

Wesoła adaptacja w Przedszkolu nr 1 w Warszawie

Dziękujemy bardzo za wybór naszego przedszkola oraz okazane nam zaufanie. Będziemy starać się jak najpełniej spełniać Państwa i dzieci oczekiwania. Służymy wiedzą i doświadczeniem wyspecjalizowanego zespołu pedagogicznego, znającego świetnie specyfikę pracy z dzieckiem. Pomożemy i skupimy się na tym, by Państwa 3-latek jak najowocniej rozpoczął swoją przygodę z przedszkolem.

Teraz kilka słów o nas, aby utwierdzić Państwa i Wasze pociechy o dobrym wyborze.

Najważniejsze założenia działalności przedszkola

- ✓ Przedszkole realizuje koncepcję pracy, której mottem jest „Pierwszy krok na drodze do gwiazd”. Skierowana jest ona na aktywność dziecka poprzez: **badanie, eksperymentowanie, odkrywanie.**
- ✓ Tworzymy przedszkole bezpieczne, partnerskie, w którym dziecko rozwija się wielopłaszczyznowo a my, idąc za jego potrzebami wspieramy i inspirujemy do dalszych działań. Rozwijamy ciekawość do nauki.
- ✓ Kształtujemy wartości: zdrowotne mając na uwadze prawidłowy rozwój dziecka; ekologiczne przykładając wielką wagę do troski o środowisko naturalne; szeroko rozumiane wartości społeczne odnoszące się do wzajemnego szacunku, umiejętności współpracy i kultury osobistej, patriotyczne tzn. umiłowania własnej ojczyzny.
- ✓ Stwarzamy przestrzeń i warunki, w których dziecko może rozwijać swoje zainteresowania, gdzie nie boi się zadawać pytań, gdzie znajdzie odpowiedzi na nurtujące je pytania.
- ✓ Uczymy samodzielności i wszelkich kompetencji niezbędnych przedszkolakowi do prawidłowego i coraz pełniejszego rozwoju.
- ✓ Dbamy o wyrównywanie szans edukacyjnych – każde dziecko jest ważne.
- ✓ Wyposażamy dzieci w wiedzę i umiejętności praktyczne. Chcemy, by były gotowe do kolejnego etapu edukacyjnego po ukończeniu przedszkola i radziły sobie w kolejnych na miarę XXI wieku.
- ✓ Tworzymy miejsce, do którego dzieci przychodzą z radością i o którym one oraz ich Rodzice mówią z zadowoleniem.



PRZEDSZKOLE NR 1
W WARSZAWIE

Ciekawe działania realizowane przez dzieci

- ✓ Współpracujemy i jesteśmy otwarci na dalszą współpracę z:
 - Rodzicami dzieci – organizujemy m.in. „Teatr Rodziców”, „Festiwal Piosenki Rodzinnej” i inne uroczystości przedszkolne z udziałem rodziców.
 - Centrum Nauki Kopernik poprzez działanie Klubu Młodych Odkrywców.
 - Fundacją Szkatulka, która prowadzi warsztaty ekologiczno-przyrodnicze w ramach Projektu „Drzewo w mieście”.
 - Biblioteką dla Dzieci i Młodzieży Nr 39, będąc aktywnymi czytelnikami.
 - Strażą Miejską m.st Warszawy prowadzącą warsztaty dla wszystkich dzieci.
 - Mazowieckim Centrum Kultury, biorąc corocznie udział w Festiwalu Teatralnym „Lalka i Ja”.
 - W ramach współpracy międzyprzedszkolnej co roku uczestniczymy w Warszawskim Turnieju Tańca „Tańczące Brzdące.”
- ✓ Pracujemy metodą projektów badawczych.
- ✓ Dzieci uczą się języka angielskiego, zarówno w ramach podstawy programowej, jak i na bezpłatnych zajęciach dodatkowych.
- ✓ Organizujemy zajęcia z rytmiki.
- ✓ W starszych oddziałach, co także będzie udziałem Państwa dzieci w kolejnych latach, odbywa się nauka królewskiej gry w szachy, która uczy logicznego myślenia, koncentracji uwagi i szacunku dla przeciwnika. Doskonale wprowadza w świat matematycznych wyzwań.
- ✓ W ciągu pobytu w przedszkolu dzieci biorą udział w szeregu działań rozwijających aktywność dziecka takich jak: gry i zabawy integracyjne ułatwiające adaptację w grupie. Motywujemy i wspieramy w byciu śmiałym, odważnym, a także asertywnym.
- ✓ Doskonalimy sprawność ruchową całego ciała zwracając uwagę na koordynację, a także ćwiczenie sprawności dłoni poprzez zabawy: ruchowe, taneczne, dramatyczne, które mają podwójną zaletę pracy nad sferą emocjonalną dziecka. W tej przestrzeni podejmowanych jest wiele działań.
- ✓ Rozwijamy kreatywne myślenie poprzez ekspresyjne prace plastyczne, konstrukcyjne wykonywane różnymi technikami.



PRZEDSZKOLE NR 1
W WARSZAWIE

Kadra pedagogiczna

Nasza kadra to zespół nauczycieli z wysokimi kwalifikacjami w zakresie pedagogiki przedszkolnej i wczesnoszkolnej.

