



ADAPTACJA I INTEGRACJA DZIECI W PRZEDSZKOLU

**Trudne sytuacje, problemy adaptacyjne,
gotowe materiały do realizacji zajęć**

Spis treści

I Proces adaptacji dziecka w przedszkolu

Adaptacja dziecka przychodzącego do przedszkola po raz pierwszy a adaptacja dziecka w kolejnych latach przedszkola	5
Rola i postawa nauczyciela w adaptacji dziecka w przedszkolu	8
Jak pomóc rodzicom, których dzieci po raz pierwszy idą do przedszkola?	11
Jak rozpoznać i pokonać trudności adaptacyjne dziecka w przedszkolu – materiał informacyjny dla nauczycieli	13
Jakie jest moje dziecko – ankieta dla rodziców	15
Jak pomóc dziecku w pierwszych dniach przedszkola – materiały informacyjne dla rodziców	16

II Materiały do zajęć adaptacyjnych w przedszkolu

Scenariusze zajęć adaptacyjnych dla dzieci nowo przyjętych	17
Scenariusze zajęć dla dzieci starszych	28
Scenariusz zajęć integracyjnych z udziałem rodziców	35
Zabawy integracyjne dla dzieci młodszych	38
Scenariusze zajęć integracyjnych dla dzieci starszych	40
Baza ćwiczeń, wierszyków, zadań i zabaw, które ułatwią integrację w grupie i adaptację w przedszkolu	42

I Proces adaptacji dziecka w przedszkolu

1. Adaptacja dziecka przychodzącego do przedszkola po raz pierwszy a adaptacja dziecka w kolejnych latach przedszkola

Czym jest adaptacja?

Adaptacja – to proces uzyskiwania równowagi pomiędzy potrzebami dziecka a nowym otoczeniem, w którym się znalazło. Przed dzieckiem stoi szereg zadań, które musi przejść pomyślnie, by dobrze poczuć się w środowisku. Do zadań tych należy poznanie nowego otoczenia, nauka współdziałania, samodzielności, komunikowania się, a przede wszystkim tego, że ktoś spoza jego najbliższego otoczenia może zaspokajać jego potrzeby.

Adaptacja, czyli przystosowanie do nowych warunków, ma miejsce zawsze wtedy, gdy dziecko musi wejść w nowe środowisko. Często dorośli optymistycznie zakładają, że skoro dziecko po początkowych trudnościach przyzwyczało się do przedszkola, to stan ten pozostanie niezmienny. Niestety często tak nie jest. Dziecko po dłuższej nieobecności w przedszkolu (związanej z chorobą czy feriami) może mieć trudności z powrotem do przedszkola. Dzieje się tak dlatego, że dziecko inaczej postrzega czas. Po kilku czy kilkunastu dniach poza przedszkolem po prostu zapomina o tym, że tam chodziło, że było fajnie i ciekawie. Znowu zaczyna odczuwać lęk separacyjny (czyli lęk przed oddzieleniem się od opiekuna). Adaptacja ma więc miejsce zawsze wtedy, gdy dziecko musi przystosować się do jakichś warunków, z którymi przez pewien czas nie miało kontaktu.



UWAGA:

Trudności z powrotem do przedszkola mogą też być związane ze zmianami, jakie zachodzą w rodzinie, np. urodzenie się kolejnego dziecka, przeprowadzka czy inne znaczące wydarzenia.

Właściwie wszystko, co zaburza poczucie stałości i przewidywalności w życiu dziecka, może powodować trudności w przedszkolnym funkcjonowaniu dziecka, a tym samym wymagać ponownej adaptacji.

Główne problemy z akceptacją nowych sytuacji

Proces adaptacji do przedszkola jest trudny z wielu względów. Jest to pierwsze tak poważne zadanie stojące przed dzieckiem. Jego przejście utrudnia niedojrzałość dziecka, duża emocjonalność, mała samodzielność oraz trudności w nawiązywaniu kontaktów z rówieśnikami. Dla dziecka rozpoczynającego okres przedszkolny najważniejsze są potrzeby fizjologiczne i emocjonalne. Jego układ nerwowy nie jest w pełni dojrzały. Nad procesami hamowania dominują procesy pobudzenia, co powoduje chwiejność emocjonalną oraz zmęczenie. Cechuje je także bogata wyobraźnia.



UWAGA:

Ważnym aspektem jest egocentryzm dziecka, czyli nieumiejętność przyjmowania innego punktu widzenia niż własny, oraz duże poczucie własności.

To może rodzić problemy i konflikty w momencie, gdy dziecko znajdzie się w większej grupie rówieśniczej. Myślenie w tym okresie pozostaje na etapie sensoryczno-motorycznym, co oznacza, że rozwiązywanie

problemów i radzenie sobie z emocjami następuje w konkretnym działaniu, stąd też dziecko uzewnętrznia wszystkie swoje stany emocjonalne. Jego uwagę przykuwają rzeczy wyraźne, gdyż spostrzeganie nie jest jeszcze dokładne. Uwaga jest chwiejna, co powoduje, że dziecko szybko zmienia obiekt zainteresowania. Problemem jest rozumienie komunikatów kierowanych do całej grupy. Znacznie lepiej radzi sobie, gdy komunikat jest skierowany tylko do niego.

