



**С. ГАРА ЛАКАТНИК**

## **ДЕТСКА ГРАДИНА “МИКИ МАУС”**

**с.гара Лакатник; ул.“Кокиче“№1; тел:0886837384; dg.miki.maus22@gmail.com**

**https://dg-lakatnik.svoege.bg; info-2300061@edu.mon.bg**

Утвърждавам:

/Г. Лилова/

Директор на ДГ ”Мики Маус”

с. гара Лакатник

Заповед №25/18.09.2024г.

*Приложение №1*

## **МОДЕЛ ЗА РАБОТА**

**СЪС СЕМЕЙСТВОТА И ДЕЦАТА В ПЕРИОДА НА АДАПТАЦИЯ ОТ  
СЕМЕЙНАТА СРЕДА КЪМ ДЕТСКАТА ГРАДИНА НА  
ДГ „МИКИ МАУС”-с. гара Лакатник**

*(Приложение към Правилника за дейността на ДГ”Мики Маус”-с. гара  
Лакатник)*



**за учебната 2024-2025 година**

**Приет на ПС с Протокол № 1 от 18.09.2024 г., Утвърден със Заповед на Директора  
№ 25/18 .09.2024г.**

Един от най-често задаваните въпроси от родителите към учителите и медицинските специалисти е:

***„Защо детето идва на детска градина с плач и колко дълго ще продължава това?“***

Всъщност за повечето малки деца адаптацията към детската градина/яслата е болезнена: децата не могат да свикнат с детската градина/ясла дълго време, избухват в сълзи всеки път, някои от тях трябва да бъдат „откъснати“ от майките си сутринта... Нека се опитаме да разберем защо това се случва и как да улесним адаптацията на децата в детската градина.

***Адаптацията*** е строго индивидуален процес за всяко дете и за неговите родители. Тръгването на детска градина е изключително събитие за малкото дете. За него е много трудно да започнат да посещават детска ясла/градина. Целият живот на детето се променя драстично. Обичайният, установен живот в семейната среда се променя. От познатата ежедневна рутина към отсъствие на роднини и приятели, постоянно присъствие на връстници, количеството лично внимание рязко намалява, детето трябва да се подчинява на непознати възрастни. Детето има нужда от време, за да се адаптира към този нов живот в детската градина.

Децата свикват с детската градина по различни начини: някои от първите дни ходят на детска градина/ясла с радост, но това е по-скоро изключение от правилото. Повечето деца са тревожни цял ден и посрещат родителите с плач вечер. Най-често при 2-3-годишните деца раздялата с майка им е придружена със сълзи, а скоро след това те се разсейват с играчки и се успокояват.

***Кога детето ще свикне с детската градина и ще спре да плаче?***

На този въпрос няма еднозначен отговор. Всичко зависи от степента на адаптация на всяко дете и това е строго индивидуално. Адаптацията е уменията за приспособяване на организма към нова среда. За едно дете детската градина несъмнено е все още непознато пространство, с нова среда и взаимоотношения. Този процес изисква много умствена енергия и често протича с напрежение и дори пренапрежение на умствените и физическите сили на тялото. За това се открояват няколко типа адаптация:

- ***Лека*** - 10-15 дни, това са по-самоуверени деца, които имат създадени навици и умения за самообслужване, създаващи им самочувствие.
- ***Средна*** - отрицателните емоции при тях стихват до 30 дни. Характерни са нарушения на съня и апетита, отказ от игри, бурно изразяване на протест и неутешим плач.
- ***Тежка*** - продължава до 2 месеца, характеризира се с емоционално разстройство, плач, внезапно повишаване на температурата, кризи, които се отразяват на общото състояние на децата, намаляване на теглото, неадекватно поведение и чести заболявания, които затрудняват приспособителния процес.

За определяне на една или друга форма на адаптация се посочват обикновено следните основни критерии:

- **Емоционално състояние на детето;**
- **Отношението му към възрастните;**
- **Отношението му към връстниците;**
- **Състояние на съня и апетита**
- **Честота и продължителност на острите заболявания;**
- **Сроковете, в които детето се нормализира.**

**Практиката** показва, че има деца, които се приспособяват веднага, а други продължително време – от 2 до 4 месеца, след постъпване в детското заведение.

