

PROGRAM ADAPTACYJNY PRZEDSZKOLA

UZASADNIENIE OPRACOWANIA PROGRAMU

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. By zmniejszyć negatywne uczucia związane z nową sytuacją opracowałyśmy „Program adaptacyjny dziecka” by pomóc zarówno dzieciom jak i rodzicom zniwelować stres związany z nową dla nich sytuacją. Proces przystosowania się dziecka do warunków przedszkolnych zależy w bardzo dużej mierze od akceptacji i pozytywnego nastawienia rodziców. Jeżeli rodzice akceptują wychowawców, ich metody pracy, to zwiększa się także akceptacja nowej sytuacji przez dzieci.

CELE PROGRAMU ADAPTACYJNEGO

1. Pomoc dzieciom w adaptacji do nowych warunków w przedszkolu.
2. Włączenie rodziców do udzielenia dziecku pomocy w adaptacji.
3. Przygotowanie rodziców do pomocy.

ZADANIA PROGRAMU ADAPTACYJNEGO

1. Skrócenie adaptacji dziecka w przedszkolu.
2. Ułatwienie dzieciom przekroczenia progu dom – przedszkole.
3. Obniżenie lęku rodziców związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę personelu placówki.
4. Przedstawienie dzieciom odpoczynku jako coś atrakcyjnego, łączenie leżakowania z czytaniem bajek, słuchaniem bajek i muzyki relaksacyjnej itp.
5. Nawiązanie relacji z rodzicami, która ma ułatwiać lepszą współpracę.
6. Integracja rodziców między sobą.

OCZEKIWANIA WOBEC RODZICÓW

1. Wspieranie dziecka w procesie przystosowania się do nowego środowiska.
2. Kształtowanie emocjonalnie pozytywnego stosunku do przedszkola.
3. Rezygnacja z nadopiekuńczości.
4. Uczenie dziecka i przyzwyczajanie do wchodzenia w nieznane sobie otoczenie, inne od domowego.
5. Uczenie nawiązywania kontaktów interpersonalnych z osobami trzecimi.
6. Wdrażanie do samodzielności dziecka w czynnościach samoobsługowych.

CZYNNIKI MAJĄCE WPŁYW NA ADAPTACJĘ

Adaptację ułatwia:

- Racjonalne podejmowanie decyzji,
- Zaufanie do placówki i personelu,
- Poznanie placówki niż dziecko,
- Umożliwienie kontaktu z innymi dziećmi,
- Usamodzielnienie dziecka
- Stopniowe przyzwyczajanie dziecka do przedszkola
- Wspieranie dziecka, zrozumienie jego stresu,
- Okazywanie spokoju, poczucia bezpieczeństwa podczas rozstania,
- Czas na bycie z dzieckiem po odebraniu z przedszkola.

Adaptację utrudnia:

- Niepewność decyzji,
- Brak zaufania do placówki, podejrzliwość wobec personelu,
- Nieznajomość placówki,
- Nadopiekuńczość, wyręczanie dziecka w czynnościach samoobsługowych
- Straszanie przedszkolem,
- Pośpiech, zdenerwowanie, spóźnienie,
- Brak jasnych reguł, zmienność decyzji,
- Nadopiekuńczość, wyręczanie dziecka w czynnościach związanych z samoobsługą,
- „Rzucanie na głęboką wodę” – pełny wymiar godzin,
- Brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka.

Rady dla rodziców

Zachowania jakie pomagają w przystosowaniu się dziecka do warunków przedszkolnych:

1. Nie przeciągaj pożegnania w nieskończoność, pomóż dziecku rozebrać się, zaprowadź do sali, pożegnaj się, i wyjdź.
2. Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu, jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić, daj mu np.:ulubioną przytulankę.
3. Nie obiecuj, jeśli pójdziesz do przedszkola to coś dostaniesz, kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezencik, ale nie może to być forma przekupywania.
4. Kontroluj się, co mówisz. Staraj się mówić o przedszkolu z wydźwiękiem pozytywnym, a nie negatywnym, nie odbieraj ewentualnych uwag, obserwacji czy sugestii nauczycielki jako ataku na Ciebie czy Twoje dziecko.
5. Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres.
6. Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tato, rozstania z tatą są mniej bolesne.
7. Pamiętaj: zegnaj i witaj swoje dziecko zawsze z uśmiechem, twój niepokój może udzielić się dziecku.
8. Ubieraj dziecko „na cebulkę” i wygodnie, aby łatwo mu było samemu się obsłużyć.
9. Zawsze dotrzymuj danego dziecku słowa, pamiętaj że nie ma jeszcze poczucia czasu ale kojarzy fakty z wydarzeniami.
10. Postaraj się ujednolicić rytm dnia w domu z przedszkolnym.
11. Dostarcz dziecku, zanim pójdzie do przedszkola, doświadczeń przebywania z innymi dorosłymi, bycia bez mamy, stopniowo wydłużając czas rozstania.
12. Jeśli mimo wszystko ma problemy podczas rozstania okaż zrozumienie, a nie zniecierpliwienie, oraz postaraj się znaleźć jak najwięcej czasu na bycie z dzieckiem po odebraniu z przedszkola.
13. Pamiętaj i bądź przekonana o tym, że z każdym dniem będzie lepiej!

Co może zrobić Rodzic, aby ułatwić dziecku przekroczenie progu przedszkolnego ?

- Wytwarzać u dziecka pozytywne nastawienie do przedszkola. Nie straszyć dziecka przedszkolem.
- Stopniowo dostosowywać rytm dnia dziecka do tego, jaki panuje w przedszkolu (np. zbliżone pory posiłków, przesunięcie drzemki na godzinę odpowiadającą porze leżakowania).
- Kształtować u dziecka umiejętności porozumiewania się z innymi dziećmi i dorosłymi (poprzez zachętę do prowadzenia rozmów, dzielenie się przeżyciami).
- Włączyć dziecko w przygotowania do pójścia do przedszkola, kupując wspólnie wyprawkę czy przytulankę, która będzie mu towarzyszyć.
- Przeprowadzić tzw. trening umiejętności społecznych, polegający na doświadczaniu przez dziecko przebywania z innymi dorosłymi i dziećmi a także rozstania z rodzicami.
- Wdrażać dziecko do samoobsługi (samodzielne jedzenie łyżką, mycie rąk, załatwianie potrzeb fizjologicznych, zdejmowanie i ubieranie podstawowych części garderoby).
- Stopniowo oswajać dziecko z okolicą, budynkiem przedszkolnym, placem zabaw a także salą i personelem placówki.

Dobre rady na pierwsze dni:

- opowiedz dziecku jak będzie wyglądał jego dzień i postaraj się, by tak było,
- wstańcie na tyle wcześnie, by dać dziecku szansę na spokojne zjedzenie śniadania i inne rutynowe czynności,
- możliwie konkretnie powiedz dziecku, kiedy je odbierzesz (np. po obiedzie, a nie „za chwilę” i koniecznie dotrzymaj obietnicy,
- nie przeciągaj pożegnania- nic tak nie utrwała płaczu dziecka jak świadomość, że za jego pomocą może ono osiągnąć to, na czym mu w danej chwili zależy,
- nie zabieraj dziecka do domu kiedy płacze, jeśli zrobisz to raz, będzie wiedziało, że łzami wszystko wymusi,
- nie wchodź do sali na dłużej razem z dzieckiem, pomyśli, że masz być razem z nim; przekaz dziecko nauczycielce i wyjdź z sali,
- bądź świadomy, że często drugie pożegnanie jest trudniejsze i bardziej dramatyczne od pierwszego.