

**Przedszkole Samorządowe nr1
BAJKA
Ciechocinek**

***PROGRAM
ADAPTACYJNY
BĘDĘ
PRZEDSZKOLAKIEM***

**OPRACOWAŁY:
Wiesława Wójcik
Małgorzata Górecka**

[...] mów dziecku, że jest dobre, że może, że potrafi [...]

Janusz Korczak

Dziecko to mała istota, która się uczy – poznając, poznaje – ucząc się.
Doznając uczuć, wrażeń i dostrzegając otaczający je świat, tworzy jego obraz.
My – nauczyciele, terapeuci, rodzice, przyjaciele – kształtując tę małą osobowość,
mamy ogromny wpływ na to, jakim będzie człowiekiem, kim się stanie. Postępując
zgodnie z intencją Janusza Korczaka, mówmy dziecku, że jest dobre, a właśnie
takim się stanie.

SPIS TREŚCI:

1. WSTĘP.....	3
2. ZAŁOŻENIA PROGRAMOWE.....	4
3. CELE EDUKACYJNE.....	6
4. ZADANIA PROGRAMU ADAPTACJI DZIECI DO PRZEDSZKOLA.....	7
5. TREŚCI PROGRAMOWE.....	8
6. METODY I FORMY PRACY SUGEROWANE PRZY INTERPRETACJI PROGRAMU.....	9
7. OCZEKIWANE EFEKTY W ZAKRESIE ADAPTACJI DZIECI DO PRZEDSZKOLA.....	10
8. EWALUACJA PROGRAMU.....	10
9. SCENARIUSZE ZABAW INTEGRACYJNYCH DZIECI.....	11
10. ZAŁĄCZNIKI	
Załącznik nr1 Prośba dziecka wg. Janusza Korczaka.....	16
Załącznik nr2 Dziecka idzie do przedszkola- artykuł.....	17
Załącznik nr3 Ankieta informacyjna o dziecku.....	22
Załącznik nr4 Ankieta na temat przebiegu dni adaptacyjnych dziecka w przedszkolu.....	24
11. BIBLIOGRAFIA.....	25

WSTĘP

Adaptacja rozumiana jest jako proces, bądź wynik procesu uzyskiwania równowagi między potrzebami jednostki, a warunkami otoczenia. Czynnikiem mającym wpływ na przebieg tego procesu są: stan uspołecznienia jednostki, mający niebagatelny wpływ na kształtowanie się wrażliwości na potrzeby innych ludzi i dobro społeczne, a także inteligencja i znajomość własnych możliwości.

Przedszkole stawia sobie za cel wspieranie osobowości dziecka od trzeciego roku życia i przygotowuje je do podjęcia nauki w szkole. Tworzy optymalne warunki do rozwoju możliwości każdego wychowanka. Przedszkole koncentruje się na odkrywaniu przez dziecko własnych predyspozycji i wykorzystując fakt, że znajduje się ono w okresie najbardziej dynamicznego rozwoju, w którym może odnaleźć coś, co je szczególnie zainteresuje oraz będzie zgodne z jego potrzebami, stawia sobie za cel ujawnianie zdolności i zainteresowań będących podstawą rozwoju w nauce szkolnej, pracy i życiu codziennym.

Jednym z warunków mającym wpływ na prawidłowy tok rozwoju dziecka jest odpowiednie kierowanie procesem adaptacyjnym dziecka, podczas którego stopniowo przystosowuje się ono do życia w społeczności przedszkolnej. Prawidłowa adaptacja dziecka do przedszkola kształtuje pożądane zachowania i prawidłowe nastawienie do nowego środowiska, jakim jest grupa przedszkolna i personel pracujący w przedszkolu. Dobra adaptacja dziecka do przedszkola przynosi stworzenie atmosfery przyjaźni i zaufania, zachęca dzieci do nawiązywania pozytywnych relacji z rówieśnikami, interesowania się otaczającym go światem i rozwijania własnej aktywności poznawczej. Prawidłowo prowadzony proces adaptacyjny wpływa również na aktywność rodziców, zachęcając ich do podejmowania działań dla dobra własnego dziecka i na rzecz przedszkola, jako placówki współuczestniczącej w trudnym procesie wychowania aktywnego członka społeczeństwa.

Przedstawiony poniżej program wypełnia wybrane zadania wychowawcze i edukacyjne przedszkola oraz jest zgodny z treściami Podstawy programowej MEN z dnia 23 grudnia 2008r oraz z rozporządzeniem MEN z dnia 30 maja 2014r.

I. ZAŁOŻENIA PROGRAMOWE

Przedszkole jest instytucją, która uzupełnia rodzinę. Udana włączenie do grupy przedszkolnej ma ogromne znaczenie dla dalszego rozwoju dziecka. Jeżeli początkowy okres w przedszkolu związany jest z przyjemnymi przeżyciami, wtedy dziecko jest pozytywnie nastawione, ufne i nie reaguje lękiem na sytuacje nowe, nieznane. Dzięki odpowiedniemu przygotowaniu można w istotny sposób ułatwić dziecku adaptację w przedszkolu.

W myśl przyjętego założenia zakres tematyczny programu jest zgodny z „Podstawą programową wychowania przedszkolnego dla przedszkoli oraz innych form wychowania przedszkolnego” opracowaną przez MEN.

Niżej wymienione szczegółowe fragmenty obszarów edukacyjnych wspierają i stymulują wielokierunkowość rozwoju dzieci w wieku przedszkolnym oraz sprzyjają ich działalności poznawczej zgodnie z indywidualnymi predyspozycjami. Są to:

Kształtowanie umiejętności społecznych dzieci: porozumiewanie się z dorosłymi i dziećmi, zgodne funkcjonowanie w zabawie i sytuacjach zadaniowych

1. Uświadamianie własnej osoby- to ja.
2. Budowanie pozytywnych relacji w kontaktach społecznych:
 - postępowanie zgodne z oczekiwaniami dorosłych w sytuacjach nowych i wymagających szczególnej ostrożności.
3. Kształtowanie społecznie akceptowanych postaw:
 - rozumienie i wykonywanie prostych poleceń.
4. Rozpoznawanie i wyrażanie emocji:
 - rozpoznawanie i próba nazwania własnych uczuć: radości, smutku, złości.

Kształtowanie czynności samoobsługowych, nawyków higienicznych i kulturalnych.

Wdrażanie dzieci do utrzymania ładu i porządku

1. Kształtowanie nawyków higienicznych
2. Wykonywanie czynności samoobsługowych.
3. Przyzwyczajanie do utrzymywania w porządku rzeczy i otoczenia:
 - uczestnictwo we wspólnym porządkowaniu zabawek w Sali.

Wspomaganie rozwoju mowy

1. Rozwijanie umiejętności porozumiewania się:
 - spontaniczne dzielenie się swoimi przeżyciami, zadawanie pytań i udzielanie odpowiedzi.
2. Kształtowanie poprawności wymowy.

Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci

3. Przyzwyczajanie się do zdrowego trybu życia.
4. Rozwijanie sprawności ruchowej.

Wdrażanie dzieci do dbałości o bezpieczeństwo własne i innych

1. Zgodna zabawa i przestrzeganie określonych reguł w zabawach.
2. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na drodze.
3. Właściwe zachowanie się wobec obcych osób, zwierząt i roślin.

Dziecko widzem i aktorem- wychowanie przez sztukę

1. Aktywne uczestniczenie w różnego rodzaju przedstawieniach.

Muzyka i śpiew, pląsy i taniec

2. Uczestnictwo w zabawach ruchowych ze śpiewem.
3. Poznawanie sposobów wykorzystywania instrumentów perkusyjnych.
4. Odtwarzanie prostych układów tanecznych.

