

**PROGRAM  
ADAPTACYJNY**

**PRZEDSZKOŁA MIEJSKIEGO  
NR 23 „PROMYCZEK”  
W SŁUPSKU**

*Słupsk, styczeń 2011*

**PROGRAM WSPOMAGAJĄCY  
WSTĘPNĄ ADAPTACJĘ  
DZIECKA 3 – LETNIEGO DO PRZEDSZKOLA**

**Autorka programu**

mgr Bożena Forjasz

**Miejsce realizacji**

Przedszkole Miejskie Nr 23 „Promyczek” w Słupsku ul. Wazów 1a

**Czas realizacji**

Miesiąc czerwiec i sierpień poprzedzający rozpoczęcie nowego roku szkolnego, do czerwca nowego roku szkolnego.

# WSTĘP

## Motto

„Dzieciństwo to nie tylko najpiękniejszy etap życia człowieka.  
Dla dziecka jest to także czas niezwykle trudny, przesycony  
lękiem przed nowością i odrzuceniem, niepokojem i tęsknotą  
za rodzinną bliskością”.

Dzień, w którym dziecko trafia po raz pierwszy do przedszkola, jest bardzo ważny w jego życiu. Musi rozstać się z rodzicami i w nowym środowisku poradzić sobie samo z różnymi problemami. Wiadomo, że poziom dziecka 3 letniego nie predysponuje go do samodzielnego pokonywania progów zorganizowanej instytucji, jaką jest przedszkole.

Dziecko wstępujące do przedszkola musi przystosować się do warunków nowego otoczenia oraz wymagań związanych ze sposobem korzystania z urządzeń i wyposażenia przedszkola, nauczycieli i pozostałych pracowników przedszkola, przebywania w licznej grupie, wymagań stawianych w zakresie samoobsługi, nowego rozkładu dnia oraz nowej pozycji społecznej, innej niż w rodzinie.

U wielu dzieci wywołuje to sytuację stresową – lęk, złość, upór, gniew, którą często przenoszą na pracowników przedszkola, rodziców, lub inne dzieci. Większość dzieci przystosowuje się dość szybko do nowej rzeczywistości, u innych okres adaptacji trwa bardzo długo ale, są także takie dzieci, które nigdy nie adoptują się do warunków przedszkolnych. Najczęściej takie problemy mają dzieci, które miały przykre doświadczenia w relacjach z dorosłymi, są nieśmiałe, lękliwe, miały mały kontakt z rówieśnikami lub też ich rodzice są nadopiekuńczy.

Sytuację stresową przeżywają także rodzice dzieci. Mają bowiem oddać swoje dziecko, swój największy skarb, pod opiekę instytucji i osób obcych. Nie znają założeń i wymagań przedszkola, warunków, w jakich będzie przebywać dziecko, osób które będą się nim zajmować. Rodzi to wiele niepokojów i wątpliwości, które podświadomie często przenoszą na dziecko. Brak podstawowej wiedzy na temat specyfiki pracy przedszkola uniemożliwia rodzicom odpowiednie przygotowanie dziecka w zakresie samodzielności oraz kształtowanie pozytywnego stosunku emocjonalnego do przedszkola.

Nauczyciele przyjmując pod opiekę nowe dzieci nie znają indywidualnych potrzeb swoich wychowanków, ich zainteresowań, sytuacji rodzinnej, jak również oczekiwań rodziców w stosunku do przedszkolaka.

Przedszkole jako profesjonalna placówka wychowawcza może udzielić rodzicom wsparcia, przygotowując ich do udzielenia pomocy dziecku w jego adaptacji do nowego środowiska społecznego.

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.

Na tej podstawie został opracowany program adaptacyjny przedszkola, oparty na wiedzy o rozwoju dzieci, oczekiwaniach i wzajemnych oddziaływaniach przedszkola, rodziców i nauczycieli, w celu stworzenia dzieciom lepszego startu przedszkolnego.

## **ZAŁOŻENIA PROGRAMU**

### **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, bycia przedszkolakiem;
- rodziców, którzy decydując się na edukację przedszkolną własnego dziecka są chętni do współpracy.

### **Cele główne programu:**

- stwarzanie dzieciom warunków umożliwiających szybką i łatwą adaptację w nowym środowisku społecznym jakim jest przedszkole,
- nawiązanie współpracy z rodziną dziecka w celu określenia wspólnych działań odnośnie adaptacji i stworzenia atmosfery wzajemnego zaufania i akceptacji.

### **Cele szczegółowe programu:**

#### **W stosunku do dziecka:**

- skrócenie jego adaptacji do warunków przedszkolnych,
- kojarzenie przedszkola z czymś przyjemnym, by chciały wracać następnego dnia,
- zmniejszenie napięć emocjonalnych w pierwszych kontaktach z przedszkolem,
- zmniejszenie lęku przed rozstaniem z rodzicami,
- poznanie swojej wychowawczyni i innych pracowników przedszkola,
- poznanie sal i otoczenia przedszkola,
- rozwijanie umiejętności społecznych,
- rozumienie i stosowanie norm i zasad życia w grupie,
- wspomaganie dziecka w opanowaniu czynności samoobsługowych,
- wspomaganie dziecka w budowaniu pozytywnego obrazu siebie,
- nabywanie przez dziecko poczucia własnej wartości.