Nasze główne zadania to:

- ✓ **Opieka** – Sprawowana tak, by dzieci czuły się bezpiecznie. Tworzymy przestrzeń do wyrażania siebie. Okazujemy wsparcie i zrozumienie, by dzieci były pewne, że mogą nam zaufać.
- ✓ **Wychowanie** – Wprowadzenie dziecka w społeczeństwo jego wartości i normy. Zaspokojenie potrzeby tworzenia zdrowych relacji.
- ✓ **Edukacja** – Poprzez eksplorowanie, doświadczanie, nabywanie wiedzy i kompetencji dostosowanych do potrzeb dziecka w wieku przedszkolnym. Rozwijanie zainteresowań, które poszerzane będą na kolejnych etapach edukacyjnych.
- ✓ **Współpraca ze specjalistami** (logopeda, psycholog) w celu zdiagnozowania deficytów i potrzeb każdego dziecka oraz objęcie właściwą pomocą w jego indywidualnym rozwoju zgodnie z wrodzonym potencjałem i możliwościami.

Adaptacja pierwsze dni – Praktyczne wskazówki

1. Przedstaw dziecku miły i przyjazny obraz przedszkola, np.:
 - ✓ W przedszkolu poznasz nowe koleżanki i nowych kolegów.
 - ✓ W przedszkolu jest miła pani, do niej zawsze możesz przyjść, ona Ci pomoże.
 - ✓ W przedszkolu są nowe, super zabawki, inne niż Ty masz w domu, będziesz mógł/mogła się nimi bawić.
 - ✓ Jaka ładna jest ta sala. Jakie fajne są tu rzeczy.
 - ✓ Tu będziesz jadł razem z innymi dziećmi pyszne jedzenie (owoce, warzywa).
 - ✓ W przedszkolu będzie bardzo przyjemnie, to będzie fantastyczna przygoda.

Pamiętajmy – nie wolno straszyć przedszkolem!

2. Pozwól dziecku zabrać z domu ulubioną zabawkę.
3. Nie przedłużaj rozstań, a jeśli maluch lepiej rozstaje się z matką/ojcem, niech ona/on odprowadza dziecko do przedszkola.
4. Starajmy się być spokojni, nasze zdenerwowanie będzie udzielać się dziecku.
5. Po pierwszym dniu ważne, żeby przyjść po dziecko punktualnie.
6. Przez pierwsze dni najlepiej odbierać dziecko jak najwcześniej.

Umiejętności i nawyki trzylatków, które pomogą w procesie adaptacyjnym – jak je kształtować?

W celu złagodzenia stresu adaptacyjnego oraz zmniejszenia lub oszczędzenia dziecku sytuacji, w których będzie odczuwało frustrację oraz niechęć do działania w wyniku niepowodzeń, proponujemy kształtowanie u dzieci następujących umiejętności i nawyków:

1. Samodzielność:

- Jak najwięcej chodzić, nie korzystać z wózka. Im dziecko więcej umie, jest sprawne, zaradne, tym lepiej się czuje. Dzieci nieporadne mają więcej kłopotów z adaptacją.
- Nie używanie pieluchy/pampersa. Samodzielne korzystanie z toalety, sygnalizowanie potrzeb – zwłaszcza fizjologicznych.
- Samodzielne jedzenie, poprawne trzymanie sztućców. Jedzenie w domu potraw wymagających gryzienia, zróżnicowanych pod względem smakowym. Nieodchodzenie od stołu podczas posiłku.
- Ubieranie się i rozbieranie z niewielką pomocą dorosłych.

2. Zrozumiała mowa:

- Nie wyprzedzaj myśli dziecka, poczekaj, aż powie czego oczekuje.
- Nie przystawaj na dziecięce neologizmy – wymyślone przez dzieci określenia np. na dany przedmiot.
- Dziecko obcojęzyczne – nauka języka polskiego.

3. Umiejętność znoszenia kilkugodzinnej nieobecności rodziców:

- Pozostaw malucha w dobrych, sprawdzonych rękach.
- Odbierz dziecko o ustalonej godzinie.
- Stopniowo wydłużaj czas Twojej nieobecności.

4. Umiejętność zgodnej zabawy:

- Twórz okazje czekania na swoją kolej.
- Ucz dzielenia się zabawkami.
- Baw się z dzieckiem. Zadbaj o to, by miało kontakt z rówieśnikami.
- Podkreślaj zawsze, że wspólna zabawa jest fajniejsza. Do malucha powinno dotrzeć, że zabawa z kolegami jest atrakcyjniejsza niż w pojedynkę.

5. Umiejętność znoszenia porażek:

- Pokaż dziecku jak znosisz przegraną, a potem pozwól mu jej doświadczyć. Zaakceptuj jego stan.
- Nie porównuj swojego dziecka, nie uzależniaj swojej oceny od tego, czy w czymkolwiek jest lepsze od innych dzieci.
- Proszę zastanowić się przez chwilę, jaką sami Państwo przywiązujecie wagę do wygranej i przegranej. Czy być może nie jest tak, że mimochodem przekazywana jest dziecku postawa, że zawsze musi być najlepsze. Jeśli nie, to bardzo dobrze.

