите навици и умения.
- Препоръчително е раздялата с родителите да става бързо. Много важни са емоциите на родителя. Колкото по-нерешителен е той, толкова по-тревожно ще бъде детето.
- Добре е да се създаде семеен ритуал преди воденето на детето в детската градина.
- На детето трябва да бъде обяснено след кое събитие от деня ще го вземат.
- Добре е да бъдат създадени правила, които да се спазват при раздяла.
- Детето има нужда от граници и правила, за да се адаптира по-бързо.
- От значение е редовното ходене на детска градина. Нека детето свикне с мисълта, че то има задължение от понеделник до петък е на детска градина. Както родителите са на работа.
- Желателно е дрехите да са лесни за обличане и събличане.

Симптоми на адаптирано дете:

Детето се чувства добре в средата (в групата, в детската градина). Разделя се самостоятелно и с добро настроение.

- По време на престоя в детската градина е спокойно.
- По време на занимания и игри общува с възрастни и връстници.
- При тръгване от детската градина разказва с удоволствие за преживяното.
-

При деца с трудна адаптация към детска градина, могат да бъдат извършени следните стъпки с присъствието на родител:

- Родителят посещава заедно с детето си детска градина. Престоят трябва да е съобразено с режимния момент на децата, след сутрешната закуска. Първите няколко дни служат за опознаване на средата, децата и възрастните. Времетраенето може да се осъществи от 15 до 30 минути, като постепенно детето бъде оставяно в занималнята.
- Продължителността на присъствието на родителите, както и дейностите, в които могат да участват, се определят предварително на индивидуални срещи между учителите и родителите.
- Родителят посещава детското заведение след предварителна уговорка с учителя/медицинската сестра на групата, който от своя страна информира ръководството на ДГ. Родителят е необходимо да представи на медицинската сестра в ДГ здравна книжка. За престоя в детската градина, родителят е необходимо да си осигури чисти обувки, спазва Правилата на ДГ.

Стабилизиране.

Времето за раздяла се увеличава плавно. Служителят подпомогнал адаптацията, наблюдава детето. През петият ден, ако детето е спокойно, може да приспи в детската ясла/градина.

Финализиране на периода за адаптация.

Адаптацията е приключила след като детето е приело служителите, децата и средата. Възможно е при сутрешният прием, детето да протестира, но при влизане в групата се чувства комфортно.

Цели на програмата

1. Позитивна съвместна работа и ефективно общуване между родителите и детската градина за развитие на детската личност и нейната успешна социализация.
2. Градивно общуване между родителите и детската градина за постигане на целите на предучилищното образование и постигане положително отношение към детската градина.
3. Ефективен модел за сътрудничество с родителите за:
 - Споделена отговорност
 - Постигане на доверителни отношения и работещо партньорство

4. Всеки един родител да посети групата в работен режим

Дейности за постигане на целите

1. Създаване и поддържане информационна среда за родители, прилагане, подходи и форми за запознаване с програмната система в детската градина.
2. Разработване и прилагане ефективен механизъм за консултация с родители
3. Поддържане на обратна връзка
4. Родителски срещи
5. Тренинги, лектории
6. Ден, седмица на отворените врати
7. Участие в празничния календар
8. Проучване на мнението, анкета.
9. Създаване на график за присъствие на родители в групата.
10. Изработване на съвместни приложения, драматизации на приказки, рисуване, игри.

Дейностите са в сутрешен или в следобеден режим, съобразено с трудовата заетост на родителите.

Служителите на ДГ № 3 „Зорница“ са чувствителни към нуждите на Вашето дете, разбираме че адаптацията е труден период за семейството. Следим внимателно адаптацията на Вашето дете и ще Ви информираме за неговото състояние.

Искрено се надяваме да сме Ви от полза с нашите съвети и препоръки. Просто бъдете активни в разрешаването на проблеми, в споделянето на радости, във вземането на решения. Ние искаме най-доброто за Вашите и в същото време „Наша“ деца!