



ДГ „РАЙНА КНЯГИНЯ“ С. НЕДАН, ОБЩИНА ПАВЛИКЕНИ
с. Недан, ул. „Тридесета“ № 19; e-mail: info-301616@edu.mon.bg

Утвърждавам:.....

Иванка Миронова
Директор ДГ „Райна Княгиня“

Заповед № 20 / 15.09.2025 г.

**ПРОГРАМА ЗА АДАПТАЦИЯ НА ДЕТЕТО
ПРИ ПОСТЪПВАНЕ В ДГ „РАЙНА КНЯГИНЯ“
С. НЕДАН, ОБЩИНА ПАВЛИКЕНИ**

2025 / 2026 г.

Настоящият документ за адаптиране на детето при първоначалното му постъпване в детска градина е предназначен за семейството, педагогическите специалисти и помощния персонал.

Цел: активно взаимодействие между детската градина и родителите на детето за постигане бърза и безболезнена адаптация на всяко новопостъпващо дете, чрез уеднаквяване на подходите и обогатяване знанията на възрастните за особеностите в развитието на детето в ранна детска възраст.

Целева група: новопостъпили деца в детската градина от I до IV група.

Адаптацията представлява система от определени действия и процеси, с помощта на които се осъществява преходът от нестабилно към относително устойчиво равновесие между организма и средата. Социалната адаптация може да се определи като процес на активно приспособяване на индивида към новите условия на социалната среда. В психолого – педагогически аспект този процес се състои в изграждане на хармонични взаимоотношения между детето и обкръжаващата го среда в детската градина. Периодът на адаптация на детето се отличава с особена деликатност и поради това обстоятелство откроява необходимостта към него да се подхожда внимателно и с търпение както от страна на екипа в детската градина, така и от страна на семейството. Адаптацията е сложен процес и строго индивидуален.

Периодът на ранното детство е съпроводен от интензивно физическо и психическо развитие на детето. Поради това, всяко изискване за промяна в неговото поведение води най – напред до нарушения в емоционалното му състояние и предизвиква емоционално напрежение, безпокойство, потиснатост. Затова и адаптацията към детската градина често е съпроводена от трудности и съпротива от страна на детето.

За осигуряване на бързо и лесно приспособяване на детето към средата в детската градина е необходимо персоналът да знае и разбира психологическите механизми на приспособяването. Приспособяването е процес на уравновесяване между организма на детето и средата, в която то живее. В този процес на уравновесяване взема активно участие цялата психика на детето – и волевите, и емоционалните, и познавателните процеси. Не е достатъчно на детето да му е само весело и приятно, за да се приспособи бързо и леко. На първо място в този процес на приспособяване имат значение познавателните процеси. В семейната среда детето познава всичко наоколо, знае мястото му и се чувства спокойно. Новото е неизвестно и то плаши детето. Затова първата грижа на приспособяването е детето да се запознае с новата среда и постепенно да се свърже с нея. За осъществяването на тази цел особено голямо значение има присъствието на майката, която отначало съпровожда детето в новата среда.

Процесът на приспособяване, адаптиране, всъщност е установяване на система от нервни връзки, т.е. на динамичен стереотип. Този процес има индивидуална продължителност, която зависи не само от обективните особености на средата, но и от субективните възрастови и индивидуални особености на детето.

Екипът на ДГ „Райна Княгиня“ разбира и знае, че всяко дете е уникално и може да се нуждае от известно време, за да се адаптира към новия ежедневен ритъм и рутина.

Детската градина е инициативен фактор във взаимодействието с родителите. Законът за предучилищно и училищно образование определя ролята на родителите. Те са участници в образователния процес. Сътрудничеството и взаимодействието между

родителите и детската градина се осъществяват чрез Механизъм за взаимодействие, разработен от педагогическите специалисти в детската градина и включва най – разнообразни средства, някои от които са индивидуални консултации, родителски срещи, обучения, както и разговори, всеки път, когато конкретната ситуация или поведение на детето го прави необходимо. Родителите са длъжни да подпомагат и да участват в процеса на изграждане на навици и умения на детето, да се осведомяват за приобщаването (адаптацията) на детето към детската градина и детската група за постигане на добри резултати. Ролята и задължението на детската градина е не само да отглежда, възпитава, обучава и социализира децата в необходимата образователна среда, но и да даде модели, които и родителите да усвояват и прилагат с оглед бързо постигане на целите на предучилищното образование и подготовката на детето за училище и за обществения живот.