6. Nawyk dbałości o porządek:

- Wspólne sprzątanie.
- Podpowiadanie czynności do wykonania.
- Okazywanie radości, kiedy dziecku uda się wykonać zadanie.
- Wstrzymać się od ciągłego poprawiania i karcenia.
- Nie wyręczać dziecka w pracach porządkowych.
- Na koniec podkreślić, jak miło jest w posprzątanym mieszkaniu, a także znaczącą zasługę dziecka.

7. Nawyk pomagania innym:

- Okazywanie radości, nawet przesadnie, wówczas gdy dziecko stara się pomóc, nawet jak robi to nieporadnie.
- Ważne jest, aby głośno opowiadać o tym, co dobrego zrobiło dziecko i jakie to jest ważne dla innych oraz potrzebne w życiu.
- Pomaganie innym trzeba koniecznie skojarzyć z miłymi przeżyciami.

Emocjonalne rozterki podczas adaptacji - jak je przeżyć? praktyczne wskazówki

W procesie adaptacyjnym towarzyszą dziecku i rodzicom różne emocje, przyjemne i nieprzyjemne, ale wszystkie są potrzebne i ważne. Jest to całkiem normalne.

Nielatwe zadanie stoi przez dorosłymi, a jeszcze trudniejsze przed dziećmi, dla których wszystko jest nowe, nieprzewidywalne, ale jednocześnie ciekawe i fascynujące. Stoi przed nimi otworem świat, w którym nie potrafią się odnaleźć – jeszcze. Jesteśmy po to, aby w tym pomóc.

Emocje dziecka. Jak wspomóc dziecko w ich przeżywaniu:

1. **Smutek** przy rozstaniach – Przytul dziecko, powiedz, że rozumiesz jego smutek, pożegnaj się ciepło i serdecznie.
2. **Złość i rozpacz** przy rozstaniach – Pomocne będzie, gdy rodzicowi nie udziela się emocje malca, nawet jak będzie niegrzeczne przy rozstaniu. To normalne zachowanie dziecka w takiej sytuacji.
3. **Lęk i niepokój** – Zaakceptuj je i towarzyszyć okazując wsparcie.
4. **Obojętność** (zamknięcie w sobie) po powrocie – Pozwól dziecku nic nie mówić.
5. **Radość** po powrocie do domu – Pozwól dziecku opowiedzieć, co mu się przydarzyło i jak się czuło.

Emocje i działania rodzica ważne w procesie adaptacji:

1. **Spokój** – on udzieli się dziecku.
2. **Opanowanie** – to pomoże dziecku przyjąć do świadomości, że nie dzieje się nic złego, skoro rodzice są opanowani.
3. **Konsekwencja** – ułatwi rozstanie i przyjęcie zasad.
4. **Bycie słownym** – wzrośnie wówczas zaufanie dziecka oraz zmniejszy się poziom lęku pozostawania w przedszkolu przez dłuższy czas.
5. **Wyrozumiałość** – ponieważ dziecko ma prawo do przeżywania trudności, a taka postawa mu to ułatwi.
6. **Czułość** – ponieważ taka jest potrzeba dziecka.

Co przynieść do przedszkola oraz kilka słów o stroju dziecka

Rzeczy do pozostawienia w przedszkolu (w miarę możliwości podpisane):

- ✓ Ubrania na zmianę: majtki, skarpetki, rajstopy, bluzki z długim i krótkim rękawem, spodnie.
- ✓ Kapatki na gumowej podeszwie, najlepiej zapinane na rzepy, aby dziecko mogło samodzielnie je zdjąć i założyć.
- ✓ Piżama.
- ✓ Nakrycie głowy również w okresie letnim.

Stój dziecka – powinien być:

- ✓ Wygodny.
- ✓ Nie krępujący ruchów, nie za obcisły.
- ✓ Spodnie bez suwaków, których odpinanie i zapinanie jest problematyczne dla trzylatków. Bez pasków i szelek.
- ✓ Buty na rzepy lub wsuwane, bez sznurowadeł, na tyle luźne, by dziecko mogło samodzielnie włożyć do nich stopy, bez specjalnego wciskania.
- ✓ Rękawiczki w okresie zimowym z jednym palcem nie palczatki. To znacznie utrudnia ćwiczenie umiejętności czekania na swoją kolej, zwłaszcza przy 25 dzieciach w grupie.
- ✓ Ubrania nie na guziki.

Dlaczego jest to takie ważne?

Lepiej, gdy dziecko ma wygodny strój, ponieważ jest wtedy w stanie szybko go założyć lub zdjąć, przez co staje się samodzielne. Nikt się wtedy nie denerwuje, bo ubranie się jest bardzo łatwe.

Wszystkie powyższe wskazania wypływają z doświadczenia pracy z dziećmi trzyletnimi. Mamy nadzieję, że będą one pomocne w przygotowaniu Państwa dziecka do przedszkola.

Opracowała:
mgr Julia Królik
mgr Anna Pacholczyk