W początkowym okresie dzieci mogą mieć też trudność we współdziałaniu, gdyż jest to jeszcze czas, w którym dzieci raczej bawią się równolegle, a nie wspólnie. Świadomość tych wszystkich czynników jest istotna dla zrozumienia dziecka, gdyż tylko wtedy możemy wczuć się w jego sytuację i popatrzeć na nią jego oczami. W pierwszym okresie trudne dla dzieci może być nawet opuszczenie sali, w której zostawili je rodzice, i wyjście np. do jadalni. Mogą odczuwać bardzo silny lęk związany z koniecznością opuszczenia tego miejsca. Na nic zdają się tłumaczenia, że zanim rodzice przyjdą je odebrać, to zdążą wrócić do sali. Problem może rodzić zmiana wychowawcy w połowie dnia czy konieczność leżakowania.

Pomoc rodziców

Decyzja o posłaniu dziecka do przedszkola zawsze jest dla rodziców trudna. Boją się, jak zareaguje dziecko, jak poradzi sobie z nową dla niego sytuacją, jak się odnajdzie, gdy w pobliżu nie będzie znaczących dla niego osób. Przyjmuje się, że okres początkowego przystosowania dziecka trwa zwykle około miesiąca. W tym czasie poznaje ono nowe otoczenie i przyzwyczajają się do obowiązującego w nim rytmu dnia. U każdego dziecka proces ten przebiega jednak indywidualnie – nie należy sztywno trzymać się tego przedziału czasowego, gdyż jego przebieg zależy od konfiguracji bardzo wielu czynników charakteryzujących dziecko oraz jego otoczenie.

Dla procesu przystosowania dziecka bardzo istotne są działania podejmowane przed rozpoczęciem roku szkolnego. Wychowawca powinien poznać każde dziecko, a każde dziecko powinno mieć możliwość poznania przedszkola, w którym będzie spędzało znaczną część swojego czasu. Bezценne są wizyty dziecka wraz z rodzicami w placówce, wspólne zabawy i obserwacje. Kolejnym krokiem jest pozostawianie dziecka w placówce na kilka godzin. Dopiero po tym okresie, gdy dziecko przyzwyczai się do zmian i nowego trybu życia, można ten czas stopniowo wydłużać. Oczywiście nie ma reguły dotyczącej tego, ile taki okres powinien trwać. Niektóre dzieci z radością zostają w przedszkolu na 8 godzin już po kilku dniach, a inne po kilku miesiącach nadal mają z tym problem. Jest to związane z czynnikami konstytucjonalnymi dziecka oraz postawą rodziców względem niego.



UWAGA:

Im bardziej samodzielne jest dziecko, tym teoretycznie łatwiej mu będzie odnaleźć się w przedszkolu.

Przerwa od przedszkola

W sytuacji gdy dziecko z jakiegoś powodu nie uczęszcza przez dłuższy czas do przedszkola, należy w domu przestrzegać pewnych zasad, by zmniejszyć prawdopodobieństwo pojawienia się problemów adaptacyjnych po jego powrocie. Po pierwsze należy – w miarę możliwości – przestrzegać harmonogramu dnia, który obowiązuje, gdy dziecko chodzi do przedszkola. Dobrze jest, gdy dziecko wstaje o podobnych porach, spożywa posiłki zgodnie z rozkładem przedszkolnym, rysuje, śpiewa. Po drugie, w okresie tym warto rozmawiać z dzieckiem o przedszkolu – co tam się dzieje, co będzie robiło, jak wróci. Można zachęcić dziecko do wykonywania prac plastycznych, które zanieśie do przedszkola po powrocie. Jeśli to możliwe, warto zadbać o kontakt z rówieśnikami z grupy na terenie domu czy uczyć dziecko piosenek i zabaw, które w czasie jego nieobecności poznaje grupa przedszkolna. To wszyst-

ko powinno utrzymać u dziecka świadomość, że przedszkole jest miejscem, w którym lubi i chce być, w którym dzieją się ciekawe rzeczy. Absolutnie nie należy w tym okresie podkreślać, jak dobrze jest pozostawać w domu i jak trudno będzie powrócić do dawnego rytmu.

Każde dziecko przechodzi proces adaptacji w swoim tempie. Generuje też charakterystyczne dla siebie objawy. Dla oceny stopnia przystosowania oraz tego, czy dziecko na pewno jest już gotowe do pozostawania w placówce, istotna jest obserwacja stopnia nasilenia tych objawów.



UWAGA:

Jeśli dziecko jest niespokojne, nie chce się rozstać z rodzicami, popłakuje, co jakiś czas pyta o opiekunów, to możemy być spokojni – nic złego się nie dzieje.

Problem pojawia się wtedy, gdy zaczyna somatyzować, czyli emocje wpływają na jego funkcjonowanie fizyczne w takim stopniu, że zaczyna mieć problemy ze snem, moczyc się, wymiotować czy popadać w stany histeryczne. W takich sytuacjach zasadne jest zastanowienie się, czy decyzja o jego posłaniu do przedszkola nie była zbyt pochopna i czy na pewno zostało do tego dobrze przygotowane. Należy też zastanowić się, czy nie przerwać chodzenia do przedszkola na jakiś czas, by po kilku tygodniach lub miesiącach spróbować ponownie.