Różne formy plastyczne

1. Nauka odbioru dzieł sztuki, w tym sztuki ludowej i regionalnej
2. Wyrażanie przeżyć i wiedzy oświeci w samodzielnej twórczości plastycznej.

Wspomaganie rozwoju umysłowego dzieci poprzez zabawy konstrukcyjne, budzenie zainteresowań technicznych

1. Podejmowanie zabaw polegających na poznawaniu właściwości przedmiotów,
2. Rozumienie znaczenia pracy ludzi różnych zawodów.
3. Poznawanie świata techniki.

Pomaganie dzieciom w rozumieniu istoty zjawisk atmosferycznych i unikaniu zagrożeń oraz poszanowaniu roślin i zwierząt

1. Rozpoznawanie zjawisk atmosferycznych oraz zachowywanie się odpowiednio do pogody.
2. Kształtowanie opiekuńczej postawy wobec zwierząt i roślin: rozumienie konieczności ochrony środowiska przyrodniczego.

Wspomaganie rozwoju intelektualnego dzieci wraz z edukacją matematyczną

1. Kształtowanie orientacji przestrzennej
2. Kształtowanie umiejętności liczenia, rozpoznawania kształtów geometrycznych, dokonywanie czynności pomiarowych, dostrzeganie powtarzalności układów i następstw czasu.

II. CELE EDUKACYJNE

Celem wychowania przedszkolnego jest wspomaganie i ukierunkowanie rozwoju dziecka zgodnie z jego wrodzonym potencjałem i możliwościami rozwojowymi w relacji ze środowiskiem społeczno- kulturowym i przyrodniczym oraz nabywanie umiejętności radzenia sobie w różnych sytuacjach zadaniowych i życiowych.

Głównymi celami programu są:

- ułatwienie dzieciom przekroczenia progu: dom- przedszkole,
- wspieranie dziecka w procesie przystosowania się do środowiska przedszkolnego,
- nawiązanie bliższego kontaktu z dziećmi i ich rodzicami,
- stworzenie atmosfery przyjaźni i zaufania,
- kształtowanie pożądanых zachowań i prawidłowego nastawienia dzieci do nowego środowiska, jakim jest grupa przedszkolna oraz personel pracujący w przedszkolu,
- obniżenie lęku rodziców związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę pracowników przedszkola,
- zachęcenie rodziców do podejmowania działań dla dobra własnego dziecka (aktywizacja rodziców) oraz przedszkola, do którego ono uczęszcza,
- ujednolicenie oddziaływań wychowawczych domu i przedszkola,
- ukazanie rodzicom sposobów pomocy własnemu dziecku związanych z adaptacją w nowy środowisku wychowawczym,
- stwarzanie sytuacji sprzyjających nawiązaniu, rozwijaniu i wzmocnieniu kontaktów oraz aktywności rodziców z przedszkolem.

Niezbędną wartością edukacji przedszkolnej jest rozwój dziecka, a zewnętrznym wskaźnikiem tego rozwoju są umiejętności dziecka.

Cele operacyjne:

Dziecko:

- chętnie uczęszcza do przedszkola,
- potrafi wyrazić uczucia, emocje słowami,
- rozumie przekazywane informacje, polecenia,
- przestrzega zasad kulturalnego porozumiewania się, współdziałania i zachowywania,
- nabywa umiejętności organizowania zabaw i współdziałania w nich z innymi dziećmi,
- otwarcie mówi o tym, co czuje, czego potrzebuje, czego oczekuje od innych,
- wie, że ma prawo do własnego zdania,
- ma świadomość poczucia spójności grupy i wspólnoty,
- zna swoich kolegów i zwyczaje panujące w grupie,
- jest ciekawe świata, aktywnie uczestniczy w życiu przedszkola.

III. ZADANIA PROGRAMU ADAPTACJI DZIECI DO PRZEDSZKOLA

Program zawiera cykl działań adaptacyjnych dla dzieci i ich rodziców w naszym przedszkolu. Działania adaptacyjne rozpoczynają się w drugim kwartale roku kalendarzowego. Polegają na udziale rodziców i dzieci w zajęciach i zabawach w sali oraz na terenie ogrodu przedszkolnego. Rodzice oraz dzieci mają również okazję uczestniczenia w specjalnie zorganizowanych zabawach integracyjnych przy muzyce na świeżym powietrzu, podczas których odbywają się również konkursy rodzinne, a także jest zorganizowany poczęstunek dla dzieci.

Celem tych działań jest:

- zapoznanie rodziców i dzieci z osobami, które pracują w przedszkolu, aby nie były to osoby anonimowe,
- poznanie rozmieszczenia głównych pomieszczeń w placówce oraz możliwości zabaw w ogrodzie przedszkolnym,
- przybliżenie specyfiki pracy nauczyciela przedszkola, zapoznanie z formami i metodami zajęć w przedszkolu.

Dalszy ciąg działań adaptacyjnych rozpoczynamy po rozpoczęciu nowego roku szkolnego, we wrześniu.

Aby złagodzić skutki przekroczenia progu przedszkola między innymi proponujemy dzieciom i rodzicom:

- możliwość przebywania jednego z rodziców z dzieckiem w przedszkolu,
- regulowanie czasu pobytu dziecka w przedszkolu,
- uczestniczenie rodziców w zabawach wakacyjnych na terenie ogrodu przedszkolnego,
- przynoszenie przez dzieci przytulank, ulubionych zabawek w pierwszych tygodniach pobytu w przedszkolu, a następnie wspólne z rodzicami ustalenie dnia na przynoszenie ulubionej zabawki,
- udostępnienie prywatnego numeru telefonu nauczycielki, jeżeli zajdzie konieczność pilnej rozmowy o dziecku,
- ścisła współpraca z nauczycielkami- w celu ustalenia spójnego postępowania,
- wspólne przygotowanie sali,
- obserwowanie dzieci w różnych sytuacjach- w początkowym okresie adaptacji,
- możliwość współtworzenia różnych planów przedszkolnych przez rodziców: planu współpracy z rodzicami w swojej grupie, możliwość rozwijania własnej aktywności dla dobra przedszkola i dzieci poprzez różne szkolenia i warsztaty, udział w działaniach podejmowanych przez przedszkolną Radę Rodziców.

Inne działania adaptacyjne to:

- zapoznanie rodziców z programem adaptacyjnym,
- zapoznanie planem współpracy z rodzicami, z możliwością wnoszenia swoich propozycji, ustalenie form współpracy,
- przekazanie informacji na temat programu wychowania przedszkolnego,
- przeprowadzenie ankiety wśród rodziców- ankieta stanowi źródło zbierania informacji o dziecku, jego potrzebach i rozwoju oraz poznania oczekiwań rodziców w stosunku do przedszkola i nauczyciela,
- regularne i systematyczne prowadzenie tablicy informacyjnej dla rodziców,
- systematyczne organizowanie wystawki prac dzieci,
- informowanie rodziców o przedszkolnych wydarzeniach poprzez stronę internetową,
- poznawanie dziecka i jego środowiska rodzinnego poprzez rozmowy, konsultacje i dokumentowaną obserwację dziecka.

IV. TREŚCI PROGRAMOWE

Obszerne treści programowe związane z adaptacją dzieci do przedszkola skupiają się wokół obszarów edukacyjnych wymaganych i opisanych w „Podstawie programowej MEN z dnia 23 grudnia 2008r oraz w rozporządzeniu MEN z dnia 30 maja 2014r.