Външният израз на промяната в процеса на приспособяването на детето към новите условия обикновено включва плач, несигурност, страх от непознатата среда, прояви на грубост и агресия спрямо останалите деца, пасивност при игрови и обучаващи ситуации или отказ от общуване. В първите дни след постъпването в детската ясла/градина детето отказва да се храни. При зададен въпрос мълчи или отговаря едностранно, случва се и да отказва да говори (с напускане на непознатото място речта се възстановява и детето започва да споделя). Сънят е разстроен и неспокоен, общата активност е намалена, а също така много често те стоят пред играчките и не желаят да вземат нито една от тях. Едно от обясненията е, че за него те са „чужди“ дори да са интересни и забавни.

Доказано е, че в процеса на адаптация податливостта към различни заболявания се увеличава поради неустойчивостта на психичното, в частност на емоционалното състояние на децата и адаптационните механизми, които отслабват имунната защита. В периода на адаптация у децата доминират респираторните заболявания.

За по-бързо и безболезнено адаптиране на детето към условията в детската ясла/градина е необходима предварителна подготовка непосредствено преди постъпването му там. Най-важният момент е свързан с уеднаквяването на дневния режим. Това означава преди всичко детето да се научи да се храни и спи в точно определено време, сходно с това в детското заведение.

Друг съществен момент е психологическата подготовка. **Родителите целенасочено да създават положителна нагласа към новото място в разговор с детето, като се предизвиква интерес и любопитство.** Трябва внимателно да се изтъкне положителното, а именно присъствието на много деца, играчки и др. То не бива да се чувства изоставено в детската ясла и да мисли, че е нежелано у дома. Желателно е предварително посещение в детското заведение с цел запознаване с новата обстановка, дневния режим и персонала. Присъствието на близък човек смекчава тревогата му и прави прехода плавен и безболезнен. Ако детето има познат в новата среда или се привърже към някого от персонала, адаптацията придобива по-лек и безпроблемен характер. Специалното отношение на медицинските специалисти и педагога към новопостъпилите е задължително. Необходимо им е повече внимание, индивидуални игри, осигуряване на емоционален момент - внасяне на играчка. Практиката показва, че донесената от вкъщи любима играчка, книжка или друг предмет подпомага

адаптирането към заведението. По този начин то не се чувства само и придобива увереност.

### ***Причини, поради които детето не може да свикне с детската градина***

Детето не е подготвено да посещава детска градина:

- Не се формират културни и хигиенни умения;
- Не умее да играе само с играчки;
- Режимът в семейството не съвпада с режима на яслата/детската градина
- Здравен статус -за болното дете е по-трудно да се адаптира към новите условия, отколкото за здравото.
- Индивидуални причини - някои деца в първия ден на посещение в яслата/детската градина се държат тихо и спокойно, а на 2-3-тия ден започват да плачат, а други - избухват в първите дни и след това поведението им се нормализира.
- Условия на живот в семейството – дали детето се отглежда само от родителите или грижи за него полагат и други членове на семейството, роднини, приятели.
- Ограничена комуникация с връстници - най-трудно се адаптират децата, чийто социален кръг е сведен до минимум „мама-баба-татко”. Такива деца изпитват страх, желание да се скрият някъде, за да бъдат сами...

***В периода на адаптацията контактът с родители е от голямо значение.*** Сътрудничеството с персонала започва преди постъпването на детето, обмислят се различни варианти за посрещането му в детската ясла, не принуденото запознаване с хората, които ще се грижат за него в новата обстановка. Педагогът получава сведения за характера, за навиците и предпочитанията на детето. Отношенията между родителите и медицинските специалисти се регламентират от родителски срещи и разговори.

### ***Как родителите да подготвят детето си за детска градина:***

- ***Говорете на детето възможно най-положително за постъпването му в детска градина, създайте позитивна нагласа.***
- ***Въведете режимните моменти на детската градина/ясла у дома;***
- ***Не обсъждайте проблемите, които ви вълнуват, пред него: детето не слуша, то слуша, дали ще плаче, как до го оставя...Не показвайте несигурност. Детето я усеща и го прави несигурно и боязливо.***
- ***Подгответе детето си за временна раздяла с вас и му кажете, че това е неизбежно, защото вече е време да тръгне на ясла/градина;***
- ***Отделете достатъчно време сутрин преди тръгването към детска ясла/градина. Препоръчително е да се отдели достатъчно време, за да не се чувства детето припряно, периодът на подготовка преди тръгването за детска ясла/градина трябва да е приятен както за вас, така и за вашето дете.***
- ***На детето трябва да бъде обяснено след кое събитие от деня ще го вземат /след като то се наобядва или след като се наспи/. Така детето няма да е тревожно, кога и дали ще го вземат, и ще очаква събитието.***

