**PROGRAM ADAPTACYJNY**

**DLA DZIECI 3 LETNICH**

**W PRZEDSZKOLU NR 5**

**im. „Dzieci z Zamkowego**

**Wzgórza”**

Rozpoczęcie przez dziecko edukacji przedszkolnej, to moment przełomowy w jego życiu. Dla wielu dzieci jest to pierwszy kontakt z grupą rówieśniczą i znaczna zmiana dotychczasowego trybu życia. Przychodząc do przedszkola dzieci różnią się „poziomem zdolności przystosowawczych”. Niektóre z nich przyzwyczajają się łatwo do nowych warunków przedszkolnych, inne mają duże trudności.

Plan 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 nauczycielkami i rówieśnikami w warunkach komfortu psychicznego. Żeby proces adaptacji przebiegał sprawnie i trwał jak najkrócej musi istnieć ścisła współpraca między rodzicami, a pracownikami przedszkola. Współpraca ta powinna być przemyślana, zorganizowana, oparta na ustalonych zasadach i mająca na celu osiągnięcie określonych efektów.

CHARAKTERYSTYKA ZACHOWAŃ DZIECKA 3 LETNIEGO

Małe dziecko jest mocno uzależnione emocjonalnie od najbliższych osób i ma jeszcze słabo ukształtowany system własnego „ja" .Dlatego nie może obejść się bez wsparcia i pomocy ze strony najbliższych. Rodzina stanowi dla dziecka najbogatsze i najkorzystniejsze środowisko dla rozwoju. Dostarcza wzorów zachowań w różnych sytuacjach.

Trzylatek nie wie jeszcze, że można tego oczekiwać od osób trzecich. Dlatego oderwanie od najbliższych budzi w nim lęk. Dodatkowo dziecko trzyletnie ma kłopoty w słownym porozumiewaniu się, zwłaszcza z osobami obcymi. W domu dorośli znakomicie rozumieją jego gest, mimikę i inne zachowania. W nowym środowisku dziecko czuje, że dorośli nie orientują się w tym, co chce przekazać. Na dodatek nie rozumie, czego się inni po nim spodziewają. Wzmaga to dziecięcy lęk.

Trzylatki mają też słabą orientację w przestrzeni, a jeszcze gorzej orientują się w czasie. Przedszkole to nowe miejsce, a na dodatek dziecko musi w nim przebywać długo. Dominujące uczucie lęku skutecznie blokuje chęć poznania nowego terytorium i nowych rzeczy. Dlatego trzylatek nie zwraca uwagi na to, co znajduje się wokół niego i nie jest w stanie zainteresować się, chociaż chwilę nową zabawą. Cały jest skoncentrowany na tym, aby jakoś opanować swoje emocje.

ZAŁOŻENIA PROGRAMU

Program realizowany będzie w grupie najmłodszej (3 - latki) w roku szkolnym 2025/2026

PROGRAM SKIEROWANY JEST DO:

- nauczycieli i personelu pomocniczego przedszkola, którzy stworzą warunki szybszego

przystosowania się dzieci do nowego środowiska;

- dzieci, które rozpoczynają nowy etap w swoim życiu (dzieci nowo przyjęte do przedszkola)

- rodziców, którzy decydują się na edukację przedszkolną własnego dziecka

ZADANIA PROGRAMU:

1. Wytworzenie pogodnej i miłej atmosfery na kanwie akceptacji i bezpieczeństwa w grupie trzylatków.

2. Stworzenie możliwości nawiązywania bliskich i serdecznych kontaktów z rówieśnikami, personelem grupy oraz rodzicami innych dzieci.

3. Sterowanie rozwojem trzylatka w celu budowania pozytywnego obrazu własnego "ja" w oparciu o zaspokojoną potrzebę bezpieczeństwa.

4. Pokazanie sposobów radzenia sobie z własnymi emocjami, właściwego reagowania na emocje innych, na kontrolowanie własnych zachowań w stosunku do personelu, dzieci i rodziców, wytworów plastycznych własnych i cudzych.