Obszary te zostały rozwinięte w programie wychowania przedszkolnego *Zanim będę uczniem Elżbiety Tokarskiej i Jolanty Kupaly* (Wyd. Edukacja Polska, 2009 r.) i stanowią podstawę realizacji naszych zadań w kształtowaniu konkretnych umiejętności dzieci. Program *Zanim będę uczniem* wskazuje etapy dochodzenia do konkretnych umiejętności, kształtowania postaw, rozwijania mowy i myślenia czy zdobywania wiedzy ogólnej o środowisku społeczno-przyrodniczym z uwzględnieniem różnic rozwojowych dzieci, co sprzyja działalności poznawczej zgodnej z indywidualnymi predyspozycjami. Ponadto program ten przewiduje stopniowe opanowanie przez dziecko określonych umiejętności, począwszy od najprostszych (podstawowych), a kończąc na tych, które powinno reprezentować w chwili pójścia do szkoły. Program przewiduje realizację następujących zadań:

- stwarzanie warunków, w których dziecko będzie rozwijać się zgodnie ze swoimi możliwościami i zdolnościami, z nastawieniem na rozbudzenie ciekawości poznawczej,
- monitorowanie i stymulowanie rozwoju fizycznego, intelektualnego, emocjonalnego i społecznego,
- kształtowanie postaw moralnych, poczucia sensu i wartości życia, tożsamości narodowej, wartości uniwersalnych i uczenie rozróżniania dobra od zła,
- propagowanie wzorców, norm o zachowań społecznie akceptowanych,

- organizowanie warunków edukacyjnych umożliwiających dzieciom prezentowanie swojej indywidualności, odnoszenie sukcesów i odczuwanie radości z podejmowanej aktywności umysłowej i fizycznej,
- pomoc w rozwiązywaniu problemów rozwojowych w taki sposób, aby dzieci nie odczuwały przykrości z powodu swoich słabych stron,
- przeciwdziałanie zagrożeniom dla zdrowia fizycznego i psychicznego dzieci,
- podejmowanie współpracy z rodziną w celu ujednolicenia oddziaływań wychowawczych,
- przygotowanie dzieci do nauki w szkole i rozbudzenie zainteresowań rolą ucznia.

V. METODY I FORMY PRACY SUGEROWANE PRZY INTERPRETACJI PROGRAMU

Metody wychowania w przedszkolu ze względu na sposób przyswajania treści istotnych dla rozwoju dziecka dzielimy na czynne, słowne i oglądowe.

1. Wśród metod czynnych wyróżnia się:

- metodę samodzielnych doświadczeń,
- metodę zadań stawianych do wykonania,
- metodę ćwiczeń utrwalających.

2. Do metod słownych zalicza się:

- metodę przekazywania wiadomości poprzez objaśnienia, rozmowy, opowiadania,
- metodę społecznego porozumiewania się z dzieckiem (umowy, pochwały, tłumaczenia),
- metodę żywego słowa.

3. Metody oglądowe to:

- pokaz, obserwacja,
- metoda przykładu,

4. Metoda bezpośredniego odbioru sztuki, przyrody.

Wśród innowacyjnych metod wychowania w przedszkolu stosuje się metody modyfikowane na bazie metod problemowych. Obejmują one również takie obszary, jak: integracja i komunikacja, poczucie własnej wartości, kształtowanie twórczej postawy. Są to metody: Ruch Rozwijający Weroniki Sherborne, Metoda Aktywnego Słuchania Muzyki Bati Strauss, Metoda Dobrego Startu, Pedagogika Zabawy, Edukacja przez Ruch, Arteterapia, Gimnastyka ekspresyjna i rekreacja ruchowa, Bajkoterapia, Metody terapeutyczne.

5. Metody stosowane podczas przygotowań do adaptacji dzieci w przedszkolu powinny znajdować zastosowanie w ramach takich form organizacyjnych, jak:

- zajęcia z dominacją ruchu,
- zajęcia z dominacją działalności plastycznej i konstrukcyjnej,
- zajęcia z dominacją działalności umysłowej.

W zajęciach może uczestniczyć różna liczba dzieci: mogą to być zajęcia zbiorowe, zespołowe i indywidualne.

VI. OCZEKIWANE EFEKTY W ZAKRESIE ADAPTACJI DZIECI DO PRZEDSZKOLA

- pogodzenie się dziecka z koniecznością rozstania z najbliższymi i zaakceptowanie tego faktu,
- zaakceptowanie nowego środowiska jakim jest przedszkole,
- przystosowanie się do rytmu życia grupy,
- zaakceptowanie funkcjonowania dziecka w grupie przedszkolnej,
- poznanie dzieci, ich zachowań, możliwości i umiejętności,
- rozbudzenie inwencji twórczej dziecka.

VII. EWALUACJA PROGRAMU

- Monitoring ciągły- prowadzenie planowych i systematycznych obserwacji dzieci dotyczących ich zachowań emocjonalnych i społecznych oraz monitorowanie przyrostu wiadomości i umiejętności.
- Ankieta informacyjna do rodziców o dziecku, pozwalająca uzyskać informacje na temat preferencji i zachowania dziecka w domu.
- Arkusz dla rodziców na temat przebiegu dni adaptacyjnych w przedszkolu.
- Notatka informacyjna dla rodziców „Sposoby przygotowania dziecka do przekroczenia progu przedszkola”
- Rozmowy indywidualne z rodzicami dzieci- wymiana spostrzeżeń związanych z przystosowaniem dziecka do warunków przedszkolnych.

VIII. SCENARIUSZE ZABAW INTEGRACYJNYCH

Cele główne:

- nawiązanie bliższego kontaktu zarówno z dziećmi, jak i ich rodzicami,
- stworzenie atmosfery radości, przyjaźni i zaufania,
- zrozumienie przez rodziców planowanych działań podejmowanych przez przedszkole,
- możliwość przekazania elementów pracy w przedszkolu, a tym samym wiedzy o specyfice pracy personelu przedszkola,
- pozyskanie rodziców do współpracy z przedszkolem, zarówno na rzecz własnego dziecka, jak i przedszkola.

Cele operacyjne:

Dziecko:

- poznaje swoich kolegów i ich rodziców,
- zna zwyczaje panujące w grupie,
- podejmuje próby wyrażania swoich uczuć, emocji słowami, ruchem itp.,
- nabywa umiejętność podporządkowania się w zabawie do zawartych umów,
- podejmuje próby współdziałania w zabawie z rodzicami oraz innymi dziećmi.

Metody pracy:

- metody aktywizujące: integracja- komunikacja, kształtowanie twórczej postawy,
- metody zabawowe i naśladowcze,
- metody zadań stawianych do wykonania,
- metoda przykładu,
- pokaz, obserwacja,
- metoda samodzielnych doświadczeń,
- metody żywego słowa: oddziaływanie przez środki artystyczne,
- metody i techniki relaksacyjne.

Środki dydaktyczne: pluszowe zabawki z sali Gumisiów, pacynki różnych zwierząt; pies, kot, baran, krowa, kaczka, kura, bocian, żaba, koń itp., instrumenty perkusyjne- tamburyno, szarfy w 4 kolorach, akcesoria z kącików dydaktycznych z sali, przybory do rysowania i malowania, masa solna, piłki, pachołki gimnastyczne, wiaderka i łopatki do piaskownicy, płyta Cd „Rymy..” R. Przyborowska.

DZIEŃ PIERWSZY

1. Mówiący miś

Za pomocą pacynki- pluszowego misia- nauczycielka wita się z każdym dzieckiem i dorosłym, siedzącymi w kole na dywanie. Rodzic mówi: „jestem Krysia, mama Oli” (wskazując na dziecko), dziecko odpowiada: „jestem Ola”, itd.

Miś- pacynka, bardzo ułatwia nawiązanie kontaktu- dziecko chętniej z nim rozmawia niż z obcym dorosłym.

2. Cześć

Powitanie poprzez podanie dłoni z osobami siedzącymi obok w kole.

