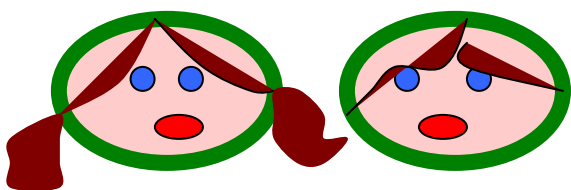


# PROGRAM ADAPTACYJNY

## "Z UŚMIECHEM DO PRZEDSZKOLA"

PRZEDSZKOLE  
„ZIELONA PÓLNUTKA”



W SWARZĘDZU

Opracowanie:  
mgr Renata Lekowska

## Wstęp

Przedszkole to pierwsze ważne ogniwo w procesie edukacji. Dziecko przekraczając po raz pierwszy próg placówki przedszkolnej rozpoczyna nowy etap w swoim rozwoju. Moment ten należy do najbardziej trudnych i znaczących w jego życiu. Dla wielu dzieci oznacza on pierwsze kontakty z dużą grupą rówieśników, rozstanie się z najbliższymi osobami, zaistnienie i funkcjonowanie w nowym środowisku.

Nowe środowisko, przysparza mu wiele trosk i trudności. Może powodować poczucie zagubienia, wywołać 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 celów, zasad postępowania, określenia wspólnych oddziaływań. Wzbudzenia w rodzicach poczucia przynależności do wspólnoty przedszkolnej. Czynne włączenie się w ten proces najbliższych tj. rodziców, opiekunów dziecka w znacznym stopniu ułatwi dzieciom nawiązanie kontaktu z nauczycielem, rówieśnikami, personelem przedszkola w warunkach komfortu psychicznego.

Program adaptacji nie gwarantuje dobrej adaptacji dziecka do przedszkola, ale znacznie ją przyspiesza i ułatwia, nie wszystko już jest nieznane, nowe, nie wszystko budzi niepokój.

*" Z odrobiną sukcesu, zachęty, zaufania  
W środowisku sprzyjającym pracy  
Dziecko może dotrzeć do krańców świata"*  
**Celestyn Freinet**

W chwili zapisania dziecka do przedszkola, placówka ta wspólnie z rodzicami bierze na siebie odpowiedzialność za bezstresowe wprowadzenie dziecka do przedszkola i uczynienie go przedszkolakiem.

### **Dokonywane zmiany**

- Żeby proces adaptacyjny dziecka do przedszkola przebiegał sprawnie musi zaistnieć ścisła współpraca pomiędzy rodzicami a pracownikami przedszkola. Ich wspólny wysiłek ułatwi dzieciom przystosowanie się do nowego środowiska.
- Mając na uwadze dobro dziecka rozpoczynającego edukację przedszkolną postanowiłam podjąć działania w tym zakresie, opracowując "Program adaptacyjny dzieci nowoprzyjętych do przedszkola" opierając się na Podstawie Programowej Wychowania Przedszkolnego – obszar edukacyjny „Odnajdywanie swojego miejsca w grupie rówieśniczej, wspólnocie”.

### **Założenia ogólne programu**

#### **1.Cel główny programu**

- Tworzenie dzieciom warunków do łatwej adaptacji w przedszkolu.

#### **2.Cele ogólne programu**

- Zaspokojenie poczucia bezpieczeństwa dzieci podczas adaptacji do przedszkola.
- Eliminowanie stresu adaptacyjnego.

#### **3.Cele szczegółowe programu**

- Zmniejszenie u dzieci trudnych napięć emocjonalnych w pierwszych kontaktach z przedszkolem.
- Motywowanie dzieci do podejmowania działań i zachowań sprzyjających integrowaniu się z przedszkolem.
- Nawiązanie bliskiego, serdecznego kontaktu w relacjach: nauczyciel – dziecko, nauczyciel – rodzic.
- Motywowanie rodziców oraz pracowników przedszkola do zapewnienia optymalnych warunków do łatwej adaptacji.