У детето, което за първи път постъпва в детска градина трябва да се формират нови условнорефлекторни връзки, тъй като се нарушава създадения динамичен стереотип (например, ползване на биберон, на памперс, на гърне...). При отделни деца в зависимост от възрастта и индивидуалните особености, процесът на адаптиране е по – бавен. Тук е именно огромната и решаваща роля на учителите и другите служители, работещи в детската градина в сътрудничество с родителите за по – бързата и безболезнена адаптация на новоприетите деца.

Тръгването на детска градина е едно изключително събитие за малкото дете, защото е свързано именно с попадане в нова среда – материална, социална, обществена и природна. За безболезнената адаптация към тези промени, изключително важна е предварителната подготовка на детето в семейството.

Препоръки към родителите. Подготовка за детската градина:

- Подгответе детето и му създайте позитивна нагласа за детската градина. За да подгответе детето си, преди всичко трябва да му разкажете за това, което ще му предстои. Говоренето за това, какво го очаква, съобразено с индивидуалните му страхове, улеснява първите му стъпки. Помогнете на детето си да формира положително отношение към детската градина. Обяснете му по достъпен начин за нещата, които децата правят в детската градина и защо е забавно място, но не го претоварвайте с информация. Важно е детето да разбере, че мама и татко ходят на работа, а неговата работа е да посещава детската градина и да играе с децата. Изключително важно за безболезнената адаптация на Вашето дете е предварителната подготовка в семейството.
- Несигурността на родителя може да повлияе на отношението на детето към детската градина. Разберете дали имате някакви страхове и негативни преживявания, свързани с детската градина или Вие самите се притеснявате от това, че се отделяте от детето си. Децата са сензитивни и ако Вие сте тревожни, то тогава тази тревожност несъзнателно се прехвърля и върху тях.
- Отделете достатъчно време сутрин преди тръгване към детската градина. Препоръчително е да се отдели достатъчно време, за да не се чувства детето припряно, периодът на подготовка преди тръгването за детска градина трябва да е приятен както за Вас, така и за Вашето дете.
- Няколко седмици преди постъпване в детската градина минавайте с детето в района на детската градина, за да се запознае с пътя до там, да огледате двора и децата как си играят. Може да влезете заедно с детето и да помолите учителите да го приканят за игра на двора заедно с другите деца за кратко време.

- На детето трябва да бъде обяснено след кое събитие от деня ще го вземат. Така детето няма да е тревожно, кога и дали ще го вземат, и ще очаква събитието.
- Не променяйте правилата, които сте въвели при раздяла. Детето има нужда от твърди граници и правила, за да се адаптира бързо. По този начин то се чувства сигурно и спокойно.
- Предварително се запознайте с дневния режим в детската градина, за да направите графика си у дома, съвпадащ с този на детската градина. По този начин денят на детето остава същият, поне що се отнася до графика.
- Необходимо е родителите да отделят между две и пет седмици за адаптация, като е препоръчително по време на този период да не внасят промени в ежедневието на детето.
- Започнете подготовката на детето към изискванията на новата среда. Да се формират у детето положителни нагласи, настроения и представи за детската градина. Да се говори за детската градина с радост и насърчаване, като за специално място за деца.
- Целодневният престой да е по – кратък за детето в период на адаптация. Да наблюдава предварително и за кратко игрите на другите деца в групата и на двора.
- Да е приучено да ползва тоалетна.
- Да има елементарни умения да държи лъжица. Да консумира разнообразно приготвена храна в трикомпонентно обедно меню.
- Ползването на биберон да се преустанови поради липса на необходимите хигиенни условия за биберон в детската градина.

Първи стъпки в детската градина:

- Препоръчително е раздялата с мама и татко да е 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 напред ще реагира по същия начин, за да задържи Вашето внимание и да отстъпите, така както сте го направили през първия ден. Хубаво е да се създаде ритуал при раздялата сутрин, което помага на детето да се чувства спокойно – силна преградка, целувка, фраза...
- Когато вече сте в детската градина, кажете на своето дете, че ще остане, за да играе с други деца и ще го вземете по – късно. Можете да опишете деня, който 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“.
- Осъществявайте ежедневен контакт с учителите относно това, как се справя детето с новата обстановка. Важно е да се изгради взаимно доверие между служители и родители.
- Препоръчително е целодневния престой на детето да е по – кратък, като в първите няколко дни е до обяд, но това е индивидуално за всяко дете.
- След като вземете Вашето дете от детска 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 градина, помага и подкрепя детето в тази трудна, но важна стъпка към независим живот.