3. Pociąg

Zabawa ruchowa do piosenki „Jedzie pociąg z daleka”. Nauczycielka wprowadza: „teraz pojedziemy na wycieczkę na kolorową łąkę wesołym pociągiem”. Przy piosence śpiewanej przez nauczycielkę, dzieci i rodzice tworzą pociąg.

4. Na łące

Nauczycielka przedstawia kolejno zwierzątka (pacynki zwierząt) i pyta, jak wołają one do swoich mam. Dzieci naśladują głosy zwierząt i biegają po łące w rytm tamburyna. Rodzice stoją w kole. Na sygnał (mocniejsze uderzenie w instrument), dzieci biegną do rodziców i naśladują głos zwierzątka, którego pacynkę w tym momencie pokazuje nauczycielka.

5. Zabawy w kąciakach zainteresowań

- kąciak kuchenno- domowy: wspólna zabawa w gotowanie, szykowanie śniadania i ubieranie lalek na spacer.
- kąciak konstrukcyjny- zabawa różnymi rodzajami klocków i elementami do składania.
- kąciak książki- wspólne oglądanie książeczek, czytanie bajek swoim lalkom.

DZIEŃ DRUGI

1. Łazienka

Nauczycielka zaprasza dzieci do łazienki: pokazuje, gdzie można umyć ręce, gdzie są toalety, jak korzystać z ręcznika. Nauczycielka zachęca dzieci do samodzielności w samoobsłudze.

2. Całusek

Dzieci siedzą w kole. Nauczycielka mówi: „podaj swoje imię i prześlij całusek do osoby, która siedzi obok ciebie”.

3. Słonko świeci, deszczyk pada

Nauczycielka gra na tamburynie. Kiedy podaje hasło: „słonko świeci”- dzieci chodzą, biegają, podskakują. Na hasło: „deszczyk pada”- dzieci biegną pod parasole (rodzice tworzą je ze swoich ramion).

4. Gospodynie

Dzieci siadają do stolików, na których leży przygotowana masa solna. Ugniatają, wałkują, klepią, rozciągają ją- robią różne rodzaje „ciasteczek” dla swoich rodziców. Wykonane i podpisane wytwory zostają ułożone na kartonowych talerzykach i wręczone rodzicom. (masę solną można zabarwić kolorowymi farbami do malowania).

Po tej pracy dzieci udają się do łazienki i myją ręce, a następnie wycierają je w papierowe ręczniki.

5. Zabawy relaksacyjne

Zabawy relaksacyjne dziecka z rodzicem przy muzyce. Nauczycielka mówi wiersz, demonstrując czynności, które rodzice wykonują na plecach dziecka:

- deszczyk: dziecko leży na brzuchu, obok siedzi rodzic. - tędy płynie rzeczka: ruch falisty od głowy do bioder,
- idzie pani na szpileczkach: stukanie palcem wskazującym wzdłuż kręgosłupa,
- tu przebiegły konie- patataj: stukanie piąstkami wzdłuż kręgosłupa,
- tędy przeszły słonie: klepanie dłońmi ułożonymi w kształt łódki,
- a tu idzie szczy paweczka: leciutkie szczypanie od krzyża do barków,
- zaświeciły dwa słoneczka: dłonie otwarte, palce złączone, masaż spiralny pleców,
- spadł drobniutki deszczyk: lekkie pukanie wszystkimi palcami,
- czy przeszedł cię dreszczyk?: lekkie łaskotanie szyi.

Zabawę można powtórzyć. Jeśli dzieci bawią się chętnie, można zrobić zmianę ról.

6. Wesołe lustro

Na zakończenie tego dnia dzieci robią wesołe miny kolejno do siebie i mówią: „pa, pa”.

DZIEŃ TRZECI

1. Powitanie w kole

Podaj swoje imię i wysoko podskocz.

2. Ludzie do ludzi

Gdy gra muzyka, dzieci biegają, skaczą, tańczą, a gdy muzyka milknie: wszyscy witają się z napotkanymi osobami różnymi częściami ciała: ucho do ucha, głowa do głowy, nos do nosa, brzuch do brzucha, czoło do czoła.

Następnie wszyscy znów tańczą do muzyki, a p[odczas przerwy witają się kolejnymi częściami ciała: kolano do kolana, plecy do pleców, mały paluszek do... itd.

3. Gadająca piłka

Nauczycielka rzuca piłkę. Otrzymując piłkę, dziecko mówi swoje imię, rodzic- swoje imię i co jego dziecko lubi najbardziej (do wyboru” potrawa, zabawka, zwierzątko, ulubiona bajka).

4. Zabawa przy piosence „Pajacyk”

Nauczycielka śpiewa piosenkę, pokazuje gesty, które dzieci z rodzicami starają się naśladować.

Tekst piosenki: Fiku miku, fiku, miku, podskocz z nami pajacyku.

I. Skacze Krysia, skaczę ja; podskocz z nami: hopsa- sa.

II. Fiku miku, fiku miku, podskocz z nami pajacyku,

III. Popatrz się na przedszkolaka, zaraz się nauczysz skakać.

Nauczycielka powtarza piosenkę kilka razy, zachęca do wspólnego śpiewania i do naśladowania ruchów podskakiwania.

5. Balonik

Zabawa w nadmuchiwanie balonika: dzieci i rodzice tworzą koło wiązane i postępują zgodnie z treścią zabawy.

Tekst zabawy: Baloniku nasz malutki rośnij duży, okrągłutki.

Balon rośnie że aż strach. Przebrał miarę, no i trach!

6. Pożegnanie

Podaj swoje imię i podskocz jak pajacyk.

Zabawy integracyjne w ogrodzie przedszkolnym

1. Poznajmy się:

dzieci z rodzicami stoją w kole i przesyłają kolejno uścisk dłoni mówiąc przy tym swoje imię.

2. Zawody sportowe:

- dzieci z rodzicami tworzą zaprzęgi w parach, muszą pobiec do pacholka i wrócić na swoje miejsce,
- rzucanie piłki do kosza,
- zajaczki na łące: dzieci biegają po trawie, na hasło muszą wrócić najszybciej jak potrafią do swoich rodziców,
- lalom: bieg pomiędzy pacholkami,
- najpiękniejsza babka z piasku: dzieci napełniają wiaderka piaskiem rodzice odwracają wiaderka i robią babki.

3. Zabawy integracyjne w kole:

- Paluszek: dzieci i rodzice powtarzają śpiewną rymowanąkę, wykonując polecenia. Tekst:

Tu paluszek, tu paluszek,

Kolorowy mam fartuszek.

Tutaj rączka, a tu druga,

A tu oczko do mnie mruga.

Tutaj nosek, tu ząbeczki-

Tam wpadają cukiereczki.

Tutaj nóżka i tu nóżka,

Chodź zatańczyć jak kacuszka.

- Chateńka: dzieci powtarzają czynności rączkami, kucają i wstają. Tekst:

- Jest w lesie chateńka- składają daszek z dłoni,

- Przed chatką sarenka- składają dłoń w piąstkę, unoszą palec wskazujący
 - I mały- uszy sarny,
 - I zajączek szary- dłoń w piąstkę, palce: wskazujący i środkowy wyprostowane- długie uszy zająca,
 - I drugi do pary- druga dłoń,
 - I sosna wielkolud- wspięcie na palce, ręka uniesiona wysoko,
 - Maleńki krasnolud- kucnięcie, dłoń nad ziemią,
 - Pod grzybkiem się schował: dłonie złożone w kształt grzybka,
 - Zwierzątko rachował- wyprost i otwieranie kolejnych palców dłoni:
 - Dziadziuś, babunia,
 - Tatuś, mamunia,
 - A to? Dziecinka mała
 - Trala lala, moja rączka cała- potrząśnięcie rączką.
4. Zaproszenie na poczęstunek na świeżym powietrzu: kiełbaski z grilla, napoje, słodkie przekąski.