#### **W stosunku do rodziców:**

- zmniejszenie lęku rodziców, związanego z koniecznością oddania dziecka 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 wychowawczyni 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, opartej na zaufaniu.

## **OCZEKIWANE EFEKTY:**

### **Dziecko potrafi:**

- spokojnie rozstać się z rodzicem,
- przezwyciężyć lęk i obawy przed zmianą środowiska,
- uczestniczyć w życiu grupy,
- bawić się z koleżankami i kolegami,

- kojarzyć pobyt w przedszkolu z radosnym i ciekawym działaniem,
- z zaufaniem zwracać się o pomoc do nauczycieli i pracowników przedszkola,
- przestrzegać podstawowych reguł współżycia w grupie,
- rozumieć, 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,
- przestrzegać zasadę samodzielnego nie oddalania się od grupy.

### **Rodziec:**

- ma poczucie bezpieczeństwa o swoje dziecko,
- zna nauczycielki oraz personel przedszkola,
- zna pomieszczenia, w których będzie przebywać jego dziecko,
- współpracuje z przedszkolem, zna cele i zadania,
- wie, w co wyposażać dziecko do przedszkola,
- rozumie znaczenie samoobsługi i samodzielności dziecka, jako warunków lepszej adaptacji dziecka w środowisku przedszkolnym,
- obserwuje swoje dziecko na tle rówieśników,
- wie jakie trudności musi pokonać jego dziecko i w jaki sposób mu pomóc,
- nawiązuje aktywną współpracę z przedszkolem.

### **Nauczyciel:**

- poznaje dzieci, którymi będzie się opiekował,
- zna środowisko domowe dzieci,
- planuje pracę w oparciu o wyniki obserwacji zachowań dzieci,
- zna oczekiwania rodziców wobec przedszkola.

## **ZASADY ADAPTACJI DZIECI**

1. Uznać, że każde dziecko ma prawo do przebywania w przedszkolu z kimś bliskim tak długo, jak tego potrzebuje.
2. Szanować wolę rodziców i dzieci, uznając że mają prawo do współdecydowania o formie odpoczynku (leżakowanie).
3. Wykorzystywać wiele źródeł pozyskania informacji o dziecku (rozmowy, wywiady, ankiety obserwacja)
4. Organizując otoczenie dziecka, pamiętać o miejscu do wypoczynku do prowadzenia zajęć indywidualnych, wydzielać miejsce do zabawy i pracy.
5. Wobec dzieci stosować zasadę – nie musisz robić tego co inni, ale nie możesz innym przeszkadzać.
6. Organizować zajęcia integrujące grupę i rozwijające umiejętności społeczne.
7. Stosować metodę wspólnego określania zasad postępowania w grupie (umowy, regulaminy).
8. Uznać, że dziecko ma prawo do eksperymentowania i popełniania błędów.
9. Uznać, że każde dziecko ma prawo rozwijać swoje zdolności i talent.

## **ZADANIA:**

- ◆ zapewnienie opieki i wspomaganie rozwoju w atmosferze akceptacji i bezpieczeństwa,
- ◆ uczenie nawiązania bliskiego i serdecznego kontaktu z innymi,
- ◆ wzmacnianie więzi uczuciowej z rodziną, środowiskiem w którym dziecko wzrasta,
- ◆ uczenie sposobów radzenia sobie z własnymi emocjami, właściwego reagowania

- ◆ na przejawy emocji innych oraz kontrolowanie zachowań,
- ◆ pomoc w budowaniu własnego "Ja" i zaspokojeniu poczucia bezpieczeństwa.

## **Nauczyciel jako kompetentna osoba, stymulująca rozwój dziecka**

### **Nauczyciel w relacjach z dziećmi powinien:**

1. Rozumieć język dziecka trzyletniego.
2. Być komunikatywnym w relacjach werbalnych i niewerbalnych.
3. Posiadać umiejętność odczytywania nadawanych przez dziecko komunikatów.
4. Posiadać umiejętność stosowania pytań i odpowiednio je formułować.
5. Być empatyczny.
6. Być dynamiczny: w sensie fizycznym – przemieszczać się razem z dziećmi, w sensie psychicznym – otwarty na pomysły dzieci, skłonny zmieniać własne, pod wpływem oczekiwań i potrzeb dzieci.
7. Być zachęcający do działania.
8. Pozwalający dziecku być sobą, mieć własne zainteresowania i upodobania.
9. Przyjmować postawę zaciekawienia światem i zarażać nią dzieci.
10. Być pomysłowy.

## **Rodzice wobec zadań określanych przez adaptację**

Rola rodziców nie może sprowadzać się do biernej obserwacji zabaw dzieci i nauczycielki. Warunkiem pobytu z dzieckiem jest **aktywne uczestnictwo** we wszystkich czynnościach dnia. W rozmowie z rodzicami zobowiązuję ich do sumiennego zapoznania się z treścią ulotek, które będą otrzymywać na kolejnych spotkaniach. Oddziaływania wychowawcze i postawy rodziców mają ogromny wpływ na proces adaptacyjny. To w rodzinie dziecko uczy się podstawowych umiejętności przystosowawczych. Wiedza rodziców na temat trudności, jakie ma do pokonania dziecko w początkowym okresie w przedszkolu, jest zaczynem do ich pomyślnego rozwiązania. Konieczna jest ścisła współpraca przedszkola i domu rodzinnego, a także zaufanie, którym rodzice powinni obdarzyć nauczycielki i personel obsługowy. Współpraca polegająca na min. korzystaniu z zebrań grupowych, z organizowanych przez nauczycielkę spotkań ze specjalistami, z rozmów indywidualnych z wychowawcą oraz zajęć otwartych, a także na udziale rodziców w różnych uroczystościach przedszkolnych przez cały rok szkolny, ponieważ proces adaptacyjny nie kończy się we wrześniu.