- **Обяснявайте на детето си през цялото време, че е скъпо и обичано за вас, както преди;**
- **Научете детето у дома на всички необходими умения за самообслужване /според възрастовите особености/;**
- **Разкрийте „тайните“ му възможностите за комуникация с деца и възрастни различни от близкото му обкръжение.**

### **Базови моменти**

#### **Хранене**

Често пъти храненето е една от основните причини, поради която детето не иска да ходи на детска градина. Опитайте максимално да приближите менюто у дома към това в детската градина. Ако има храни, които детето не консумира, съобщете на персонала и помолете да не бъде насилвано да яде нещо, което принципно не яде. С времето е възможно именно тази храна да му стане любима. **В сайта на детската градина/ясла и на обособено място в детската градина всяка седмица се излага меню, което е съобразено с наредбата за здравословно хранене в детските градини.**

**Ако детето е алергично към дадени храни, също е задължително да бъдат уведомени педагозите и медицинската сестра.** Това, което се изключва от менюто на алергичните деца, е задължително да се спазва и в детската градина.

#### **Първи стъпки в детска ясла/ детска градина.**

Препоръчително е раздялата с мама или тате да бъде бърза и кратка, дори детето да започне да плаче и да Ви моли да се върнете – не отстъпвайте, в противен случай това ще е неговата стратегия и занапред ще реагира по същия начин, за да задържи Вашето внимание и да отстъпите, така както сте го направили през първия ден.

- Когато сте вече в детската ясла/градина, кажете на своето дете, че ще остане за да играе с други деца и ще го вземете по-късно. Можете да опишете как ще премине деня му, за да знае какво го очаква. Детето трябва да знае, че ще остане в детската градина без Вас. Прегърнете го и преди да си тръгнете, помахайте с ръка за „довиждане“.
- Ако детето има любими предмети у дома, може да ги вземе със себе си в детската ясла/ градина, това ще бъде в негова помощ при раздялата (нещо, което да му напомня за вкъщи).
- Осъществявайте ежедневен контакт с медицинските сестри/учителите относно това, как се справя детето с новата обстановка. Важно е да се изгради взаимно доверие между служителите и родители.
- Препоръчително е целодневния престой на детето да е по-кратък, като в първите няколко дни да бъде до обяд (индивидуално за всяко дете), а през последващата седмица да го взимате сравнително рано, близо до момента след събуждане и следобедна закуска.

- След като вземете Вашето дете от детска ясла/градина, детето може да бъде превъзбудено и да изисква повече внимание. Това е нормален начин да се освободи от напрежението, причинено от промените в живота му.
- ***Вярата на родителите в способността на детето да се адаптира и да бъде щастливо в детската ясла/ детската градина, помага и подкрепя детето в тази трудна, но важна стъпка към независим живот.***

***За децата, които са по-тревожни, по-емоционални и се адаптират трудно ДГ предлага модел на адаптация на детето с присъствието на родител.***

***Преди постъпване на детето в детска градина/ясла покажете на детето сградата, дворът на детската градина. Желателно е да влезете в двора, да се разходите, детето да поиграе на съоръженията (пясъчник, пързалки и др.), да се запознае с някои деца от групата, да види учителката/ мед. сестра за пръв път. Всичко това е осъществимо ако времето го позволява и децата са излезли да играят навън.***

***Следващият момент е влизането в сградата и в групата.*** През първите 3 дни родителят посещава заедно с детето си детска ясла/градина. ***Препоръчително е посещенията да бъдат във времето за свободна игра.*** Първите няколко дни служат за опознаване на средата, децата и възрастните. Времетраенето може да се осъществи от 15 до 30 минути, като постепенно детето бъде оставяно в занималнята без присъствието на родител. По време на престоя си, детето се развежда от служител на детската ясла/градина из пространството, като му се представят децата, предлагат му се занимания и игри. Ако детето има любими предмети у дома, може да ги вземе със себе си в детската ясла/градина, това ще бъде в негова помощ при раздялата - нещо, което му напомня за вкъщи.

Препоръчително е раздялата с родител – дете да се осъществи на четвъртия ден от посещението на детето (при редовни посещения). От изключително значение и много важно е преди раздялата родителят да обясни на детето си, че излиза и ще се върне за да го вземе, както и при излизане е необходимо да помахва с ръка за „довиждане“.