W kolejnych dniach dzieci mogą wraz z rodzicami przychodzić do ogrodu przedszkolnego w trakcie zabaw przedpołudniowych lub popołudniowych przedszkolaków na terenie ogrodu.

W nowym roku szkolnym zabawy integracyjne przebiegają zgodnie z treściami zaplanowanymi w planach miesięcznych dla najmłodszej grupy.

PROŚBA DZIECKA- Janusz Korczak

Nie psuj mnie. Dobrze wiem, że nie powinienem mieć tego wszystkiego, czego się domagam. To tylko próba sił z mojej strony.

Nie bój się stanowczości. Właśnie tego potrzebuję - poczucia bezpieczeństwa.

Nie bagatelizuj moich złych nawyków. Tylko ty możesz pomóc mi zwalczyć zło, póki jest to jeszcze w ogóle możliwe.

Nie rób ze mnie większego dziecka, niż jestem. To sprawia, że przyjmuje postawę głupio dorosłą.

Nie zwracaj mi uwagi przy innych ludziach, jeśli nie jest to absolutnie konieczne. O wiele bardziej przejmuję się tym, co mówisz, jeśli rozmawiamy w cztery oczy.

Nie chroń mnie przed konsekwencjami. Czasami dobrze jest nauczyć się rzeczy bolesnych i nieprzyjemnych.

Nie wmawiaj mi, że błędy, które popełniam, są grzechem. To zagraża mojemu poczuciu wartości.

Nie przejmuj się za bardzo, gdy mówię, że cię nienawidzę. To nie ty jesteś moim wrogiem, lecz twoja miazdząca przewaga !

Nie zwracaj zbytnej uwagi na moje drobne dolegliwości. Czasami wykorzystuję je, by przyciągnąć twoją uwagę.

Nie zrzedź. W przeciwnym razie muszę się przed tobą bronić i robię się głuchy.

Nie dawaj mi obietnic bez pokrycia. Czuję się przeraźliwie tłamszony, kiedy nic z tego wszystkiego nie wychodzi.

Nie zapominaj, że jeszcze trudno mi jest precyzyjnie wyrazić myśli. To dlatego nie zawsze się rozumiemy.

Nie sprawdzaj z uporem maniaka mojej uczciwości. Zbyt łatwo strach zmusza mnie do kłamstwa.

Nie bądź niekonsekwentny. To mnie ogłupia i wtedy tracę całą moją wiarę w siebie.

Nie odtrącaj mnie, gdy dręcę cię pytaniami. Może się wkrótce okazać, że zamiast prosić cię o wyjaśnienia, poszukam ich gdzie indziej.

Nie wmawiaj mi, że moje lęki są głupie. One po prostu są.

Nie rób z siebie nieskazitelnego ideału. Prawda na twój temat byłaby w przyszłości nie do zniesienia.

Nie wyobrażaj sobie, iż przepraszając mnie stracisz autorytet. Za uczciwą grę umiem podziękować miłością, o jakiej nawet ci się nie śniło.

Nie zapominaj, że uwielbiam wszelkiego rodzaju eksperymenty. To po prostu mój sposób na życie, więc przymknij na to oczy.

Nie bądź ślepy i przyznaj, że ja też rosnę. Wiem, jak trudno dotrzymać mi kroku w tym galopie, ale zrób, co możesz, żeby nam się to udało.

Nie bój się miłości. Nigdy.

Dziecko idzie do przedszkola, cz.1 – adaptacja rodziców

„Jeżeli twierdzisz, że mi ufasz - ufaj mi całym sobą. Ufaj mi – naprawdę.

Potrzebuję Twojej wiary we mnie. Ona unosi moje skrzydła.

Ty, moja mądra, dorosła Mamo we mnie wierzysz;

Ty, dorosły, potężny Tato – ufasz, że dam radę,

więc ja – Wasz malutki syn, Wasza mała córeczka – PORADZĘ SOBIE.

Otoczony Twoimi ciepłymi zapewnieniami odnajdę w sobie siłę do tego, by sobie poradzić.

Otulony Twoim wsparciem, Twoją pewnością i wiarą we mnie – będę latał...”

Katarzyna Wnęk – Joniec „Nie przydepuj małych skrzydeł”

Wasze dziecko idzie do przedszkola.... Tak postanowiliście. Nie zawsze była to łatwa decyzja.

Jest w Was, Rodzicach wiele niepewności, obaw i pytań, które chcielibyście zadać: *Czy Wasza córeczka, syn da sobie radę? Czy w przedszkolu ktoś odpowie na jego potrzeby? Jak sobie radzić z jego płaczem? Jak pomóc mu w rozstaniach... Czy to będzie dobre dla niego miejsce?*

Jeżeli podjęliście decyzję, rozpatrzyliście ją i wiecie, że jest przemyślana – **przyjmijcie zasadę, że raz podjęta – bez gruntownego przeanalizowania, nie ulegnie zmianie.** Nie zastanawiajcie się nad nią więcej, nie rozpatrujcie wielokrotnie. Ciągłe zadawanie pytań sobie i innym nie będzie służyć dobrze Wam, ani dziecku – wprowadzi zamęt i niejasność, obciąży Was wewnątrz i bardziej rozdrażni.

Jak przetrwać adaptację?

Adaptacja oznacza przystosowanie do nowych warunków, poradzenie sobie, zgodę na zmianę. Adaptacja dotyczy przede wszystkim Rodziców, ponieważ małe dziecko naśladuje i uczy się od nich. To istotny element wychowania. **I nawet, gdy jeszcze nie umie mówić, mało rozumie – obserwuje rodziców i powtarza ich zachowania, gesty, miny, odczytuje mowę ich ciała – i naśladuje ją.**

Wasz syn, Wasza córeczka dobrze Was znają i trafnie rozpoznają Wasze nastroje. Dlatego, jeśli płaczesz, ono będzie także płakać. Jeśli w Tobie jest napięcie, Twoje dziecko nie będzie spokojne. **Zanim pomyślisz o adaptacji dziecka – pomyśl o swojej adaptacji i o swoich emocjach. To jest przede wszystkim Twój problem – i Twoje zadanie.**

Ważne jest, jak sobie z tym radzicie, co odczuwacie, jakie emocje dochodzą do głosu. **Decyzja o oddaniu dziecka do przedszkola jest decyzją często trudną, nie tylko ze względu na uczucia dziecka, ale również nasze.** Towarzyszy nam lęk, jesteśmy poddenerwowani, czujemy się winni. Zwłaszcza, kiedy brakuje nam wsparcia, gdy musimy lub chcemy wrócić do pracy, gdy bliscy zapewniają, że to zła decyzja. Wówczas należy posłuchać siebie – swoich przekonań i racji. Niepewność pojawia się niemal zawsze, gdy powierzamy nasze dziecko innym osobom. Niepokój, rozdrażnienie, smutek to kolejne emocje, które możemy poczuć w sytuacjach rozłąki z dzieckiem. **Ważne jest to, że masz prawo czuć to, co czujesz, masz prawo tak reagować.**

Naturalne jest, że sytuacja rozstania jest trudna dla obu stron, ale to dorośli powinni uporządkować swoje uczucia, by móc prowadzić swoje dziecko. **To Ty musisz odnaleźć w sobie siły, by stać się dla niego oparciem w tej sytuacji.**

Może jedno z Was przeżywa rozstanie z dzieckiem szczególnie mocno... Uczucia są dobre, lecz gdy są zbyt intensywne, przesłaniają nam to, co ważne, nie pozwalają spojrzeć na sytuację z boku. **Pozostawienie Maluszka w żłobku jest niewątpliwie wyzwaniem i zadaniem dla całej rodziny.** To ona powinna być wsparciem tej dla osoby, której najtrudniej pogodzić się z rozłąką z dzieckiem. Zamiast wyrzutów i pouczeń, osoba ta powinna usłyszeć zapewnienie o ich obecności, mieć możliwość szczerzej rozmowy. Takiej, która zamiast lekceważenia uczuć i nastroju przygnębienia, da wsparcie i zrozumienie. To zadanie dla mądrego męża, ale także dla babci, dziadka, cioci. Jeśli wsparcia nie możemy uzyskać wśród najbliższych, dobrze jest, by poszukać go wśród znajomych lub u innych rodziców.