Прибирането от детската градина.

Детска градина „Райна Княгиня“ от своя страна, като институция, по предназначение изпълнява националните образователни политики. Цялостната дейност и всички практики в детската градина са законово регламентирани, научно обосновани, професионално практикувани и институционално контролирани. Нашата детска градина е инициативен фактор във взаимодействието с родителите. Законът за предучилищно и училищно образование определя ролята на родителите като участници в образователния процес. Родителите са длъжни да подпомагат и да участват в процеса на изграждане на навици и умения на детето, да се осведомяват за приобщаването на детето към детската група.

В ДГ „Райна Княгиня“ се прилагат множество подходи и методи, на първо място индивидуален подход към всяко дете и активни грижи за новопостъпилите деца.

Съвместни дейности с родителите в периода на адаптация от семейна среда към детска градина

- Седмица преди постъпване на детето родителите и децата се запознават с учителите на групата, с материалната база – кътове, занималня, спално помещение и др. Децата могат да прекарат известно време в детската група в присъствието на един от родителите или само.
- Индивидуални консултации;
- Родителски срещи, обучения, разговори;
- Родителите да запознаят учителите и персонала с индивидуалните особености на детето, с неговите навици, умения, привички, особености /ако има такива/ преди сън, по време на хранене и др.
- По време на този начален престой, родителите ще получат и информация за режима на децата в детската градина и правилата на групата;
- Включване в съвместни дейности на деца и техните родители в период на адаптация от 10:30 до 11:30 часа или в следобедните часове в дейности по избор – разказване на приказки, четене на детска литература, игри на открито и др.

Програмата за работа с родителите има следните цели:

1. Ефективно сътрудничество и партньорство, чрез присъствие на родителя в групата за плавно адаптиране на детето;
2. Усъвършенстване на практически умения за реализиране на взаимодействието с деца, родители и учители на базата на позитивна комуникация;
3. Активизиране житейско – възпитателните ориентации на родителската общност и обратна връзка.

Стратегии при взаимодействието с родителите:

1. Изграждане на позитивна среда за преодоляване на бариерите в общуването с деца и родители;

2. Обмен на информация и идеи с родителската общност;
3. Постоянни и ефективни контакти относно общуване, навици, поведение и резултати в детското развитие;
4. Приобщаване на родителите към дневната организация в групата – чрез присъствие на родителя в групата за плавно адаптиране на детето;

Равнища и средства за взаимодействие:

1. Първи срещи, посрещане в занималнята.
2. Опознаване на групата от страна на родителите и новоприетите деца. При необходимост – присъствие на родителя в групата.
3. Проучване интересите на семейството – анкети.
4. Взаимен обмен на информация и идеи – подкрепяща информация: анкети, брошури.
5. Запознаване на родителите и съобразяване с правилата, реда и дейностите в дневния режим на детската градина.

Очаквани резултати:

- **За учители и персонал**
 - ✓ Бърза и плавна адаптация на децата;
 - ✓ Пълноценен възпитателно – образователен процес;
 - ✓ Прилагане на формални и неформални стратегии за общуване с деца и родители.
- **За детето**
 - ✓ лека адаптация, увереност и спокойствие в условията на детската група;
 - ✓ сигурност и емоционален комфорт;
 - ✓ по – голяма активност и желание за редовно посещение и изяви в детската градина.
- **За родителите**
 - ✓ Позитивно отношение и желание за ефективно общуване с деца и учители в различни дейности;
 - ✓ Доверие и нов поглед върху работата на учителите;
 - ✓ Познания за съдържанието на педагогическия процес и ежедневието в детската градина.

Препоръки за родителите:

Предварителна подготовка

- Трябва предварително да подготвите детето за мисълта за детската градина. Може да му се говори за това, че отива на детска градина, а родителите отиват на работа. От сайта на ДГ „Райна Княгиня“ може да се запознаете с информация за детската

градина, вътрешни документи, както и да покажете снимковия материал на детето, може да се разходите до детската градина, подробно да разкажете за реда в нея, за обстановката... Детето трябва да е запознато с това, което го очаква. Накарайте го да разбере, че „Вие ще се чувствате горди, че то вече е голямо и ходи на детска градина.“.