### **Adaptację ułatwia:**

- ◆ racjonalne podjęcie decyzji,
  - ◆ pozytywne myślenie o placówce {zaufanie do personelu},
  - ◆ poznanie placówki przez dziecko,
  - ◆ wcześniejsze dostarczenie dziecku doświadczeń przebywania z innymi dorosłymi, bycia bez mamy,
  - ◆ umożliwienie kontaktów z innymi dziećmi,
  - ◆ usamodzielnienie dziecka,
- 
- ◆ stopniowe przyzwyczajanie dziecka do placówki {krótki czas pobytu, bez posiłków,

- leżakowania},
- ◆ akceptacja dziecka i zrozumienie jego stresu, wspieranie go,
  - ◆ okazywanie spokoju, poczucia bezpieczeństwa podczas rozstania,
  - ◆ czas na bycie z dzieckiem po odebraniu go z przedszkola,
  - ◆ ujednolicenie rytmu życia w przedszkolu i domu.

### **Adaptację utrudnia:**

- ◆ niepewność decyzji,
- ◆ brak zaufania do placówki, podejrzliwość wobec personelu,
- ◆ wyrzuty sumienia, niepokój, lęk, poczucie zagrożenia,
- ◆ nieznamość placówki,
- ◆ brak doświadczeń społecznych w kontaktach z innymi dorosłymi i dziećmi,
- ◆ nadopiekuńczość, wyłączenie dziecka w czynnościach związanych z samoobsługą,
- ◆ „rzucenie na głęboką wodę” - pełny wymiar godzin,
- ◆ straszenie ciociami,
- ◆ pośpiech, zdenerwowanie, zabieganie, brak czasu dla dziecka, brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka, obrażanie się na dziecko, odrzucenie.

## **WARUNKI DOBREJ ADAPTACJI – JAK POMÓC**

Przed pójściem do przedszkola rodzice powinni przygotować dziecko do tego ważnego wydarzenia. Nauczyciel prowadzący grupę może podpowiedzieć rodzicom, w jaki sposób to zrobić.

### **CODZIENNOŚĆ**

Dziecko powinno mieć poczucie, że chodzenie do przedszkola będzie jego codziennością. Rodzice muszą być w tym zakresie konsekwentni i stanowczy. Również nauczyciel prowadzący grupę powinien podkreślać w pożegnaniach z dzieckiem komunikat o ciągłości działania: „do zobaczenia jutro”, „będę na ciebie jutro czekać”.

### **NOBILITACJA**

Przedszkole powinno być traktowane przez dziecko jako coś nobilitującego i związanego z tym, że rośnie – „mama i tata chodzą do pracy, ty chodzisz do przedszkola”. Należy jednak unikać komunikatu „będziesz chodził do przedszkola, jak będziesz niegrzeczny w domu”. Niech dziecko czuje, że to jego wielka przyjemność.

### **ZAPOZNANIE Z NOWYM OTOCZENIEM**

Rodzice powinni zapoznać dziecko z nowym otoczeniem zanim zacznie chodzić do przedszkola. W przedszkolu dzieci często przeżywają stres, gdy nie wiedzą gdzie jest toaleta, kto im pomoże zjeść, to je odbierze. Warto, by wszystko to wiedziały zawczasu, bo to znacznie zmniejsza ich lęk.

### **SAMODZIELNOŚĆ**

Rodzice powinni zadbać o to, żeby dziecko potrafiło wykonać jak najwięcej czynności samodzielnie, na przykład samodzielnie jeść, zakładać buty, spodnie, kurtkę, informować innych o swoich potrzebach. Bardziej samodzielne dzieci zwykle przeżywają mniej lęków bo

nie są tak zależne od innych oraz widzą, że radzą sobie w sytuacjach, gdy inne dzieci muszą prosić o pomoc.

### **ZABAWY ADAPTACYJNE**

Rodzice powinni przygotować dziecko do aktywności przedszkolnych, organizując zabawy przybliżające dziecku temat przedszkola: bawić się w udawane przedszkole, proponować zabawy plastyczne, takie jak w przedszkolu (wyklejanie rysowanie, ozdabianie malowanie), czytać książeczki dla dzieci o pójściu do przedszkola, bawić się w udawane wycieczki przedszkolne.

### **KAWAŁEK DOMU**

Niech dziecko weźmie mały „kawałek domu” ze sobą. Zabawka czy maskotka do przytulenia może pomóc wypełnić lukę między domem a przedszkolem.