5. Wyrabianie więzi emocjonalnej ze środowiskiem przedszkolnym oraz wzmacnianie więzi uczuciowej z rodziną.

GŁÓWNE CELE PROGRAMU ADAPTACJI DO GRUPY PRZEDSZKOLNEJ:

1. Mobilizowanie rodziców do udzielania psychicznego wsparcia ich dziecku poprzez rozdawanie ulotek, organizowanie wspólnych zabaw dzieci i rodziców.

2. Obniżenie lęku rodziców związanego z oddaniem dziecka do przedszkola poprzez stosowanie zabaw integracyjnych na spotkaniach z rodzicami, częste rozmowy indywidualne z rodzicami.

3. Wspomaganie trzylatka w procesie przystosowania do życia w warunkach przedszkolnych poprzez umożliwienie mu poznania nowego otoczenia   
w poczuciu bezpieczeństwa.

4. Wyrabianie w dziecku orientacji czasowej dotyczącej rozkładu dnia w grupie trzylatków.

5. Wpajanie dzieciom wiedzy o przeznaczeniu i sposobie korzystania z zabawek, pomieszczeń i sprzętu przedszkolnego.

6. Kształtowanie poczucia przynależności przedszkolnej poprzez wykonywanie wystawek prac wykonanych podczas spotkań adaptacyjnych prowadzonych   
z dziećmi.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

W stosunku do dziecka:

• skrócenie jego adaptacji do warunków przedszkolnych,

• zmniejszenie lęku przed rozstaniem z rodzicami,

• poznanie swoich wychowawczyń i innych pracowników przedszkola,

• poznanie sali i otoczenia przedszkola,

• rozwijanie umiejętności społecznych,

• rozumienie i stosowanie norm i zasad życia w grupie

• wspomaganie dziecka w opanowaniu czynności samoobsługowych,

• przystosowanie dziecka do nowego środowiska,

• wspomaganie dziecka w budowaniu pozytywnego obrazu siebie,

• nabywanie przez dziecko poczucia własnej wartości.

W stosunku do rodziców:

• zmniejszenie lęku rodziców związanego z koniecznością oddania dzieci pod opiekę personelu przedszkola,

• ukazanie rodzicom mocnych stron, możliwości i sukcesów dziecka,

• uczulenie rodziców na sytuacje trudne, spotykane przez dziecko w przedszkolu,

• poznanie przez rodziców wychowawczyń ich dziecka i personelu przedszkola,

• integracja rodziców między sobą,

• zapoznanie rodziców z ramowym rozkładem dnia oraz pomieszczeniami przedszkola,

• zaproszenie rodziców do współpracy z nauczycielkami, budowanie wzajemnej więzi między nauczycielkami, a rodzicami, opartej na zaufaniu.

OCZEKIWANIA ADAPTACYJNE WOBEC DZIECI:

Dziecko potrafi:

• przezwyciężyć lęk i obawy przed zmianą środowiska,

• uczestniczyć w życiu grupy,

• z zaufaniem zwracać się o pomoc do nauczycieli i pracowników przedszkola,

• przestrzegać podstawowych reguł współżycia w grupie,

• zrozumieć, że pobyt w przedszkolu jest czasowy i zawsze kończy się powrotem do domu z rodzicami,

• zapoznać się z pomieszczeniami, w których będzie przebywać w przedszkolu,

• zna zasady przebywania na terenie przedszkola

• potrafi lub podejmuje próby samodzielnego mycia buzi i rąk, korzystania z toalety,

• samodzielnie je lub podejmuje próby w tym zakresie, potrafi powiedzieć, ze mu coś smakuje lub prosi o dokładkę

• potrafi lub podejmuje próby samodzielnego rozbierania się i ubierania,

• potrafi bawić się samo, nawiązuje kontakty w zabawie z innymi dziećmi,

Rodzic:

• ma poczucie bezpieczeństwa o swoje dziecko,

• zna nauczycielki oraz personel przedszkola,

• zna pomieszczenia, w których będzie przebywać dziecko,

• współpracuje z przedszkolem – zna cele i zadania,

• wie, w co wyposażyć 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:

• poznaje dzieci z grupy uwzględniając w pracy ich indywidualne predyspozycje, potrzeby i możliwości,

• planuje pracę w oparciu o wyniki obserwacji zachowań dzieci,

• zna oczekiwania rodziców wobec przedszkola.

