

Węsoła 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. doceniania i szanowania 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 dalszej edukacyjnej drodze.
- ✓ Tworzymy miejsce, do którego dzieci przychodzą z radością i o którym one oraz ich Rodzice mówią z zadowoleniem.

Ciekawe działania realizowane przez dzieci



- ✓ Współpracujemy i jesteśmy otwarci na dalszą współpracę z:
 - Rodzicami dzieci – organizujemy m.in. „Teatr Rodziców”, „Festiwal Piosenki Rodzinnej”, „Rodzinny Piknik Naukowy” i inne uroczystości przedszkolne z udziałem rodziców.
 - Centrum Nauki Kopernik poprzez działanie Klubu Młodych Odkrywców.
 - Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w m.st. Warszawie w ramach Projektów profilaktyki zdrowotnej np. - „Więcej wiem mniej choruję”.
 - Strażą Miejską m.st. Warszawy prowadzącą warsztaty dla wszystkich dzieci.
 - Mazowieckim Centrum Kultury, biorąc corocznie udział w Festiwalu Teatralnym „Lalka i Ja”.
 - Biblioteką dla Dzieci i Młodzieży Nr 39, będąc aktywnymi czytelnikami.
 - W ramach współpracy międzyprzedszkolnej co roku uczestniczymy w Warszawskim Turnieju Tańca „Tańczące Brzdące.”
- ✓ Dzieci uczą się języka angielskiego dwa razy w tygodniu
- ✓ Zajęcia rytmiczne odbywają się raz w tygodniu dla wszystkich grup.
- ✓ Zajęcia Arteterapia z Jogą również odbywają się raz w tygodniu dla wszystkich grup.
- ✓ W naszym Przedszkolu dzieci uczą się kodowania, poznają różne gry planszowe, a także sami je konstruuja.
- ✓ Dużą wagę przywiązujemy do całościowego rozwoju dzieci, dlatego często korzystamy z różnorodnych miejskich projektów np.:
 - „Breaking w Śródmieściu” przy współpracy z Fundacją Ewy Johansen „Talent”,
 - „Piłkarska Frajda” -zajęcia ukierunkowane na gry i zabawy z piłką.
 - sztuki malarskie - „6 obrazów dla sześciolatka” prowadzonych przez Stowarzyszenie „Fala Kultury”.
 - „Poruszające Bajki o emocjach” – warsztaty wspierające dziecięce emocje
- ✓ Pracujemy metodą projektów badawczych.
- ✓ W ciągu pobytu w przedszkolu dzieci biorą udział w szeregu działań rozwijających aktywność dziecka takich jak: gry i zabawy integracyjne

ulatwiające 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, dramowe, 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.

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 samodzielne 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, pedagog specjalny) 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 przytulankę.
- 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 przed 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. **Lęk i niepokój** – Zaakceptuj je i towarzyszyć okazując wsparcie.
3. **Obojętność** (zamknięcie w sobie) po powrocie – Pozwól dziecku nic nie mówić.
4. **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.
- ✓ Klapki 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 pasek 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