- Раздялата в детската градина трябва да бъде кратка и насърчаваща детето. Най – добре е да помислите за свой ритуал при раздяла. Ритуалът ще ви направи по – уверени и тази увереност ще се предаде на детето. Колкото по – плахи и нерешителни сте в този момент, толкова по вероятно е да се зароди и тревожност у детето. Не обещавайте неща, които нямате намерение да изпълните.
- Своевременно и ежедневно се информирайте и консултирайте за адаптирането, постиженията, поведението на детето. Споделяйте своите впечатления с персонала на детската градина.
- Постарайте се детето да бъде в спокойна обстановка, без никакви конфликти. Говорете му ласкаво и нежно, прегръщайте го по – често. Не забравяйте да го хвалите за всичко постигнато. То се нуждае от вашата постоянна подкрепа.

По отношение на детето – престой и ниво на изградени навици и умения

- Първите една – две седмици, при възможност на родителите, детето може да посещава детската градина само в определени моменти от дневната организация за един час, постепенно времето да се увеличава и да се включват нови моменти.
- Целодневният престой да е по – кратък за детето през периода на адаптация.
- Да е приучено да ползва тоалетна, да дава сигнали на персонала за това.
- Да има елементарни умения да държи прибор за хранене.
- Да консумира разнообразна храна.
- Да пие от чаша.
- Да има опит за общуване и в непозната среда.
- Да е дружелюбно към други деца, да споделя играчки и др.
- В периода на адаптация може да носи играчка от вкъщи, но не и плюшена.

Персоналът в ДГ „Райна Княгиня“:

- Запознава се с детето, запознава децата помежду им.
- Посреща и приема детето с положително настроение, с добронамерено и любезно отношение към родителите, вежливо, учтиво, създава усещане за сигурност, доверие и спокойствие.
- Подготвя предварително средата в групата за игра и занимания по избор на децата.
- Запознава детето с обстановката и обяснява предназначението на отделните помещения, материали, пособия.
- Провежда организацията на учебния ден, като се съобразява с желанията и потребностите на децата и осигурява разнообразие на дейности – образователни, възпитателни, игри и други основни и допълнителни форми на педагогическо взаимодействие.

- Подготвя и подпомага всяко дете, когато изпитва затруднения или несигурност.
- За по – бърза адаптация на децата, при необходимост се допуска един от родителите в групата за отделни моменти.
- Не се допускат травми и наранявания и агресивно поведение: хапане, удряне, блъскане, щипане, и други форми на агресия между децата.
- Поддържа се спокойна и приятна атмосфера за децата, без напрежение и стрес.
- Използва се цялата налична материално – техническа база – аудио-визуална техника, играчки, познавателни книжки за забавно и развиващо пребиваване на детето.
- Не се допускат грубост, тревоги, наказания, обвинения, безразличие и безчувствие при проблеми на децата. Децата не се оставят без надзор от възрастен.
- На родителите се дава своевременна и ежедневна информация и консултиране, относно постиженията и поведението на детето.

Времето доказва, че решаването на всеки социален проблем изисква подход на сътрудничество. В този смисъл, каквато и стратегия да бъде разработена за работа със семейството на новопостъпващо дете, тя не би била ефективна, ако не заложим на диалога, изграден на взаимно доверие между страните.

На детската градина, като първа социална единица, в която попада детето извън семейството, се пада отговорността да положи основите на реално, ефективно, научно обосновано сътрудничество с родителите. Това означава, че едно от водещите й направления трябва да бъде своевременно, целенасочено, технологично организиране на процеса на взаимодействие в системата детска градина – семейство. Това взаимодействие е организиране и провеждане от детската градина на система от дейности, насочени към обогатяване и усъвършенстване на психолого – педагогическата култура на родителите и хуманизиране на възпитателните нагласи към детето. Познаването от педагогическия екип на проблемите, с които се сблъскват родителите от различни модели семейства при възпитанието на децата, е основата, върху която могат да се разработват индивидуални, диференцирани и комплексни подходи за подкрепа и облекчаване на родителите при решаването на специфични задачи във възпитателния процес.

Екипът на детската градина и родителите трябва да работят заедно, за да развиват сътрудничеството помежду си. Общуването, уважението, приемането на различията и интересите на детето полагат основите на добрите и хармонични взаимоотношения. Родителите имат нужда от познания за развитието на детето си, защото те ще им помогнат да придобият реална представа за него. Родителите трябва да се насърчават, за да са по – заинтересовани от възпитанието и обучението на детето си. Детската градина и домът са тясно свързани помежду си, затова, колкото по – добре общуват помежду си, толкова е по – голяма подкрепата, която детето получава, за да се развие една успешна и хармонична личност, с утвърдени ценности и добродетели.