***При деца с трудна адаптация към детска градина, могат да бъдат извършени следните стъпки с присъствие на родител:***

- Родителят посещава заедно с детето си детска градина. Престоят трябва да е съобразен с режимния момент на децата, след сутрешната закуска. Първите няколко дни служат за опознаване на средата, децата и възрастните. Времетраенето може да се осъществи от 15 до 30 минути, като постепенно детето бъде оставяно в занималнята.
- Продължителността на присъствието на родителите, както и дейностите, в които могат да участват, се определят предварително на индивидуални срещи между учителите и родителите.
- Родителят посещава детското заведение след предварителна уговорка с учителя/ медицинската сестра на групата, който от своя страна

информира ръководството на ДГ. Родителят е необходимо да представи на медицинската сестра в ДГ здравна книжка. За престоя в детската градина, родителят е необходимо да си осигури чисти обувки, спазва Правилата на ДГ във връзка с епидемичната обстановка.

- Времето за раздяла се увеличава плавно. Служителят подпомогнал адаптацията, наблюдава детето.
- През петият ден, ако детето е спокойно, може да остане да спи в детската ясла/градина.
- Адаптацията е приключила след като детето е приело служителите, децата и средата. Възможно е при сутрешният прием, детето да протестира, но при влизане в групата се чувства комфортно.

### ***Съвети как трябва да се държи родителят, оставяйки детето в детската градина.***

Раздялата трябва да бъде бърза и кратка. ***Доверете се на персонала.*** Повярвайте на госпожата/ мед. сестра, че щом влезе в стаята, детето бързо се успокоява и всичко е наред. ***Освен това практиката показва, че детето много по-бързо свиква с новата среда, отколкото си мислят родителите.*** Имайте предвид, че някои деца се разделят по-лесно с таткото, така че може да пробвате и този вариант. Повечето деца плачат, защото тяхната главна потребност е да бъдат в безопасност и да се чувстват защитени. Затова гушнете детето, целунете го, припомнете му какъв интересен ден го очаква с другите дечица и го уверете, че скоро пак ще сте тук. Добре е да уточните след колко време ще го вземете. Уточнете кога точно ще вземете детето – след като обядва, след като се събуди и изяде следобедната закуска. Дайте му увереност, че всичко ще е наред и нищо лошо няма да му се случи.

***Съвет:*** Ако сутрин мама води детето, следобед може да го вземе тате. Питайте персонала с какво може да помогнете. Какво още може да направите, за да се чувства вашето дете уверено и спокойно.

### ***Отношенията между родители, учители, деца.***

Безспорно ролята на педагозите/мед. сестри е от първостепенно значение за адаптацията на детето в детската градина. В тази връзка трябва да обясните на детето, че докато е в детската градина, всичко, което иска да каже, може да каже на госпожата. Тя ще го изслуша, ще му помогне, ще го защити, ако се налага.

### ***Взаимоотношения дете – родител- учител***

И учителите, и родителите имат своите очаквания. Добре е още в началото да си изясните кой какво очаква. Не се притеснявайте да изразите изискванията си към хигиената, било обучението, дневния режим и т.н. Вярвайте на учителите/мед. сестри, че те имат еднакво отношение към всички деца и дават достатъчно любов и внимание

на всички тях. Персоналът на детската градина спазва етичен кодекс за работа с деца, който изисква етично отношение и индивидуална грижа към всяко дете.

***И не на последно място: това, че детето ви вече е на детска градина, не би трябвало да означава, че отговорността за неговото възпитание и знания са изцяло грижа на педагозите, мед. специалисти и помощник-възпитателите. Напротив, първостепенната отговорност си остава и винаги ще бъде ваша, докато педагозите могат да са ваш ценен помощник.***

Съществуват множество проекти, подпомагащи адаптацията да се осъществи по-плавно и безпроблемно, тъй като тя е един от най-важните периоди в развитието на детето, оказващ влияние върху психическото и физическото му развитие. Детската градина досега не е кандидатствала с проекти към МОН или подобни практики свързани с адаптационния процес на децата. Една от основните ни задачи е, бъдещата практиката да бъде обогатена и доразвита, чрез кандидатстване в различни инициативи и проекти спомагащи адаптацията на децата.