PORADNIK DLA RODZICÓW RADY DLA RODZICÓW:

• Nie przeciągaj pożegnania, pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je.

• Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu, jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami może wszystko wymusić.

• Nie obiecuj: „jeśli pójdziesz do przedszkola to coś dostaniesz"- kiedy będziesz odbierać dziecko możesz dać mu niewielki prezencik, ale nie może być to forma przekupywania.

• Nie wchodź do sali razem z dzieckiem, bo pomyśli sobie, że rodzic ma być razem z nim i więcej nie będzie chciało zostać tam samo, przekaż dziecko Pani przyjmującej i nie wchodź.

• Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjściu do domu opowiedziało co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres.

• Nie wolno straszyć dziecka przedszkolem.

• Pamiętaj: żegnaj i witaj swe dziecko zawsze z uśmiechem.

METODY PRACY WYKORZYSTYWANE PODCZAS REALIZACJI PROGRAMU:

• elementy metody Pedagogiki Zabawy - ułatwiające integrację grupy,

• elementy koncepcji planu Daltońskiego

• elementy metody Ruch Rozwijającego W. Scherborne,

• tańce integracyjne (KLANZA),

• zabawy naśladowcze, opowieści ruchowe,

• opowiadania, bajki,

• techniki relaksacyjne.

Dziecko za pomocą tych metod, poprzez podstawową formę aktywności jaką jest zabawa , zdobywa nowe umiejętności, uczy się współżycia w grupie rówieśników i współdziałania z nimi, mając jednocześnie zapewnione poczucie bezpieczeństwa. Program zapewnia nauczycielom dużą swobodę działania i nie ogranicza ich inwencji.