### **CZAS NA POŻEGNANIE**

Na ranne pożegnanie w przedszkolu powinno się przeznaczyć trochę czasu tak aby odbywało się ono w spokojnej atmosferze. Lepiej przyjść do przedszkola wcześniej i mieć czas na spokojne pożegnanie, niż, wbiegając, podzuchać dziecko do sali. Jeśli dziecko łatwiej rozstaje się z ojcem, niech to właśnie on odprowadza je do przedszkola. Rozstanie jest mniej bolesne, gdy: rozstanie jest serdeczne, ale krótkie; rodzice ustalą z dzieckiem porę odbioru z przedszkola (tak, aby mogli dotrzymać słowa); jeśli dziecko bardzo rozpacza, powoli i spokojnie przekazać dziecko nauczycielowi, który je przytuli i uspokoi.

### **WCZEŚNIEJSZE ODBIERANIA**

Warto uzgodnić z rodzicami możliwość wcześniejszego odbierania dziecka w początkowym okresie uczęszczania do przedszkola i stopniowego – we współpracy z nauczycielem prowadzącym – wydłużania czasu pobytu dziecka w przedszkola. Najlepiej jednak jest przyzwyczajać dziecko do całodniowego pobytu od początku.

### **ROZMOWA Z NAUCZYCIELEM, ALE NIE PRZY DZIECKU**

Rodzic zawsze powinien mieć możliwość rozmowy z nauczycielem prowadzącym. Należy jednak pamiętać, że z uwagi na dobro emocjonalne dziecka nigdy taka rozmowa nie powinna odbywać się przy nim. Dla rodziców istotne jest również codzienne podsumowanie działań i osiągnięć dziecka, jego relacji z rówieśnikami oraz jego samopoczucia.

## **FORMY DZIAŁAŃ ADAPTACYJNYCH**

<b>Lp.</b>	<b>Forma działań</b>	<b>Cele</b>	<b>Termin</b>
1.	Zapisy dziecka do przedszkola	- rozmowy indywidualne z rodzicami i dziećmi podczas zapisywania do przedszkola, - zwiedzanie przedszkola, - podanie rodzicom strony internetowej przedszkola. - rozdanie ulotek informacyjnych o przedszkolu	kwiecień
2.	Zebranie adaptacyjne	- zapoznanie rodziców z programem adaptacyjnym, - zapoznanie z rodzajami trudności, związanych z adaptacją dziecka,	czerwiec



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwiedzanie przedszkola, zapoznanie z rozkładem pomieszczeń należących do grupy,</li> <li>- uzyskanie informacji na temat pożądanych umiejętności jakie powinno posiadać dziecko wstępujące w progi przedszkola,</li> <li>- rozdanie ulotek „Rady dla rodziców” „Wyprawka trzylatka”,</li> <li>- pozyskanie informacji na temat dziecka, poprzez wypełnienie ankiety informacyjnej „Moje dziecko”.</li> </ul>	
3.	Zajęcia otwarte	<ul style="list-style-type: none"> <li>- udział dzieci i rodziców w zajęciach adaptacyjnych,</li> <li>- aklimatyzacja dzieci do warunków przedszkola,</li> <li>- zapoznanie się nauczyciela z dziećmi i ich poziomem rozwoju,</li> <li>- zapoznanie dzieci z pomieszczeniami przedszkola oraz ogrodem przedszkolnym,</li> <li>- stwarzanie przyjaznej atmosfery, sprzyjającej zdobyciu zaufania dzieci i rodziców,</li> <li>- rozdanie rodzicom ulotki „Ubieranie dziecka do przedszkola”.</li> </ul>	sierpień
4.	Pobyt rodziców z dziećmi w przedszkolu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zapoznanie dzieci z rozkładem dnia w przedszkolu,</li> <li>- umożliwienie rodzicom, których dziecko ma szczególne problemy z rozstaniem wprowadzenie dziecka do sali i krótkie z nim przebywanie przez pierwsze dni,</li> <li>- dziecko czuje się bezpieczniej, rodzic jest spokojniejszy.</li> </ul>	wrzesień
5.	Zajęcia i zabawy adaptacyjne z dziećmi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zabawy integracyjne – mające na celu bliższe poznanie osób pracujących w grupie, poznanie imion kolegów, poznanie własnego ciała,</li> <li>- zabawy umożliwiające zapoznanie dzieci z szatnią, łazienką, znaczkami indywidualnymi, salą zabaw i zabawkami, które tu mieszkają,</li> </ul>	wrzesień październik listopad
6.	Adaptacja rodziców	<ul style="list-style-type: none"> <li>- badanie oczekiwań rodziców wobec przedszkola,</li> <li>- ustalenie zasad kontaktu i współpracy</li> <li>- kontakty indywidualne z rodzicami,</li> <li>- wykłady i pogadanki – pedagogizacja,</li> <li>- codzienny kontakt w przedszkolu,</li> <li>- zebrania grupowe,</li> <li>- udział w spotkaniu integracyjnym,</li> <li>- udział w organizowanych imprezach i uroczystościach,</li> <li>- umożliwienie kontaktu ze specjalistami.</li> </ul>	cały rok

7.	Aktualizowanie tablicy informacyjnej dla rodziców	- propozycje zadań edukacyjnych i wychowawczych do pracy z dziećmi na dany miesiąc, - repertuar wierszy i piosenek do pracy z dziećmi, - aktualności z życia grupy, - ogłoszenia.	cały rok
8.	Tablica „Mały poradnik dla rodziców”	- propozycje literatury pedagogicznej np. dotyczącej adaptacji i rozwoju społeczno – emocjonalnego dzieci, - propagowanie zabaw podkreślających pozytywne wartości i inne tematy	cały rok