Otoczenie wyrozumiałością w tym czasie jest szczególnie ważne. Bo – jeżeli Ty je otrzymasz, będziesz umiał/a poradzić sobie lepiej ze swymi uczuciami, a tym samym będziesz mógł/a pomóc swojemu dziecku.

Dziecko idzie do przedszkola, cz.2 – adaptacja dziecka

Jeśli chcesz pomóc dziecku w procesie adaptacji przedszkolnej, pamiętaj:

- **jeśli mówisz dziecku “poradzisz sobie”, nie płacz przy nim, nie pokazuj mu swoich łez:**
jeżeli zapewniasz je, że da sobie radę, że w tym miejscu będzie mu dobrze, wierz w to, co mówisz. Nie rozważaj co złego może się zdarzyć, nie pokazuj zatroskanej twarzy. Nie zapewnij swojego dziecka rankiem, że w przedszkolu będzie szczęśliwe, równocześnie wieczorem opowiadając przy nim, o swoich lękach i niepokojach. Bądź wierny/a temu, co do niego mówisz. Rozumienie wyprzedza mówienie, więc nie pozwól, by mały człowiek usłyszał to, czego nie powinien. Nie uwierzy wówczas Twoim ciepłym zapewnieniom, a Ty będziesz się dziwić, dlaczego tak bardzo protestuje
- **pozwól dziecku płakać:**
bo płakać prawdopodobnie będzie, ponieważ jest to reakcja naturalna. Dlatego nie czyń płaczu jedynym wyznacznikiem jego samopoczucia w przedszkolu, np. *Moje dziecko dziś płakało, więc jest oczywiste, że jest mu tam źle.* To nieprawda. Mały człowiek, zwłaszcza gdy nie potrafi mówić, ma prawo płakać. W ten sposób komunikuje się z nami. Płaczem opowiada o swoich potrzebach, o napięciu, jakiego doświadcza, o swoich uczuciach. Płacze, by dać znać innym, że czuje, że jest, że chce być zauważony. **Pozwól mu płakać – to jedyny sposób dla małego dziecka, aby pozbyć się nadmiaru emocji.** Jeżeli chcesz pomóc dziecku, nie mów wiele na ten temat, nie uspokajaj za bardzo, nie uciszaj na siłę. Nie lekceważ jednak jego potrzeb, ani nie krytykuj, raczej posadź maluszka na kolanach i mocno przytul. Często słowa bywają niepotrzebne, a samo przytulenie wystarczy, by dać dziecku wsparcie. **Przestanie płakać, ponieważ poczuje, że je rozumiesz**

- **pozwól dziecku się zmienić:**

dla małego dziecka wszelkie zmiany często związane są z niepokojem, dlatego może je mocno odczuwać. Ma prawo do tego, by je przeżywać i wyrażać. Gdy zacznie przychodzić do przedszkola, mogą pojawić się w jego zachowaniu elementy, których wcześniej nie było, np:

- może budzić się w nocy, choć dotąd ją przesypiał
- może chcieć spać z Wami, mimo, że spał już we własnym łóżeczku
- może wrócić do noszenia pampersa, pomimo, że już go nie potrzebował
- może nie chcieć jeść
- może częściej płakać
- może domagać się noszenia na rękach przez cały czas obecności z Wami
- może okazywać swoje przywiązanie w sposób szczególnie tylko jednej tylko (np. mamie)
- może pojawić się więcej oznak protestu, skierowanego także w stronę rodziców
- może nie słuchać poleceń i prośb
- może zacząć okazywać swoje niezadowolenie bijąc lub popychając
- może przejawiać niechęć do wyjścia z domu, do osób dotąd akceptowanych bez zastrzeżeń
- może zacząć chorować
- w zachowaniu dziecka mogą pojawić się dziwne przyzwyczajenia, np. ukochaną przytulanką z dnia na dzień stanie się pieluszka lub poduszeczka

- **pozwól dziecku na protest:**

na jego sposób opowiadania Wam, co się z nim dzieje. Zmiany, w okresie adaptacji przedszkolnej, mają prawo się pojawić. **Są oznaką tego, że dziecko się rozwija i zauważa, że w jego życiu coś się zmieniło.**

Gdy my – dorośli, np. rozpoczynamy nową pracę, w naszym funkcjonowaniu także zmienia się wiele. Dla małego dziecka, które przez pierwsze lata swojego życia było tylko z mamą, babcią lub opiekunką w domu, wejście w świat przedszkola oznacza zazwyczaj pierwszą, tak dużą zmianę.

Jako mądrzy Rodzice pozwólcie mu na dorastanie do tej zmiany na swój własny sposób i w jego własnym tempie. Wasze dziecko ma do tego prawo.

Jeśli będziecie go wspierać, dawać mu dużo czasu w domu, bawić się i przytulać – emocje i nietypowe reakcje wkrótce wrócą do normy. **Pozwólcie na dziwne, czasami niepokojące zachowania Waszego dziecka.** Nie są one, jak często uważamy, oznaką cofania, pogorszenia jego stanu. Są znakiem rozwoju. Znakiem tego, że nasze dziecko coraz lepiej rozumie otaczający świat i odpowiada na niego w sposób, w jaki potrafi.

Te reakcje miną – czasem po kilku tygodniach, czasem po dwóch miesiącach. Wasze dziecko, poradzi sobie z nową sytuacją i swoim niepokojem. Panie – ciocie w przedszkolu będą robić wszystko, by mu to ułatwić. **Ale to Wy, jego opiekunowie, swoim spokojem, pewnością, możecie pomóc mu najbardziej.**

Dziecko idzie do przedszkola, cz.3 – ile trwa adaptacja przedszkolna

To, w jaki sposób dzieci reagują na rozstanie z rodzicami zależy od tego, czy mają np. kilkanaście miesięcy, czy trzy lata. Dużo łatwiejsze dla dziecka jest rozstanie, gdy jest ono bardzo malutkie, natomiast trudniejsze staje się, kiedy rozumie więcej, gdy zdaje sobie sprawę z konieczności rozłąki i przebywania bez Mamy i Taty.

Czas adaptacji przedszkolnej jest różny dla różnych dzieci i zależy od wielu czynników.

Wynosi od kilku tygodni, do dwóch, trzech miesięcy. Pamiętajmy jednak, że dzieci nie są jednakowe i nie możemy ich porównywać ze sobą, choć będą w tej samej grupie. Może nie łączyć ich nic, poza rokiem urodzenia. Zatem fakt, że Piotruś chętnie chodzi do przedszkola, chociaż jest w nim dopiero od dwóch tygodni, nie znaczy wcale, że Karolinka potrzebuje także czternastu dni, by poczuć się tam jak u siebie.

Być może Twoje dziecko będzie powoli oswajać się z dziećmi, z przestrzenią, z rozkładem dnia – jest to jego prawo. To my, dorośli musimy pamiętać o tym, że dzieci rozwijają się w różnym tempie.

W ciągu pierwszych tygodni czy miesięcy, **poniedziałki mogą być szczególnie trudnym dniem dla dziecka.** Musi wtedy ponownie przechodzić przez proces rozstawania, co po dwóch dniach spędzonych w otoczeniu znanych osób i ciepłej rodziny, może stać się znowu wyzwaniem. **Podobnie wygląda powrót maluszka do przedszkola po chorobie.** Jeśli trwała ona dłuższy okres, proces Waszej i jego adaptacji może rozpoczynać się od nowa.