**Główne kierunki działania rodziny we wstępnym procesie adaptacyjnym**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ZADANIE** | **SPOSÓB REALIZACJI** | **KRYTERIA OSIĄGNIĘĆ** |
| **wdrażanie do samoobsługi** | "Miś jest głodny" - karmienie zabawki, potem umożliwianie dziecku samodzielnego spożywania posiłków;  "Ubieramy misia" - wspólne ubieranie zabawki, przechodzenie do ubierania dziecka i stopniowe ograniczanie pomocy;  uczenie dziecka korzystania z toalety;  wprowadzanie podstawowych zasad higieny (rozmowa, pokaz - np. mycie lalki, atrakcyjne przybory toaletowe);  wyznaczenie stałych miejsc przechowywania zabawek i innych przedmiotów używanych przez dziecko, zachęcanie do wspólnych prac porządkowych - forma zabawowa (np. "Ja ułożę lalki, a ty klocki"); | dziecko sprawnie posługuje się łyżką, pije z kubka;  dziecko potrafi zakładać i zdejmować ubranie (bez zapinania, wiązania);  dziecko załatwia potrzeby fizjologiczne;  dziecko rozumie konieczność codziennej higieny, potrafi samo umyć twarz, ręce, zęby;  dziecko sprząta po sobie zabawki, porządkuje swoje najbliższe otoczenie; |
| **organizowanie kontaktów z rówieśnikami** | częste chodzenie z dzieckiem tam, gdzie są inne dzieci, np. rodzina, znajomi, plac zabaw, zapraszanie dzieci do swojego domu, stwarzanie sytuacji, w których dziecko musi podzielić się zabawkami, słodyczami i in.; | dziecko chętnie uczestniczy w zabawie z rówieśnikami, rozumie potrzebę wspólnego korzystania z zabawek, potrafi dzielić się z innymi, z pomocą osób dorosłych podejmuje próby łagodzenia konfliktów; |
| **kształtowanie umiejętności porozumiewania się z rówieśnikami i dorosłymi** | czytanie i opowiadanie dziecku bajek, wspólne oglądanie ilustrowanych książek oraz programów telewizyjnych przeznaczonych dla najmłodszych, częste rozmowy z dzieckiem w różnych sytuacjach (np. w czasie spaceru, zabawy lub wykonywania codziennych czynności), zachęcanie do wypowiedzi poprzez zadawanie pytań oraz cierpliwe i uważne słuchanie dziecka; | dziecko jest śmiałe i otwarte na kontakty z innymi dziećmi oraz dorosłymi;  dziecko potrafi jasno przekazać otoczeniu swoje potrzeby i życzenia;  dziecko dzieli się swoimi przeżyciami;  zadaje pytania, dzięki którym poznaje otaczającą rzeczywistość;  poprawnie posługuje się ojczystym językiem; |
| **zorganizowanie życia dziecka w rodzinie według planu zbliżonego do rozkładu dnia w przedszkolu** | zapewnienie dziecku regularnego trybu życia - stałych pór posiłków, zabawy, odpoczynku, snu, przebywania na powietrzu bez względu na pogodę (wyłączając warunki ekstremalne); | dziecko ma dobre samopoczucie, jest zdrowe, pogodne, czuje się bezpieczne; |
| **zapoznanie dziecka z materiałami, z którymi zetknie się w przedszkolu** | stworzenie dziecku warunków do zabaw plastycznych, zapewnienie urozmaiconych materiałów i przyborów (papier, kredki, farby, plastelina, wycinanki, nożyczki itd.), uczenie prawidłowego korzystania z nich; | dziecko zna i potrafi posługiwać się podstawowymi materiałami i przyborami;  dziecko jest twórcze i swobodne, chętnie wyraża siebie poprzez różne formy ekspresji; |
| **stopniowe uniezależnianie psychiczne dziecka od rodziców** | częste i szczere rozmowy z dzieckiem zapewniające o miłości, przyzwyczajanie do nieobecności rodziców, pozostawianie dziecka pod opieką dorosłych osób, z którymi nie jest ono związane emocjonalnie tak silnie, jak z rodzicami (dalsza rodzina, znajomi) - początkowo na krótko czas, stopniowo należy go wydłużać; | dziecko dobrze znosi rozłąkę z rodzicami, nie obawia się porzucenia; |
| **kształtowanie pozytywnego nastawienia do przedszkola** | opowiadanie dziecku o przedszkolu, zabawkach i dzieciach, które tam spotka;  spacery w okolice przedszkola, poznanie drogi, ogrodu przedszkolnego i budynku;  odwiedziny w najmłodszej grupie, poznanie nauczycielek i personelu;  zachęcanie do wspólnej zabawy z rówieśnikami w sali i w ogrodzie | dziecko zna i w pełni akceptuje nowe środowisko |