## **TREŚCI PROGRAMOWE**

- ◆ poznanie nowego środowiska,
- ◆ poznanie zasad warunkujących bezpieczeństwo na terenie przedszkola,
- ◆ poznanie rozkładu pomieszczeń przedszkolnych,
- ◆ omówienie zasad poruszania się po nich, uważne chodzenie po schodach korzystanie z poręczy,
- ◆ nie oddalanie się od określonych pomieszczeń i miejsc zabaw,
- ◆ przestrzeganie zakazu brania do ręki rzeczy znalezionych, czy otrzymanych od osób nieznanymi,
- ◆ przestrzeganie zasady „mówimy umiarkowanym głosem”, unikanie wydawania dźwięków ostrych,
- ◆ wdrażanie do opanowywania gwałtownych reakcji emocjonalnych, np. głośny, histeryczny płacz,
- ◆ przewycięzanie lęku, obaw i oporu,
- ◆ dochodzenie do samodzielności w ubieraniu się, rozbieraniu, spożywaniu posiłków korzystaniu z łazienki,
- ◆ uczenie się używania zwrotów grzecznościowych w określonych sytuacjach,
- ◆ wspólne porządkowanie zabawek w sali po skończonej zabawie,
- ◆ wyrabianie nawyku uprzejmego witania się z kolegami spotkanymi w szatni, na podwórku,
- ◆ słuchanie nauczycielki, podchodzenie na jej przywołanie,
- ◆ poznanie i przystosowanie do określonego rytmu dnia,
- ◆ zapoznanie z zasadami, regułami i normami obowiązującymi w grupie przedszkolnej,
- ◆ integracja w grupie,
- ◆ wprowadzenie w świat wartości ogólnoludzkich.

## **METODY PRACY WYKORZYSTYWANE PODCZAS REALIZACJI PROGRAMU**

Dla osiągnięcia realizacji założonego głównego celu programu, czyli zapewnienia warunków szybkiej adaptacji dziecka w przedszkolu wskazane jest stosowanie takich metod:

- ◆ elementy Pedagogiki Zabawy, ułatwiające integrację grupy,
- ◆ elementy metody Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne,
- ◆ zabawy i ćwiczenia ruchowe,
- ◆ opowieści ruchowe,
- ◆ wybrane metody aktywne: zabawy w kręgu, drama, improwizacja,
- ◆ zabawy naśladowcze,
- ◆ tańce integracyjne (KLANZA),
- ◆ opowiadania, bajki, inscenizacje,
- ◆ techniki relaksacyjne.

Dziecko za pomocą tych metod, poprzez podstawową formę aktywności, jaką jest zabawa nabywa nowych umiejętności, uczy się współzycia w grupie rówieśników i współdziałania z nimi. Program ten nie ogranicza inwencji nauczycieli.

## **EWALUACJA PROGRAMU**

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

- ◆ ankieta dla rodziców
- ◆ osiągnięcie podstawowych umiejętności przystosowawczych – obserwacja zachowań dzieci {Arkusz obserwacji dziecka 3-letniego}
- ◆ zdjęcia
- ◆ scenariusze zajęć integracyjnych
- ◆ wnioski

### **Literatura:**

1. Gruszczyk-Kolczyńska E, *Kłopoty adaptacyjne dzieci do przedszkola i jak można im zaradzić*, RABE - Edukacja w przedszkolu, Grudzień 1998
2. Lubowiecka J, *Trudności dziecka w przystosowaniu do przedszkola*, Wychowanie przedszkolne, 6/2001
3. Kąkol M, *Z badań nad warunkami adaptacji dzieci trzyletnich do przedszkola*, Wychowanie w przedszkolu, 2/1998
4. Lubowiecka J, *Trzylatek w przedszkolu. Współpraca rodziców i nauczycieli*, Wychowanie w przedszkolu, 10/1993
5. Polańczyk A, *Jak pomóc dziecku przekroczyć próg przedszkola?* RABE – Management w przedszkolu, wrzesień 2000
6. Szurowska B, *Pokonać lęki trzylatków*, Wychowanie w przedszkolu, 7/2004

### WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW

- **Nie przeciągaj pożegnania w szatni**, pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź, przekazując maluszka nauczycielowi.
- **Nie zabieraj dziecka do domu**, kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
- **Nie obiecuj**: jeśli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz; kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezent, ale nie może to być forma przekupywania, lecz raczej nagrody. Z czasem ten bodziec stanie się zbędny.
- **Kontroluj co mówisz**. Zamiast: „już możemy wracać do domu”, powiedz: „teraz możemy iść do domu”. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.
- **Nie wymuszaj** na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu – to powoduje niepotrzebny stres.
- **Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze**, postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata lub inna osoba, którą dziecko zna.
- **Staraj się określać, kiedy przyjdiesz po dziecko**, w miarę dokładnie: nie mów „przyjdę, kiedy skończę pracę”, ponieważ dziecko nie wie, o której godzinie rodzice kończą pracę. Lepiej powiedzieć: „odbiorę cię z przedszkola po obiedzie/po zupie”. Jest to dla dziecka dobra miara czasu gdyż wie, kiedy są posiłki. **Najważniejsze jest to, by dotrzymywać słowa!**
- **Nie okazuj negatywnych emocji**: nie płacz, nie wracaj pod drzwi, gdy słyszysz, że dziecko płacze. Takie zachowania są u dziecka rozpoczynającego funkcjonowanie poza środowiskiem rodzinnym zupełnie normalne! Jednak kiedy zobaczy, że rodzic czuje się niepewnie w sytuacji pozostawiania go w przedszkolu, będzie miało wrażenie, że dzieje się coś złego, a to spotęguje stres.
- **Każde dziecko uspokaja się** w zasadzie od razu po zamknięciu drzwi do sali, ponieważ absorbują je nowi koledzy, wielość zabawek, a życzliwa i uśmiechnięta pani zawsze dziecko przytuli, weźmie na kolana i uspokoi zajmując uwagę dziecka czymś miłym i pozytywnym.
- **Tłumacz dziecku, że reguły obowiązujące w przedszkolu są dobre**. Dzieci lubią, gdy ich świat jest uporządkowany i ma swoją harmonię. Brak zasad i wymogów ze strony nauczyciela sprawia, że dziecko odczuwa chaos, a to powoduje brak poczucia stabilności i bezpieczeństwa w nowym miejscu.
- **Wszystkie wątpliwości lub pytania kieruj do nauczyciela**. To osoba, która spędza z dzieckiem większość dnia więc doskonale je zna i jest kompetentna w swoim zawodzie. Na pewno uzyskasz pomoc i osiągniesz porozumienie. Dziecko widząc, że rodzice rozmawiają z nauczycielem, czuje się bezpieczne.

**PAMIĘTAJ !**

**ŻEGNAJ I WITAJ SWOJE DZIECKO ZAWSZE Z UŚMIECHEM**

## **Jak można ułatwić dziecku adaptację w przedszkolu ?**

### **Szanowni Rodzice !**

Już teraz należy zachęcać i motywować dziecko do :

- samodzielnego ubierania się w to, co nie stanowi dla dziecka problemu,
- zapinania guzików, wkładania butów i zawiązywania sznurowadeł, lub zapinania bucików na „rzepy”,
- korzystania z sedesu, używania papieru toaletowego,
- wycierania nosa w chusteczkę,
- samodzielnego mycia rąk,
- rysowania kredkami, farbami, zabaw plasteliną,
- spacerowania i nie używania wózka,
- spożywania posiłków samodzielnie.

W naszym przedszkolu sporo uwagi poświęcamy prawidłowemu odżywianiu dzieci. Zwracamy uwagę na to, by posiłki dla dzieci były atrakcyjne i różnorodne. Umiejętność gryzienia pokarmów jest konieczna, gdyż potrawy nie są miksowane. Zachęcamy do podawania dzieciom w domu do gryzienia: marchewki, kalarepki, jabłek.

Gdyby dziecko miało w przedszkolu problemy ze spożywaniem posiłków, przebieraniem się, załatwianiem potrzeb fizjologicznych, itp., otrzyma pomoc w każdej z tych dziedzin.

## **Ubieranie dziecka do przedszkola.**

Zachęcamy Państwa do skompletowania dziecku odzieży wygodnej, przewiewnej i łatwej do ubierania przez samo dziecko:

- spodnie, spódniczki na gumkę nie za ciasną, nie za luźną,
- buty wyjściowe łatwe do zakładania, zapinane na „rzepy” lub sznurowane. (nie drewniaki i nie śliskie),
- ubranie na cebulkę, które zabezpiecza przed przegrzaniem lub zziębnięciem,
- kapcie na gumowej podeszwie, zakryte, nie sznurowane, na „rzepy”, oznakowane inicjałami dziecka,
- nakrycie głowy: w okresie letnim – kapelusik, chusteczka dla dziewczynki, dla chłopca – czapka z daszkiem, w zimie – czapki,
- piżamka wciągana, podpisana imieniem i nazwiskiem dziecka,
- zapasowe: majteczki, koszulka, rajstopki, które będą przechowywane na półeczce dziecka w szatni i wykorzystywane, gdy zajdzie taka potrzeba,
- biżuteria: pozostaje w domu,
- należy zwrócić uwagę na sprawność suwaków w kurtkach dziecięcych. Dzieci nie potrafią same ich naprawić, nauczycielki pomagają, ale robią to kosztem nie zwracania uwagi na inne dzieci. 3-latki nauczą się szybko je zapinać i rozpinąć, ale muszą być one sprawne.

Powyższe uwagi wypływają z troski o dzieci, dbania o ich bezpieczeństwo, z doświadczenia w pracy z dziećmi trzyletnimi. Mam nadzieję, że będą one pomocne dla Państwa.

## **Rozwój dzieci: o co należy zadbać, a czego unikać ?**

Dorosły nie może przebyć za dziecko drogi rozwojowej. Zadaniem dorosłego jest pomaganie dziecku w jego wspinaczce na kolejne szczeble rozwoju. Propozycje dorosłego nie mogą być za trudne, ani za łatwe, muszą być na miarę uczącego się dziecka. Trzylatek potrzebuje wsparcia i obecności osoby dorosłej. Nie wystarczy dać dziecku zabawkę i zachęcać do zabawy. Dorosły musi pokazać jakie możliwości zabawowe łączy się z daną zabawką, że można włożyć klocek jeden w drugi, że można rozkładać na części., itp. Ważne są gesty dorosłego, bo kierują dziecięcą uwagę na to, co jest istotne. Dorosły nie może za dużo mówić, bo 3-latek i tak nie zrozumie skomplikowanych wypowiedzi. Umiejętność skupienia uwagi jest niewielka, trwa ok. 5 – 10 minut, to dziecko ma dużo mówić i umieć skupić się na tym, co mówi dorosły.