Dziecko idzie do przedszkola, cz.4 – jak pomóc dziecku w procesie adaptacji

1. **Przed planowanym terminem oddania dziecka do przedszkola, ureguluj jego rozkład dnia według tego rytmu, jaki tam obowiązuje.**

Dzięki temu twojemu Dziecku będzie łatwiej oswoić się z codziennymi zasadami w nowym miejscu. Podawaj mu jedzenie regularnie, kładź do spania o stałych porach, wieczorem usypiaj nieco wcześniej, by wstawanie poranne nie było problemem.

2. **Jeśli jest to możliwe, w początkowym okresie adaptacji (tydzień, dwa) zostawiaj dziecko w przedszkolu na krócej.**

Niech dziecko zostaje najpierw na godzinę, później dwie, następnie cztery itd. – by miało czas na to, aby stopniowo przyzwyczaić się do twojej przedłużającej się nieobecności. Jeśli nie musisz, nie znikaj pierwszego dnia na siedem godzin, ponieważ dla dziecka twoja długa nieobecność może okazać się zbyt trudna.

3. **Pożegnanie powinno być jak najkrótsze.**

Przyprowadź maluszka do przedszkola, rozbierz i wprowadź na salę, oddając pod opiekę pani wychowawczynie. Ważne, by rozstanie odbyło się szybko i sprawnie. Każde dodatkowe pożegnanie, ponowne przytulenie sprawia, że dziecko koncentruje się na swoich emocjach, płaczu i coraz trudniej jest mu się uspokoić. Czas na wspólne utulanie wykorzystajcie w domu. Przedłużanie chwili pożegnania nie służy ani dziecku, ani żadnemu z opiekunów.

4. **Jeśli dziecko weszło już na salę, nie zagląдай by zobaczyć co robi, jak się bawi, czy płacze.**

Dziecko zrobiło duży krok naprzód i opanowało swój smutek – jest gotowe do zabawy, stało się częścią grupy. Najgorsze, co możesz zrobić to pokazać się znowu w otwartych drzwiach. Dla dziecka jesteś i będziesz najważniejszy/a i na ciebie będzie czekało. Gdy cię zobaczy, na pewno przybiegnie i obojętnie, czy wyjdiesz szybko czy zostaniesz, dziecko będzie musiało znowu zmierzyć się ze swoimi uczuciami. Lecz tym razem zajmie mu to więcej czasu, a każde następne otwarcie drzwi będzie przyjęte przez nie z nadzieją, że znów cię w nich zobaczy. Jeżeli chcesz dowiedzieć się jak sobie radzi w przedszkolu, zadzwoń i zapytaj. Na pewno uzyskasz taką informację.
5. **Aby dziecku było łatwiej zostaw mu coś, co do ciebie należy i z tobą się kojarzy.**

Może to być pachnący tobą sweterek, apaszka, może teczka, którą zabierasz do pracy. Coś, co maluch może trzymać w rączkach, do czego może się przytulić. Ważne, by ta rzecz nie była mała. To nie powinna być szminka, grzebyk lub portfel. Pomijając względy bezpieczeństwa, rozpacz po zgubieniu “Waszego Kawaleczka”, będzie wielka.
6. **Nie opowiadaj dziecku wcześniej zbyt wiele o tym, jak będzie w przedszkolu.**

Przed wszystkim dlatego, że sam/a nie wiesz, jak będzie. Możesz go zapewnić, że wybrałeś/aś najlepsze miejsce, że będą tam zabawki i koledzy. Ale nie zapewnij, że będzie się bawiło z kolegami, bo może nie nastąpi to od razu. Nie zapewnij także, że np. będą pyszne obiadki – z pewnością tak, lecz może twoje dziecko nie lubi buraczków, a to one będą pierwszego dnia na obiad.
7. **Nie obiecuj nagrody materialnej za to, że dziecko zostanie bez ciebie i nie będzie płakać.**

W ten sposób obarczasz dziecko zbyt dużą odpowiedzialnością. Płacz pomaga zmniejszyć lęk, jest sposobem odreagowania, uwolnienia nagromadzonych emocji. Obdarzaj malucha buziakami, przytulaniem, swoją obecnością. Pamiętaj też, jeśli dziś kupisz mały prezent, z każdym następnym dniem oczekiwania dziecka będą większe. Ono powinno poradzić sobie z uczuciami dla siebie, nie dla prezentu. Świadomość że to potrafi, da mu siłę na przyszłość.
8. **Bądź konsekwentny/a.**

Jeśli jesteście zdecydowani, że dziecko będzie chodziło do przedszkola, nie zrażajcie się niepowodzeniami. One są częścią rozwoju. Gdy mały człowiek uczy się wchodzić na schody, mądry rodzic nie wnosi go na rękach na ich szczyt. Mądry rodzic stoi tuż za plecami dziecka, by go wspierać i złapać, lecz pozwala mu zdobywać samodzielnie kolejne stopnie. Jeżeli oswojenie nowego miejsca trwa – waszym zdaniem – zbyt długo, jeśli zmiany zachowania są trudne dla wszystkich, nie jest to jeszcze powód, by od razu zrezygnować z przedszkola. Warto w tej sytuacji zasięgnąć opinii pań opiekunek lub porozmawiać z psychologiem. Nauczyc się, jak można pracować ze swoim dzieckiem by nie uciekać od problemu, lecz pomóc się z nim uporać.
9. **Działaj wspólnie z drugim rodzicem.**

W swoich działaniach, decyzjach bądźcie razem. Nie każ dziecku wybierać między rodzicami. Jeżeli postanowiliście coś razem, nie zmieniajcie tego postanowienia osobno.
10. **Pamiętaj, że każde dziecko ma swój czas dorastania do wymogów życia.**

Może się okazać, że mimo waszych wysiłków dziecko nie jest jeszcze gotowe, by pozostawać w przedszkolu. To zdarza się rzadko i nie znaczy, że ono się nie nadaje.

Każde dziecko się nadaje! Wasz maluch może potrzebować jedynie więcej czasu, by poradzić sobie z rozstaniem. Warto wtedy nie działać na siłę, lecz poczekać miesiąc lub kilka, by dziecko zaczęło współpracować, by chciało zostać z kimś innym. Wówczas także nie podejmujcie pochopnej decyzji wyłącznie w oparciu o własne przemyślenia, lecz porozmawiajcie o niej z kimś jeszcze – z opiekunką, panią wychowawczynią lub specjalistą.

11. Zaproponuj dziecku zabawę w przedszkole.

Odgrywajcie razem scenki rozstania, zamieniając się rolami. To ty bądź dzieckiem, a dziecku pozwól być dorosłym rodzicem. Udawajcie, że się żegnacie, możecie machać do siebie, dawać buziaki. Jeżeli dziecko bywa smutne, ty jako dziecko też możesz się smucić. Najpierw pozwól maluszkowi pokazać, jak się żegna. Później pokaż mu sam/a, w jaki sposób można się dobrze rozstać. Niech maluch (prowadzony delikatnie przez ciebie i twoje propozycje), spróbuje powtórzyć twój sposób. W tej zabawie możecie też siebie zastąpić pacynkami, pluszakami i zrobić teatrzyk. Istotne jest, aby opisywał ten sam problem. Uczestnicząc w zabawie, mały człowiek może skonfrontować się ze swoimi uczuciami w sytuacji dla niego trudnej. Jeszcze nie będzie w stanie ich nazwać, ale zabawa pomoże mu je zrozumieć. Pomoże mu zmierzyć się z momentem rozstania i przygotować się na niego. Obniży też z pewnością poziom napięcia, jakie ono w dziecku wywołuje.