**Program adaptacji dzieci rozpoczynających edukację przedszkolną**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ZADANIA** | **SPOSOBY REALIZACJI** | **TERMINY REALIZACJI** | **KRYTERIA OSIĄGNIĘĆ** | **MONITOROWANIE** |
| **poznawanie się rodziców, dzieci i nauczycieli; określenie jednolitych, wspólnych działań ułatwiających dzieciom wejście w nowe środowisko** | zebranie informacyjne dla rodziców dzieci nowo przyjętych - program i organizacja pracy placówki, główne kierunki działania rodziny w celu przygotowania dziecka do warunków przedszkolnych (dla każdego rodzica);  wizyty rodziców i dzieci w przedszkolu (ogród, budynek, wyposażenie), próby wspólnych zabaw z przedszkolakami oraz rozmów z nauczycielami; | czerwiec - sierpień | rodzice znają i akceptują szeroko pojęte życie przedszkolne, a także działalność placówki;  rodzice rozumieją swoją ważną rolę w procesie wstępnej adaptacji dziecka do warunków przedszkolnych;  dziecko dobrze zna budynek i ogród przedszkolny;  dziecko potrafi nawiązywać pierwsze kontakty z rówieśnikami i osobami dorosłymi pracującymi w przedszkolu; | protokół zebrania informacyjnego;  obserwacja zachowań dzieci;  rozmowy z rodzicami; |
| **zebranie podstawowych informacji o nowych dzieciach** | karty zgłoszenia dziecka, "Moje dziecko" – ankieta, krótka charakterystyka dziecka przygotowana przez rodziców (cechy osobowości, zachowania, zdolności, preferencje zabawowe, pokarmowe itp.); | czerwiec - wrzesień | nauczyciel posiada niezbędny zasób wiedzy o dziecku, umożliwiający dobór najwłaściwszych metod postępowania w celu bezstresowego włączenia dziecka do grupy rówieśniczej; | rozmowy z rodzicami;  obserwacja dziecka na tle grupy; |
| **poznanie i uzgodnienie wzajemnych oczekiwań (rodzina - przedszkole)** | zebranie organizacyjne (grupowe);  wybór przedstawicieli do rady rodziców;  szczegółowe ustalenia dotyczące procesu wychowawczo-dydaktycznego;  określenie sposobu wymiany informacji ("kącik dla rodziców", indywidualne rozmowy , ankiety dla rodziców, tablica ogłoszeń i in.); | wrzesień | rodzice współpracują z placówką poprzez swoich przedstawicieli w radzie rodziców;  rodzice współdecydują o przebiegu procesu wychowawczo-dydaktycznego;  rodzice posiadają aktualne informacje dotyczące rozwoju dzieci i działalności przedszkola;  nauczyciele znają i akceptują preferencje rodziców dotyczące kierunku pracy z dzieckiem; | protokół zebrania organizacyjnego;  arkusz informacji zwrotnej od rodziców;  wyniki ankiet; |
| **łagodne wprowadzenie dziecka do grupy przedszkolnej**  **konsekwentne usamodzielnianie dziecka** | "Kawałeczek domu" - przynoszenie ulubionej zabawki (przedmiotu) z domu; Przytulanki  "Jestem przedszkolakiem" - zachęcanie do poznawania sali, zabawek, kolegów, atrakcyjne formy zajęć i zabaw;  serdeczne kontakty indywidualne z dziećmi jako wyłączna forma działań;  przekazywanie dzieciom elementarnych zasad higienicznych i społecznych oraz kształtowanie podstawowych umiejętności samoobsługowych (w formie zabawowej), stopniowe ograniczanie pomocy nauczyciela w czynnościach codziennych; | pierwszy dzień pobytu w placówce    wrzesień - październik        w ciągu całego roku | dziecko bezboleśnie rozstaje się z rodziną, godzi się na pozostanie pod opieką nauczycielki;  dziecko korzysta z dostępnych zabawek, materiałów i przyborów, uczestniczy w zajęciach i zabawach;  dziecko nawiązuje kontakty z osobami dorosłymi i innymi dziećmi;  dziecko zna, rozumie i podporządkowuje się podstawowym zasadom obowiązującym w grupie;  dziecko jest samodzielne na miarę swoich możliwości, potrafi wykonać podstawowe czynności samoobsługowe;  dziecko utożsamia się z grupą; | obserwacja czynności i zachowań dziecka w grupie rówieśniczej (zapis w karcie); rozmowy z dziećmi;  rozmowy z rodzicami; |
| **promocja przedszkola w bliższym i dalszym środowisku** | wystawy prac dziecięcych;  udział dzieci w konkursach;  "Kronika Przedszkola";  występy dzieci podczas uroczystości przedszkolnych;  strona internetowa przedszkola [www.p5malbork.pl](http://www.p5malbork.pl)  adres mailowy: [przedszkolenr5@onet.poczta.pl](mailto:przedszkolenr5@onet.poczta.pl) | w ciągu całego roku szkolnego | rodzice wysoko oceniają kompetencje placówki i polecają ją w swoich środowiskach;  dzieci są dumne z bycia przedszkolakiem właśnie w tej placówce;  przedszkole jest znane i cieszy się dobrą opinią w szerokim środowisku; | prace dzieci;  wpisy do kroniki grupowej;  "Kronika Przedszkola";  kopie zgłoszeń do konkursów;  scenariusze zajęć i uroczystości;  liczniki odwiedzin na stronach internetowych;  korespondencja (wydruk); |
| **pogłębianie wiedzy pedagogicznej rodziców** | opracowanie zestawu literatury fachowej pomocnej w procesie wychowania;  kontakty ze specjalistami (spotkania, pośrednictwo);  zajęcia otwarte;  "kącik informacyjny dla rodziców";  rozmowy indywidualne z nauczycielkami; | sukcesywnie przez cały rok | rodzice są świadomi, że pełna adaptacja dziecka do przedszkolnych warunków jest procesem długotrwałym, a także wymagającym ścisłej współpracy rodziny i przedszkola;  posiadają wiedzę pedagogiczną konieczną do adaptacji dziecka do przedszkola oraz prawidłowego jego wychowania; | rozmowy z rodzicami;  obserwowanie zachowań dziecka;  informatory dla rodziców;  notatka ze spotkania ze specjalistą; |
| ***i*ntegracja wszystkich osób tworzących przedszkole** | spotkania rodzinne (okolicznościowe i integracyjne - np. Dzień Babci i Dziadka, Dzień Rodziny, wigilia itp);  uroczyste obchodzenie urodzin dziecka;  zachęcanie rodziców do podejmowania różnych działań na rzecz przedszkola;  umożliwienie rodzicom współdecydowania w sprawach przedszkola (ankiety, warsztaty twórcze, zebrania rady rodziców) | cały rok szkolny | rodzice są partnerami przedszkola, czują się współodpowiedzialni za placówkę i proces wychowawczo-dydaktyczny skierowany na dziecko;  dzieci chętnie chodzą do przedszkola (czują się w nim pewnie i bezpiecznie), są szczęśliwe i wykazują wysoki stopień rozwoju we wszystkich obszarach;  dzieci, rodzice, nauczyciele i personel placówki są związani emocjonalnie, jako równoprawni członkowie społeczności przedszkolnej | scenariusze spotkań;  "Kronika Przedszkola"  karty obserwacji dzieci, prace dzieci  podziękowania dla rodziców (w dowolnej formie);  wyniki ankiet;  protokoły zebrań rady rodziców, warsztatów itp. |

