УТВЪРДИЛ: Yulia Nikolaeva Georgieva Digitally signed by Yulia Nikolaeva Georgieva
Юлия Георгиева
Директор ДГ35
Със заповед № 6/14.09.2026 г.

ПРОГРАМА ЗА АДАПТАЦИЯ ДЕТСКА ГРАДИНА № 35 „ЩАСТЛИВО ДЕТСТВО”

2026/2027 УЧЕБНА ГОДИНА

I. Въведение

Адаптацията е процес на приспособяване към нови условия. Постъпването на детето в детска градина представя нови предизвикателства пред него. Това е една нова среща за него със структура различна от семейната структура. Необходимо е да развива и изгражда своите социални умения за да стане възможно включването му в голяма група от връстници. Необходимо е да изгради доверителна връзка с възрастните, които ще се грижат за него в детската градина. Необходимо е да развива своята емоционална, вербална и невербална интелигентност за да успее да се справи със задачите, които стоят пред него. Големият въпрос, който стои пред нас е как можем да подпомогнем детето в този процес на адаптирането му?

Родителите играят важна роля в този процес, по време на който те може да имат притеснения и въпроси. Това поставя необходимостта от приемственост и добър контакт между семейството и работещите с детето в детската градина. Важно за родителите е те да познават и да имат доверие на специалистите работещи с тяхното дете. За работещите в детската градина е важно те да имат добър контакт с родителите и да опознаят индивидуалните особености на всяко дете. Тази информация е важна за намирането на по-ефективен индивидуален подход към детето. Настоящата програма за адаптация на децата в детската градина има за цел да подпомогне този процес в намиране на индивидуалните решения за всяко дете.

Основен принцип на настоящата програма е тя да подпомага процеса на адаптация на децата откривайки и зачитайки техните индивидуални особености.

II. ЦЕЛЕВА ГРУПА

Новопостъпили в детската градина деца от I до IV възрастова група и яслена група

III. Цели

1. Подпомагане на родителите в процеса на адаптация на тяхното дете.
2. Подпомагане на персонала на детската градина в работата с детето и контактите с родителите.
3. Подпомагане на детето в приспособяването му към новата среда.

IV. Задачи

1. Запознаване на родителите със структурата и начина на работа в детската градина.
2. Изграждане на доверие у родителите към специалистите работещи с техните деца.
3. Подпомагане на персонала на детската градина в изграждането на добра връзка с родителите и детето.
4. Разкриване на индивидуалните особености и потребности на ново постъпващите деца.

5. Подпомагане изграждането на доверителна връзка между детето и грижещите се за него в детската градина.

V. Дейности за постигане на целите

1. Индивидуална среща с родителите за запознаването им с условията и начина на работа в детската градина. Обсъждане на въпроси, които може да имат родителите. Информиране на персонала и обсъждане на индивидуалните особености и потребности, които може да има детето.
2. Осъществяване на първоначална среща на родителите, детето и персонала, в която детето да има възможност да опознае новата среда преди постъпването си. Освен да разгледа мястото, където ще пребивава да може да се запознае и със специалистите от персонала, които ще отговарят и ще се грижат за него.

3. Регулярни срещи между психолога, логопеда, ресурсния учител и останалите специалисти в детската градина с цел обсъждане на ново постъпващите деца, техните особености и потребности. Обсъждане на възможен индивидуален подход към всяко дете.
4. Изготвяне на анкетна карта с въпроси, които да ориентират родителите и персонала за индивидуалните особености на детето и неговите способности да комуникира, да се социализира и приспособява към нови условия.
5. Даване на препоръки към персонала и към родителите за подпомагане процеса на адаптация

VI. Очаквани резултати

1. Постигане на по-добра връзка и доверие между родителите и работещите в институцията
2. Постигането на общи цели и подход към детето
3. Постигане на по-добра информираност у родителите за възможностите на тяхното дете
4. Постигане на по-добра информираност у персонала за възможностите на всяко ново постъпило дете
5. Постигане на по-лесно адаптиране на детето към новата среда

VI. Приложения

1. Приложение I - Анкета
2. Приложение II - Препоръки към родителите и персонала

Приложение I

АНКЕТА

Настоящата анкета има за цел да ориентира родителите и персонала на детската градина за индивидуалните особености на детето и неговите способности да бъде самостоятелно, да се социализира и приспособява към нови условия.

Детето прекарва време отделно от родителите? (на гости при баба и дядо, с детегледач/ка и др) .....
.....
Детето търси контакт и прекарва време в игри и занимания и с двамата родителя?
.....
Детето търси контакт и прекарва време в игри и занимания с връстници? Може ли да играе наужким? (влизане в роля и имитиране) .....
.....
Детето спи отделно/заедно с родители? (в едно легло, в една стая) .....
.....
Детето се храни само/с помощ?.....
Детето ползва памперс/гърне? .....
Може ли да се облича само?.....
Детето може да остава само и да играе без да става тревожно? .....
.....
Има ли прояви на автоагресия, в кои случаи? .....
.....
Има ли прояви на агресия към родители и близки/към връстници и в кои случаи?
.....
Има ли изградени представи за мое/твое? (за предмети, за собственото тяло) .....
.....
Как реагира, когато нещо му бъде отказано? .....
.....
Оставя родителите си на техните занимания и ангажименти или постоянно търси контакт и близост с тях? .....
Спазва ли правила и норми у дома/извън дома? .....
.....
Има ли изграден дневен режим? (време за лягане, ставане, хранене, телевизия, игра...)
.....
Може ли да споделя вещи? (играчки с други деца) .....
.....
Може ли детето да заспива само? .....
Детето трудно заспива, спи неспокойно, сънува кошмари?.....
.....