- Integracja rodziców z przedszkolem w celu ułatwienia lepszej współpracy.
- Pedagogizacja rodziców w zakresie zaspokajania potrzeb dziecka jako warunku prawidłowego rozwoju.
- Poznanie oczekiwań rodziców wobec przedszkola (ich upodobania, potrzeby dzieci).
- Zapoznanie rodziców z bazą i z pracownikami przedszkola, jego organizacją pracy.

#### **4.Realizatorzy programu adaptacyjnego**

- Dyrektor placówki;
- Nauczyciele grupy dzieci 3-4 letnich rozpoczynających edukację przedszkolną;

#### **5.Termin realizacji programu**

- Miesiące: czerwiec i wrzesień

#### **6.Korzyści dla dzieci, rodziców i nauczycieli wynikające z wprowadzenia zmian**

- Dzieci i rodzice mają możliwość zapoznania się z nowym otoczeniem, jakim jest przedszkole.
- Dzieci i rodzice oraz nauczyciele grup młodszych mają możliwość wzajemnego poznania się, nawiązania serdecznego kontaktu.
- Dzieci i rodzice mają możliwość zapoznania się z organizacją pracy przedszkola, formami i metodami pracy.
- Mogą uczestniczyć w organizowanych zabawach i różnego rodzaju ćwiczeniach służących łatwej adaptacji, integrowaniu się dzieci i dorosłych.
- Rodzice uzyskują fachową pomoc w przewyciężaniu trudnego okresu, jakim jest adaptacja ich dziecka do przedszkola.
- Dyrektor i nauczycielki mają możliwość rozpoznania potrzeb i oczekiwań przyszłych klientów poprzez wywiady i ankietowanie.

Aby ułatwić dzieciom i ich rodzicom przystosowanie się do nowej sytuacji w sposób możliwie najmniej bolesny, program adaptacyjny obejmuje kilka spotkań dla nowych przedszkolaków i ich rodziców. W tym czasie dzieci mają okazję poznać wszelkie aspekty życia przedszkolnego, swoje panie oraz całe otoczenie przedszkolne.

## **Działania zmierzające do osiągnięcia celów przy realizacji programu- przykładowe scenariusze spotkań.**

### **I. Pierwsze spotkanie z przedszkolem- miesiąc czerwiec.**

#### ***Zebranie z rodzicami dzieci nowo przyjętych do przedszkola o charakterze edukacyjno- informacyjnym:***

- Zapoznanie rodziców przez dyrektora z organizacją pracy przedszkola i nauczycielkami rozpoczynającymi pracę od września w grupie dzieci nowoprzyjętych.
- Uczestnictwo rodziców w prelekcji na temat: „Nasze dziecko w przedszkolu – kilka rad dla rodziców”.
- Wypełnianie przez rodziców ankiety: Informacje o dziecku – w celu poznania potrzeb i upodobań przyszłych przedszkolaków.
- Wręczenie rodzicom przewodnika „**DZIECKO IDZIE DO PRZEDSZKOLA**”
- Wręczenia rodzicom zaproszeń na spotkania adaptacyjne.
- Umożliwienie rodzicom indywidualnych konsultacji z dyrektorem i nauczycielkami.

## **II. Przykłady spotkań adaptacyjnych – scenariusze.**

### **Spotkanie 1- „Poznajmy się”**

Przywitanie w drzwiach rodziców i dzieci, wręczenie im wizytówek, zaproszenie do sali. Dowolne zabawy dzieci (ok.10 minut). Zaproszenie wszystkich do koła do zabaw „zapoznawczych”:

1. Gadająca piłka – otrzymując piłkę dziecko mówi swoje imię, rodzic swoje imię i co jego dziecko najbardziej lubi (do wyboru: potrawa, zabawa, zwierzątko...).
2. Cześć! – witamy się z osobami najbliższymi nas, z obu stron (podajemy rękę i mówimy swoje imię).
3. Zabawa ruchowa z elementami pedagogiki zabawy: Taniec „Samolot” – naśladowanie ruchów wykonywanych przez nauczyciela:
  - Uruchomienie silników
  - Zapinanie pasów
  - Lot
  - Okienko
  - Koziołkowanie
  - Lądowanie
4. Zabawa orientacyjno-porządkowa „Słonko świeci, deszczyk pada” – na hasło: słonko świeci – wszyscy spacerują, kłaniając się spotkanym osobom, na hasło: deszczyk pada – dziecko biegnie do swojego rodzica i chroni się pod „parasolem”, który robi rodzic.
5. Przytulanki kołysanki – zabawa przy muzyce z wykorzystaniem metody W. Sherborne:
  - Fotelik- dziecko siada pomiędzy nogami dorosłego, jest obejmowane przez niego rękoma i kołysane
  - Plecki – rodzice i dzieci siadają do siebie plecami, nogi ugięte w kolanach, pchanie plecami partnera starając się pokonać jego opór. Zmiana ról.
  - Domek – rodzice wykonują klęk podparty, głowami do środka koła, dzieci przechodzą pod domkiem i wracają do swoich rodziców
  - Tunel – dorośli tworzą tunel, stojąc blisko siebie, a dzieci przechodzą pod nim, czołgając się.
6. Zabawa „Na łące” – spotykamy różne zwierzątka:

- małe zwierzątka (dzieci) biegają po łące, wydając odgłosy, duże zwierzątka (dorośli) wołają je,
  - dzieci biegną do swoich mam, przytulają się i znów zmieniają się w inne zwierzątka (nauczycielka mówi, jakie: pieski – hau hau, kotki –miau miau, żabki –kum kum, boćki – kle kle,...)
7. Taniec „Do przedszkola” - z Pedagogiki zabawy - inscenizujemy w rytm muzyki: dziecko idzie z mamą za rękę do przedszkola, droga jest daleka (zmiana kierunku), spotyka inne dzieci i idą wspólnie (tączą koło i idą po kole). W przedszkolu zmieniamy buciki i Pani zaprasza do zabawy (idą do środka koła dwa kroki), dzieciom zabawa się podoba bardzo, co wyrażają klaskaniem (kłaśnięcie z podniesieniem rąk do góry i trzema krokami do tyłu) – powtarzamy: od zaproszenia do zabawy...
  8. Pożegnalne utrwalanie imion. Po kolei każda osoba wychodzi krok do przodu i mówi swoje imię z pięknym ukłonem.

## **Spotkanie 2 – „Bawimy się razem”**

1. Powitanie – podaj imię i prześlij iskierkę (uścisk dłoni) do najbliższej osoby.
2. Zabawa ze śpiewem „Ojciec Wirgiliusz” - nauczycielka w czasie refrenu pokazuje prosty gest (tupanie jedną nogą, młynek z rąk) i wybiera następną dorosłą osobę, następnie wybieramy dzieci, przy 3 zwrotce nauczycielka prosi o śpiewanie: szeptem, cieniutko jak myszka, grubo jak niedźwiedź itp.
3. Zabawa w parach „Lustra”- dziecko stoi naprzeciwko mamy. Dziecko wykonuje różne ruchy i miny, mama je naśladuje. Zmiana ról
4. Zabawa „Zaczarowana drabina ” - na podłodze układamy ze sznurka szczebelki drabiny i prosimy, by po tej „zaczarowanej drabinie” przejść w zaczarowany sposób (skacząc, na czworaka, okręcając się na każdym szczebelku)
5. Zabawa orientacyjno – porządkowa „Balonik”
6. Masaż „Dreszczyk” - dziecko siedzi przed rodzicem. Nauczycielka mówi wiersz, demonstrując czynności, które rodzice powtarzają na ciele dziecka.

- tędy płynie rzeczka
- idzie pani na szpileczkach
- tu przebiegły konie
- tędy przeszedł słońce
- a tu idzie szczypaweczka
- zaświeciły dwa słońeczka
- spadł drobniutki deszczyk
- czy przyszedł cię dreszczyk?

Zmiana ról.

7. Dowolne zabawy dzieci (ok.10 minut).
8. Zabawa ze śpiewem „Kółko graniaste”
9. Zabawa pożegnalna w kole -podaj swoje imię i głośno klaśnij.