Ważne jest porozumienie niewerbalne: mimika, gesty i sposób wyrażania emocji. Trzylatek ucząc się kopiuje zachowania dorosłego:

- jeżeli dorosły jest pogodny, dziecko będzie reagować w podobny sposób,
- jeżeli dorosły pokazuje, że jest mu miło, gdy wykonuje daną czynność, dziecko będzie z przyjemnością wykonywało różne zadania,
- Jeżeli dorosły będzie się cieszył z wykonanej do końca czynności, dziecko nie będzie skłonne do porzucania rozpoczętych zajęć.

### **Uwaga !**

**Jeżeli dorosły krzyczy, to i dziecko będzie krzyczało. Jeżeli dorosły mówi do dziecka podniesionym tonem, to ono będzie tylko taką mowę rozumiało i tylko na podniesiony głos reagowało. Gdy dorosły okazuje dziecku agresję, to będzie ono biło swojego misia lub rówieśników.**

*W trudnej sztuce wspomagania dziecka w jego rozwoju, ważne jest nie tylko to, co trzeba kształtować, ale i to w jaki sposób dorosły zachowuje się wobec dziecka.*

## Kontrola potrzeb fizjologicznych

Uzyskanie kontroli nad wydalaniem kału i moczu jest bardzo ważnym krokiem w rozwoju małego dziecka. Gotowość do zdobywania tej umiejętności to jeden z etapów naturalnego rozwoju (jak nauka chodzenia). Gdy się pojawi wystarczy wspierać i zachęcać dziecko, stwarzać mu możliwości do wykazania się samodzielnością.

Dzieci osiągają tę gotowość w różnym wieku, u dziewczynek wcześniej, u chłopców później. Kilka praktycznych porad:

- zachęcaj dziecko do siadania na sedesie (przy użyciu nakładki na sedes i stołeczka pod nóżki), ale nie wywieraj nacisku,
- staraj się sadzać dziecko na sedes wtedy, gdy ma największą szansę na osiągnięcie sukcesu: po każdym posiłku, po wypitym napoju, po drzemce i wtedy, gdy zdradza objawy tej potrzeby,
- gdy dziecko osiągnie sukces, chwal je, bądź cierpliwy przy niepowodzeniu, nie irytuj się,
- korzystanie z sedesu jest czynnością intymną, dlatego powinno odbywać się w łazience w obecności jednej osoby dorosłej, bardzo ważną częścią tej czynności jest spuszczenie wody przez dziecko i umycie rąk,
- póki dziecku zdarza się jeszcze popuścić w majteczki poza domem, pamiętaj o wysadzeniu dziecka przed wyjściem
- kontrolowanie funkcji wydalniczych w ciągu nocy następuje później niż w ciągu dnia, najlepiej poczekać do czasu, gdy dziecko samo przestanie się moczyć w nocy; jeżeli przez cały tydzień budzi się suche, zacznij je kłaść spać bez pieluchy,

Jeżeli po kilku tygodniach lub miesiącach przesypiania nocy „na sucho”, następuje powrót nocnego moczenia, dziecko prawdopodobnie przeżywa silny stres. Nie rób mu wymówek, nie karz za zmoczenie pościeli. Wykaż wyrozumiałość, jeśli będzie zdarzało się to często, wróć do pieluch na noc, aż dziecko odzyska równowagę.



## **Rozwój samokontroli zachowania.**

**Rozwój: jeden z głównych celów wychowania. Polega na stopniowym przechodzeniu do samokontroli. Dorosłym zależy na tym, by dziecko było zdolne regulować swoje zachowania bez upominania z ich strony. Jeżeli to się uda, będzie to osiągnięcie rozwojowe dziecka i sukces wychowawczy dorosłych.**

O dojrzałości emocjonalnej dziecka w dużej mierze świadczy to, że potrafi:

- unikać tego co groźne i szkodliwe,
- spokojnie czekać na to, czego nie może natychmiast dostać,
- stosować się do poleceń i spełniać oczekiwania innych.

Przechodzenie z kontroli zewnętrznej do samokontroli trwa dosyć długo i wymaga dużego wysiłku ze strony dziecka i dorosłych. Ważny jest trzeci rok życia dziecka, gdyż w tym okresie zaczyna się rozwijać u dzieci intensywnie zdolność samokontroli zachowania. Chcą być samodzielne: ja sam, ja sama, to przejaw dążenia do swej niezależności. Tymczasem dorośli są skłonni wyręczać dziecko, spiesząc się, sami np.: ubierają dziecko, ucząc je w ten sposób bezradności.