Приложение II

ПРЕПОРЪКИ

Настоящите препоръки имат за цел да подпомогнат процеса на адаптация на детето към детската градина, чрез предоставяне на информация и ориентири. Тръгването да градина е голяма промяна за едно дете. То се изправя пред едно голямо предизвикателство – нова среда с нов режим, правила, контакти с връстници в голяма група и контакт с възрастните, полагащи грижите за децата.

Анкетата от приложение I може да бъде използвана в това да ни ориентира за индивидуалните потребности и особености на детето.

Препоръките в приложение II могат да помогнат в намирането на индивидуален подход към детето за да бъде подпомогнато то в процеса на адаптация.

1. Преди постъпването в детската градина

Постигането на самостоятелност преди постъпването в градината благоприятства по-плавната адаптация на детето.

1.1. Важно е да създадете позитивна нагласа у детето за това, че то ще посещава детската градина.

1.2. За да е възможно това, първо вие самите трябва да имате положителна нагласа. Много често родителите имат притеснения и страхове за детето си и те самите да имат трудности да се разделят с детето. Често се случва детето да реагира на несигурността на своите родители. Когато родителя не е спокоен, че оставя детето си в градината детето му усеща това и самото то започва да не желае да остава в градината. Преди да убедим детето, че в градината ще е добре и всичко ще бъде наред, ние възрастните трябва да можем да се успокоим и уверим помежду си.

1.3. Важно е да има срещи с педагогическите специалисти, в които родителите да могат да споделят своите притеснения и да зададат важните за тях въпроси.

1.4. Детето да прекарва време без родителя да бъде до него. Това може да са самостоятелни занимания или време прекарано с друг възрастен.

1.5. Детето да прекарва време в игри и занимания с други деца.

1.6. Детето постепенно да свикне да заспива само.

1.7. Да бъде изграден дневен режим - на лягане, ставане, хранене, ползване на електронни у-ва и гледане на телевизия по-малко от един час на ден.

1.8. Да му бъдат предоставени възможности да помага за по-лесните задължения у дома. Може да помага, да се включва прибиране, подреждане, почистване и други занимания. Това дава възможност на детето да се учи на ред и на това да допринася за общото благо.

1.9. Да бъде оставяно да върши неща самостоятелно като хранене, обличане и други, независимо, че може да цапа или да не се справя добре първоначално.

1.10. Да има възможност да прекарва достатъчно време в игри и занимания с родителите.

1.11. Четенето и разказването на приказки и истории благоприятства развитието на речта, на мисленето, на фантазията на детето. Помага за повишаване на концентрацията му и задържането на вниманието му. Ползването на електронни устройства и гледането на телевизия без ограничение имат обратен ефект.

1.12. Отделянето на детето в самостоятелна стая е важна стъпка от порастването, това подпомага неговата адаптация.

1.13. Важно е детето да се научи да не се разстройва когато не получава всичко на момента. Голямо предизвикателство за детето е то да приема, че не всичко се случва както то го желае. Колкото по-рано започне да се учи на това, толкова по-лесно ще му бъде в бъдещите начинания.

1.14. Добре е преди тръгването на детето на детска градина да има поне една среща, в която то да може да види мястото, където ще бъде, да се запознае с тези, които ще се грижат за него там, да чуе за режимът, правилата и заниманията.

1.15. Може предварително да разгледате снимки и да му разкажете за това място.

2. След постъпване в детската градина:

2.1. При постъпването по-чувствителните деца често са разстроени. Това е нормална естествена реакция на детската психика. Важно е да можем да чуем детето, то да сподели за това което го притеснява.

2.2. Когато детето е разстроено и споделя, важно е ние възрастните да можем да запазим спокойствие. Децата първоначално реагират спонтанно, но след това следят нашата реакция и се учат от нея. Ако ние оставаме спокойни и смятаме, че всичко ще е наред, детето се успокоява. Но не просто се успокоява, то учи от нас как да запазва спокойствие когато среща нови условия и предизвикателства.

2.3. Ако детето се разстрои от тръгването на детска градина родителя може да избере да го спре от градината. Това често е свръх-реакция и не е необходимо. Когато сме тревожни, ние често искаме да направим някакво действие за да се успокоим. Важно е обаче ние да учим децата как да остават спокойни без да влизат в действие и без да имат свръх-реакции. На мястото на действията може да има друго решение – подкрепа, разговор, думи които да успокоят тревогата.

2.4. Когато родителите имат някакви притеснения, важно е да знаят, че има място където могат да бъдат чути. Важно е да има добър контакт между родителите и персонала на детската градина.

2.5. Важно е в игрите с детето да има игра на ужким с преструване, имитация и влизане в роля. Влизането в роля на любим приказен герой може да бъде приятно и забавно, но то може да даде много повече. Това помага на детето да разбира различните социални роли в които може да влиза един човек – на дете, на родител, на спортист, на полицай, на лекар и други. Способността за влизане в роля развива способността да можем да разбираме другия човек – какво мисли, как се чувства, какво иска от нас. Това несъмнено подпомага процесът на развитие на детето и адаптирането му към нови условия.

2.6. Освен среща с ръководителя на групата на детето, родителите могат да се срещнат и с психолог, логопед и ресурсен учител ако имат някакви допълнителни въпроси относно процеса на адаптация