EWALUACJA PROGRAMU

Celowość i efektywność programu należy monitorować przez cały okres procesu adaptacyjnego. Proponowane sposoby monitoringu to:

1. Karty obserwacji dzieci

2. Zdjęcia

3. Protokoły zebrań z rodzicami

4. Zajęcia i zabawy integracyjne

5. Scenariusze uroczystości

NARZĘDZIA EWALUACYJNE:

1. „Ankieta dla rodziców dziecka rozpoczynającego edukację przedszkolną”

2. „Ankieta obserwacji adaptacji dziecka do życia w przedszkolu”

3. „Arkusz obserwacyjny zachowań dziecka w przedszkolu po wstępnym okresie adaptacji”

Wnioski wypływające z analizy arkuszy obserwacyjnych i ankiet pozwolą na ocenę skuteczności podjętych działań związanych z realizacją PROGRAMU ADAPTACYJNEGO DLA DZIECI 3 LETNICH W PRZEDSZKOLU NR 5 im. „Dzieci z Zamkowego Wzgórza” oraz wskażą dalsze kierunki pracy.

BIBLIOGRAFIA:

1. Kielar –Turska M, Jak pomagać dziecku w poznawaniu świata, WSiP, W-wa, 1992.

2. Gruszczyk-Kolczyńska E, Kłopoty adaptacyjne dzieci do przedszkola i jak można im zaradzić, RABE – Edukacja w przedszkolu, Grudzień 1998.

3. Lubowiecka J, Trzylatek w przedszkolu. Współpraca rodziców i nauczycieli, Wychowanie w przedszkolu, nr 10, 1993.

4. Sochaczewska G, Czynniki warunkujące przystosowanie dziecka do przedszkola, Studia Pedagogiczne, t. 48, 1985

5. Noga E., Wasilak A., Stare i nowe zabawy podwórkowe, Wydawnictwo Klanza, Lublin 2003.