Trzeci rok życia dziecka jest ważnym okresem:

- zdobywania wiedzy o sobie samym (samowiedzy, zwanej samoświadomością), oswojania się z wizerunkiem własnej osoby: uświadomienie schematu własnego ciała i dostrzeganie podobieństwa z innymi ludźmi,
- kształtowania się poczucia własnej wartości (samooceny, zwanej samoakceptacją),
- rozwijania zdolności do regulowania swoim zachowaniem,
- dążenia do niezależności,

Wszystkie te umiejętności kształtują i wpływają na siebie wzajemnie. Powyższe umiejętności i osiągnięcia są fundamentem rozwijającego się poczucia własnej tożsamości, zwanego też poczuciem własnego Ja. Długo trwa budowanie własnego Ja, dziecko zbiera doświadczenia w zwyczajnych życiowych sytuacjach, w kontaktach z dorosłymi, z rówieśnikami, ze zwierzętami, zabawkami. Warto pomóc dziecku w budowaniu własnego Ja, ponieważ będzie mu łatwiej rozumieć siebie i innych, będzie mu łatwiej kontrolować swoje zachowania i rzadziej narazi się na karcące uwagi. Więcej będzie dziecięcej radości, śmiechu i rozwijającej zabawy.

## **PIERWSZEGO DNIA DO PRZEDSZKOLA NALEŻY**

### **PRZYNIEŚĆ:**

#### **Dziecko:**

- piżamę, podpisaną imieniem i nazwiskiem dziecka,
- kaptcie, podpisane inicjałami dziecka,
- płaską poduszeczkę w poszewce, kocyk w poszwie - rzeczy podpisane imieniem i nazwiskiem dziecka,
- paczkę chusteczek higienicznych,
- misia lub inną przytulankę, która będzie „wspomnieniem domu” i pomoże znieść rozstanie z mamą,
- uśmiech na buzi i dobry humor.

#### **Szanowni Państwo !**

#### **Rodzice pierwszego dnia przynoszą ze sobą:**

- pewność, że dziecko sobie poradzi,
- zaufanie do nauczycielek i personelu przedszkola,
- uśmiech na twarzy, która będzie bardzo obserwowana przez dziecko, z której dziecko potrafi wyczytać dobre i złe emocje i dzięki nim nastroić się na cały dzień pozytywnie lub nie.

## 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 : 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
  - koziółkowanie
  - 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, czolgając 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 miauu, 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 (łączą 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 (klaśnięcie 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”

Temat: Zabawy z pluszowymi niedźwiadkami.

Cele:

- ◆ Oglądanie sali przez dzieci i rodziców, dodatkowych pomieszczeń i zabawek.
- ◆ Poznawanie w zabawie „Toczę piłkę” swoich imion.
- ◆ Słuchanie i wykorzystanie wiersza o Krzysiu: *Oto Krzyś, mały Krzyś, do przedszkola przyszedł dziś. Tutaj Krzysia głowa a tu ręce dwie, jedna noga, druga noga, każdy o tym wie.*

Przebieg spotkania:

1. Rozdanie dzieciom pluszowych niedźwiadków, śpiew piosenki „O kochaniu misia”.
2. Rozmowa o misiach mieszkających w domach, porównywanie czy są takie same jak w przedszkolu.
3. Zabawy swobodne misiami i innymi zabawkami. (Rytm wszystkich zajęć i zabaw wyznaczają dzieci, zmieniając charakter zabawy).
4. Zabawa: pokazywanie na sobie i na mamie gdzie są nogi, głowa, ręce, paluszki, itp.
5. Taniec z mamą przy piosence „Miś z laleczką”.

## Spotkanie 3 – „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 ręką) 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 przeszły słonie
- a tu idzie szczypaweczka
- zaświeciły dwa słoneczka
- spadł drobniutki dreszczyk
- 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 4 „Zabawy rączkami”**

Cele:

- ◆ Słuchanie wierszyka „Srocza”.
- ◆ Próby rzutów i chwytania piłek.
- ◆ Próby samodzielnego malowania farbą klejową (*poznanie nowego materiału do zabawy*).

Przebieg spotkania:

- ◆ Dzieci leżąc na brzuskach toczą piłkę do mamy i innych dzieci.
- ◆ Siad skrzyżny w ramionach mamy: oglądanie swoich rączek, porównywanie wielkości rąk swoich i mamy. Chowanie rączek w dłoniach mamy.
- ◆ Słuchanie wierszyka „Srocza”. Zabawa do treści wierszyka.
- ◆ Na podwórku przedszkolnym: odbijanie mokrych śladów rączek na płytkach chodnikowych. Obrysowywanie przez mamy rączek dzieci kolorową kredą.
- ◆ Zabawy z piłkami: próby rzutów, toczenie do mamy, podzucanie.
- ◆ Po powrocie do sali malowanie paluszkami za pomocą farby klejowej.
- ◆ Słuchanie piosenki „Miś z laleczką”, klaskanie do piosenki: cicho – głośno, wolno – szybko.
- ◆ Ćwiczenia w samoobsłudze: wkładanie i zdejmowanie bluzy, kapci, itp.

## **Spotkanie 5 – „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 wesołe 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 przerwienie 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 nagrodę pod różnorodną postacią (wg uznania n-la).

## **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. Jakie korzyści adaptacyjne dostarczył ten program Państwu?

.....

.....

.....

.....

4. Którą z form adaptacji cenią Państwo najbardziej i dlaczego?.

- zebranie adaptacyjne,
- zajęcia otwarte,
- pobyt z dzieckiem w przedszkolu,
- inne, jakie:

.....

.....

.....

.....

5. Prosimy Państwa o podzielenie się dodatkowymi uwagami na temat naszej pracy:

.....

.....

.....

.....

*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*