***Какво да сложите в детската раница.***

***Комплект за преобличане, пижама, пантофи, евентуално протектор за матраци и хигиенни материали. Погрижете се дрехите да са лесни за обличане и събличане, да нямат сложни закопчавания или трудно да минават през главата. Обувките да са лесни за обуване и събуване – за предпочитане е да са с велкро.***

***Навиците на самообслужване :***

В детската градина вашето дете ще усвои навигите само да се обслужва, а това изисква време. Имайте търпение и не се сърдете, ако вечерта го намерите облякно някоя дреха с ръбовете навън или с криво закопчани копчета. Вместо упреци по-добре го похвалете, че само се облича. Все пак, ако смятате, че детето ви има нужда от повече внимание и подкрепа в това отношение, не бързайте да повишавате тон, а поговорете спокойно с хората, които се грижат за вашето дете и уеднаквете очакванията си. В повечето детски градини има изискване при постъпването в първа група децата да са без памперс и да могат да ползват тоалетна чиния за своите нужди. Ако детето ви все още не е самостоятелно – не се притеснявайте, някои от децата все още не са усвоили напълно тези умения и няма да е единственото, което сега се разделя с памперса. Обсъдете този въпрос с персонала и помолете за търпение от тяхна страна, както и осигурете достатъчно дрехи и бельо за преобличане. В началото често ще има дрешки и чаршафи, които да перете, но нека това не ви обезсърчава – все пак ученето е продължителен процес. Проявете търпение вкъщи и всеки ден насърчавайте детето да ползва тоалетна



чиния, при необходимост купете детска седалка и стъпало, за да се чувства малкото дете спокойно и уверено в света на възрастните. Учителите и помощник-възпитателите нямат за задача изцяло да обгрижват децата, а да им помагат да изградят умения за самообслужване!

#### **Усещане за нещо познато:**

Попитайте дали е разрешено в детската градина да се носят вещи от вкъщи и какви са условията – може ли да се внасят в групата или по-скоро стоят в шкафчето. Ако е позволено, нека детето вземе със себе си любимата играчка или книжка. Това ще му носи спокойствие, усещане за нещо лично и познато. Освен това тази играчка може да му помогне да се запознае с повече деца (вероятно те ще са любопитни как се казва зайчето или колко е бърза количката). Тази играчка може да помогне и на вас

да разберете как се е чувствало детето. Тъй като то все още не умее добре да разказва за

своите емоции и чувства, го попитайте:

„Какво прави днес в градината твоят зайко? Игра ли си, с кого се запозна...”. И внимателно изслушайте отговорите.



#### **Обратно към вкъщи:**

*Когато се прибирате от детската градина, си създайте ритуал. Например отбийте се на близката площадка или нахранете гълъбите в парка. Просто направете нещо заедно, което да ви достави удоволствие.*

Зареждането с положителни емоции е от особено значение. Приятният завършек на деня ще подготви и прекрасното утро на следващия ден. *Докосване до вътрешния свят, новите впечатления и преживявания водят до напрежение на нервната система. Ето защо след като се приберете у дома от детската градина, осигурете на детето спокойствие и уют. Опитайте се незабелязано да се докоснете до вътрешния му свят, да разберете как се чувства, какви са страховете и радостите му. Поиграйте и приятелски си поговорете.* Попитайте детето какво е закусвало, обядвало, с какви играчки е играло, дали се е запознало с някого. Разкажете му и за своя ден. *Избягвайте да го питате дали му е харесало в детската градина и дали утре ще отиде пак – възможно е това да му внуши мисълта, че там може и да е лошо и че е възможно и да не ходи.* Преди лягане започнете да разказвате приказка за момченцето / момиченцето, което съвсем скоро е тръгнало на детска градина. Но не разказвайте цялата приказка наведнъж. Оставете да има и за следващите вечери. На следващия ден, след като разберете как вашето дете е прекарало деня в детската градина, ще продължите приказката за героите, които също така са прекарвали чудесно.



Чрез приказката се опитвайте и да разрешавате проблемни ситуации. Детето ще знае, че не винаги всичко е идеално, но важно е да можем да намираме решения. Постепенно разказвайте заедно. Така по-лесно ще разберете как то се чувства в новата обстановка. Не забравяйте, че на тази възраст децата трудно споделят преживяванията си. По този начин ще му помогнете и именно в тази насока – да осъзнава собствените си емоции и да се опитва да ги споделя.

*Надяваме се да са ви полезни нашите съвети и препоръки. Персоналът на ДГ "Мики Маус"-с. гара Лакатник Ви очаква с усмивка и знайте, че ние искаме и ще направим най-доброто за вас и вашите деца. Доскоро!*

Моделът за адаптация на децата в ДГ "Мики Маус"-с. гара Лакатник е отворена система, която може да се допълва при необходимост и промяна на нормативната база.

**„Моделът за работа със семействата и децата в периода на адаптация от семейната среда към ДГ "Мики Маус"-с. гара Лакатник“ е неразделна част от Правилника за дейността на ДГ, приет е на заседание на ПС с Решение №8 и Протокол №1/18.09.2024г.**