### Spotkanie 3 – „Paszport do Przedszkolnej przygody”

1. Wzajemne przywitanie się uczestników spotkania. Wykorzystanie melodii piosenki „ Panie Janie”. Dzieci siedzą w siadzie skrzyżnym po obwodzie koła. Śpiewają razem: „ Witaj, witaj ..... (imię dziecka), jak się masz, jak się masz, wszyscy Cię witamy, wszyscy Cię kochamy, bądź wśród nas, bądź wśród nas”. Wykonywanie czynności: witaj (machanie ręką), witamy (wszyscy trzymają się za ręce), kochamy, (obejmujemy ramiona, lekko kiwamy się na boki). Ilość powtórzeń zależna od ilości dzieci.
2. Przygotowanie do zdobycia paszportu – rozdanie dzieciom specjalnych kolorowych kart, na których będą zdobywać wesołe stemple za wykonanie zadań:
  - **Zadanie I**  
wysoka wieża – budowanie z klocków jak najwyższej wieży;
  - **Zadanie II**  
kolorowe puzzle – ułożenie puzzli według wzoru / 4,5 elementów/;
  - **Zadanie III**  
mój obrazek – kolorowanie prostego obrazka;
  - **Zadanie IV**  
wesoła zjeżdżalnia – zjazd na zjeżdżalni przy pomocy nauczyciela;
  - **Zadanie V**  
skaczące piłeczki – wrzucenie piłek do koszy zgodnie



z kolorem /czerwone piłki do czerwonego kosza,  
zielone do zielonego/;

3. Dzieci przy pomocy nauczycieli i rodziców wykonują zadania i zdobywają wesole stemple.

4. Zabawy z chustą animacyjną:

- Wachlowanie wysoko – nisko  
Grupa trzyma uchwyty chusty. Następnie wszyscy jednocześnie podnoszą ją wysoko, po czym opuszczają, obserwując, jak wypełnia się powietrzem. Patrząc na siebie, pozdrawiają się pod i nad chustą. Starają się zachować płaską powierzchnię chusty lub formować kopułę w różnym stopniu wypukłą.
- Parasol olbrzyma  
Dzieci, trzymając krawędzie chusty w wyciągniętych do góry rękach, tworzą gigantyczny parasol. Biegając w jednym kierunku, kręcą nim dookoła.
- Sztorm  
Uczestnicy wrzucają na chustę lekkie zabawki (pluszowe maskotki, piłeczki) i jednocześnie, wachlując chustą, podrzucają je do góry. Starają się tak wachlować chustą, aby zabawki nie wypadły na zewnątrz.
- Fala  
Grupa wachluje chustą, na której leży, bądź siedzi, jedno lub kilkoro dzieci. Zmieniamy wielkość fal: małe, średnie i duże (sztormowe).
- Kto się schował?  
Uczestnicy stoją w kręgu z zamkniętymi oczami, trzymając chustę na wysokości pasa. Prowadząca wybiera jedną osobę, która wchodzi pod chustę. Następnie wszyscy otwierają oczy i zgadują, kto jest pod chustą.
- Przerzucić piłkę  
Uczestnicy trzymają chustę, na której znajduje się piłka. Zadaniem bawiących się jest przerzucenie jej na stronę przeciwną, aby spadła poza chustę. Stojący po drugiej stronie starają się nie dopuścić do tego i próbują przerzucić piłkę na drugą stronę.

5. Na zakończenie spotkania dzieci otrzymują **Paszport Przedszkolaka**

### **III. Uroczystość „Pasowanie na przedszkolaka” - miesiąc wrzesień.**

Przebieg uroczystości:

- Powitanie pani dyrektor oraz zaproszonych gości;
- Wyjaśnienie celu uroczystości;
- Prezentacja przez dzieci krótkiego programu artystycznego;
- Odczytanie tekstu przysięgi przez nauczycielkę-dzieci podnoszą prawą rękę i powtarzają słowa;
- Pasowanie ołówkiem każdego malucha na przedszkolaka przez dyrektora przedszkola;
- Udekorowanie przedszkolaków emblematami: „Zuchamalucha” oraz wręczenie dyplomów przedszkolaka;
- Śpiewanie piosenki: „Wesoło jest wesoło”;
- Wspólny poczęstunek, uwiecznienie uroczystości na wspólnej fotografii, wesołe zabawy w sali przy muzyce;