Podobny efekt terapeutyczny przyniesie wspólne rysowanie sytuacji występujących w przedszkolu, wymyślanie bajek o dzieciach lub zwierzętach będących w podobnej sytuacji.

Artykuł pochodzi ze strony: <http://dziecisawazne.pl/>

Załącznik nr3

ANKIETA INFORMACYJNA O DZIECKU

Wypełniają rodzice

Bardzo się cieszymy, że państwa dziecko zostało przyjęte do naszego przedszkola. Doskonale zdajemy sobie sprawę, jak wielkim przeżyciem zarówno dla dziecka, jak i jego rodziców jest rozpoczęcie edukacji przedszkolnej. Ze swojej strony zrobimy wszystko, aby było to przeżycie mile i jak najmniej stresujące. Dlatego chcemy poznać Państwa dziecko, jego upodobania i potrzeby oraz Państwa oczekiwania w stosunku do naszej placówki. Informacje podane w ankiecie będą bardzo pomocne przy organizowaniu pracy z dziećmi.

Imię i nazwisko dziecka.....

Data urodzenia dziecka.....

Lubi być nazywane.....

Telefony kontaktowe: dom.....; mama.....; tata.....

1. Czy dziecko przebywało w szpitalu? TAK NIE, Jak długo?.....

2. Czy dziecko jest pod opieką specjalisty? TAK NIE, Jakiego.....

3. Czy dziecko jest uczulone? TAK NIE, Na co.....
4. Inne uwagi o stanie zdrowia dziecka, które, Państwa zdaniem, są ważne w funkcjonowaniu dziecka w środowisku przedszkolnym.....
5. W jakich godzinach dziecko będzie przebywało w przedszkolu?.....
6. Jest praworęczne czy leworęczne, raz prawo- raz lewo (podkreślić prawidłowe).
7. Śpi w ciągu dnia? TAK NIE
8. Jest samodzielne w ubieraniu? TAK NIE
9. Jest samodzielne podczas jedzenia? TAK NIE.
10. Jest niejadkiem? TAK NIE
11. Zdecydowanie nie lubi potraw- proszę wymienić.....
12. Czy dziecko ma ugruntowany nawyk zjadania surówek i owoców? TAK NIE. Jeśli tak, to jakich?.....
13. Czy dziecko jada słodycze? TAK NIE. Jak często? (proszę określić).....
14. Czy rodzice stosują wobec dziecka zasadę ograniczania lub eliminowania słodyczy? TAK NIE
15. Czy dziecko pamięta o potrzebach fizjologicznych i jest samodzielne w toalecie? TAK NIE
16. Czy trzeba mu przypominać? TAK NIE. Czy wymaga pomocy? TAK NIE
17. Czy dziecko łatwo rozstaje się z mamą i tatą? TAK NIE
18. Czy chętnie pozostaje z osobami spoza najbliższej rodziny? TAK NIE CZASAMI
19. Proszę podkreślić cechy charakterystyczne dziecka:
 - Dziecko jest raczej: pogodne spokojne ruchliwe lękliwe zamknięte w sobie odważne
 - W kontaktach z innymi: uległe narzuca swoją wolę troskliwe obojętne zainteresowane ciekawe współdziała
 - W zdenerwowaniu lub złości najczęściej: płacze rzuca się na ziemię bije innych gryzie zamyka się w sobie ustępuje
20. Czy są sytuacje, których się boi? TAK NIE. Jeśli tak, to jakie?.....
21. W domu najczęściej bawi się z: (proszę podkreślić) mamą tatą rodzeństwem innymi dorosłymi z innymi dziećmi samo wymaga ciągłego zainteresowania
22. Najczęściej zajmuje się: zabawkami rysowaniem malowaniem oglądaniem tv video grami komputerowymi oglądaniem książek uczestniczeniem w czynnościach i pracach domowych
23. Czy dziecko słucha czytanych przez rodziców książeczek? TAK NIE. Jeśli tak, to jak często?.....
24. Czy potrafi długo zajmować się jedną czynnością? TAK NIE
25. Jest szczęśliwe
gdy.....
26. Martwi się
gdy:.....

27. Nie lubi

gdy:.....
.....

28. Inne informacje i sugestie, które chcieliby Państwo nam

przekazać.....
.....
.....

Dziękujemy za rzetelne wypełnienie ankiety

Załącznik nr4

ANKIETA DLA RODZICÓW NA TEMAT PRZEBIEGU DNI ADAPTACYJNYCH DZIECKA W PRZEDSZKOLU

Drodzy Rodzice!

Chcielibyśmy poznać Państwa opinię na temat przeprowadzonych spotkań adaptacyjnych. Wszelkie uwagi posłużą nam do wnikliwej oceny i szukania dalszych sposobów podniesienia jakości pracy przedszkola w trosce o jak najlepszy start Waszego dziecka.

1. Jakie działania przedszkola, związane z procesem adaptacyjnym, Państwa zdaniem są najkorzystniejsze dla Waszego dziecka? Prosimy o zakreślenie odpowiednich odpowiedzi.
 - a) Zabawy w sali,
 - b) Zabawy w ogrodzie przedszkolnym,
 - c) Wyjścia na spacer,
 - d) Organizowanie zabaw przy grillu,
 - e) Zajęcia plastyczne,
 - f) Zajęcia rytmiczno- muzyczne,
 - g) Zajęcia ruchowe,
 - h) Zajęcia dydaktyczne: słuchanie bajek, opowiadań, wierszyków, inscenizacje itp.,
 - i) Zajęcia społeczno- użyteczne: sprzątanie sali i kącików tematycznych, wzbogacanie kącika przyrody,
 - j) Wystrój Sali i szatni,
 - k) Aktualności na tablicach informacyjnych dla rodziców,
 - l) Wystawka prac dzieci,
 - m) Prowadzenie na bieżąco strony internetowej przedszkola.

2. Które w wyżej wymienionych należałoby, Państwa zdaniem, zmienić lub wykluczyć?

zmienić	wykluczyć

3. Czy prowadzone zajęcia są zgodne z Państwa oczekiwaniami? Prosimy wstawić znak X

Tak	Nie	Nie mam zdania

4. Czy zaspokoił Państwa oczekiwania? Jeśli nie, to czego zabrakło? Prosimy o propozycje.....

.....

.....

.....

.....

Dziękujemy za rzetelne wypełnienie ankiety

Bibliografia:

1. Lubowiecka J.: Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola, WSiP Warszawa 2000.
2. Lubowiecka J.: "Wychowanie przedszkolne" 6/2001 „Trudności dziecka w przystosowaniu do przedszkola”.
3. <http://dziecisawazne.pl>
4. Wychowanie w Przedszkolu- czasopismo dla nauczycieli
5. Stadnicka, terapia dzieci muzyką, ruchem, mową, WSiP, Warszawa 1998 r.
6. Tokarska E., J. Kopała, Program wychowania przedszkolnego Zanim będę uczniem, Edukacja polska, Warszawa 2009 r.
7. Bogdanowicz M., A. Kasica, Ruch Rozwijający dla wszystkich. Efektywność metody Weroniki Sherborne, Wyd. Harmonia, Gdańsk 2003 r.
8. Grzęska A., Zajęcia ruchowe w przedszkolu, WSiP, Warszawa 1975 r.
9. Sochaczewska G., Czynniki warunkujące przystosowanie dziecka do przedszkola, w: Rozwój i wychowanie dzieci w wieku przedszkolnym, red. B. Wilgocka- Okoń, Studia Pedagogiczne, Wyd. Ossolineum, Wrocław- Warszawa- Kraków- Gdańsk- Łódź 1985 r.