### **V. Ewaluacja Programu Adaptacyjnego**

1. Ankieta „Badanie potrzeb i oczekiwań klientów przedszkola”
  2. Ankieta przeprowadzona we wrześniu „Przydatność spotkań adaptacyjnych”
- 

#### **Ankieta dla rodziców: Przydatność spotkań adaptacyjnych.**

Prosimy o udzielenie odpowiedzi na następujące pytania:

1. Czy uważają Państwo, że program adaptacyjny w przedszkolu jest potrzebny?  
tak   
nie   
trudno powiedzieć

2. Czy zdaniem Państwa program ten pomógł dziecku w przygotowaniu do przedszkola?

tak

nie

trudno powiedzieć

3. Co program adaptacyjny dał Państwu?

.....  
.....  
.....

4. Czego chcieliby się Państwo dowiedzieć na zebraniach z rodzicami (proszę podać kilka tematów?).

.....  
.....  
.....  
.....

5. Jakie są Państwa oczekiwania w stosunku do przedszkola pod względem opiekuńczo-wychowawczym?

.....  
.....  
.....

6. Jeśli chcieliby Państwo podzielić się dodatkowymi uwagami na temat naszej pracy, można to zrobić teraz.

.....  
.....  
.....  
.....

Dziękujemy za wypełnienie ankiety.

## ANKIETA INFORMACYJNA O DZIECKU.

Imię i nazwisko dziecka:.....

### INFORMACJE O DZIECKU:

#### 1. Samodzielność.

Proszę zaznaczyć te stwierdzenia, które charakteryzują Państwa dziecko:

- Potrafi samo się ubrać.
- Ubiera się z niewielką pomocą osób dorosłych.
- Wymaga pomocy przy ubieraniu.
- Samo radzi sobie z jedzeniem.
- Wymaga niewielkiej pomocy przy jedzeniu.
- Trzeba je karmić.
- Pamięta o potrzebach fizjologicznych i radzi sobie samo.
- Zgłasza swoje potrzeby, ale wymaga pomocy przy pójściu do toalety.
- Trzeba je pilnować, bo zapomina o zgłaszaniu potrzeb fizjologicznych.
- inne uwagi dotyczące samodzielności dziecka:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 2. Jedzenie:

Proszę zaznaczyć te stwierdzenia, które charakteryzują Państwa dziecko:

- Praktycznie je wszystko, nie ma specjalnych upodobań.
- Jest wiele potraw, których dziecko nie lubi i nie chce jeść, wśród nich:

.....  
.....  
.....  
.....

- Jest po prostu niejadkiem.
- Dziecko ma specjalne potrzeby związane z żywieniem. Jakież?

.....  
.....  
.....

- Jest alergikiem uczulonym na:

.....  
.....  
.....

## 3. Inne informacje o dziecku.

Uprzejmie proszę o przekazanie tych informacji o dziecku, które uznacie Państwo za ważne:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**4. Ulubione zabawki mojego dziecka**

.....  
.....  
.....

**5. Moje dziecko lubi bawić się w**

.....  
.....  
.....

**6. Ulubiony rodzaj książek mojego dziecka to**

.....  
.....  
.....

**7. Moje dziecko ma szczególne zaciekawienia, zainteresowania, są nimi**

.....  
.....  
.....

**OCZEKIWANIA RODZICÓW:**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

*Dziękujemy za wypełnienie ankiety*

**Bibliografia:**

1. Lubowiecka J.: Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola, WSiP Warszawa 2000.
2. Trudności dziecka w przystosowaniu do przedszkola" - J. Lubowiecka "Wychowanie przedszkolne" 6/2001
3. Rządkewicz M.: Mamo, tato idę do przedszkola, WSiP Warszawa 2006.
4. Szurawska K.: Pomagamy trzylątkom polubić przedszkole, w Wychowaniu w przedszkolu Nr 4/1993.