



ДГ № 42 „БЪЛГАРЧЕ“ – ГР. ВАРНА

гр. Варна, кв. „Владислав Варненчик“ до бл.21, тел.: 882/ 38 38 25; 882/ 56 70 86, ЕИК 000086907

УТВЪРДИЛ:.....

/ Д. Йорданова/

С решение на Педагогическия съвет

Протокол № 1 от 14.09.2026г.

ПРАВИЛА ЗА АДАПТИРАНЕ НА ДЕТЕТО В ДГ №42 „БЪЛГАРЧЕ“

Обикновено се смята, че децата тръгват на ясла или градина, защото майката трябва да се върне на работа. Но има и още една гледна точка. Тя се отнася до необходимостта в един момент детето да напусне комфортната домашна среда и да отиде в детско заведение, за да се социализира, да ускори развитието си, да се научи да общува и да си партнира с непознати възрастни и с връстниците си.

Това не е лесна крачка – особено когато семейството може да си позволи да отглежда детето вкъщи до училищна възраст. Намесват се съображения и страхове за здравето му и възможното често боледуване, за грубо отношение от страна на възпитатели и учители, от по-буйни и агресивни хлапета. Въпреки всичко детската ясла и детската градина са необходимост за подготовката на детето за живота в обществото, който му предстои.

Детската ясла и детската градина – първи урок по адаптация

До този момент детето е расло, заобиколено от много любов и внимание, в дом, специално пригоден за отглеждането му. Неговите потребности, желания и навици са били определящи за ритъма на живот в семейството.

В градината не само че му липсват мама и тате и домашният комфорт. То изведнъж престава да е привилегировано, става едно от многото деца. Режимът е общ за всички и има строго определен ежедневен ритъм. Моментните му предпочитания за храна, време за спане, игри и т. н. не се зачитат. Играчките са за всички, освен тях то трябва да споделя и вниманието на учителките и лелките. Ако в детските ясли все още може да разчита на лелките, в градината трябва да се самообслужва – хранене, обличане и събличане, ходене до тоалетна. Животът му се променя тотално. Стресът е огромен.

Детските психолози твърдят, че начинът по който детето ще се адаптира в този момент, до голяма степен ще определи способността му за адаптиране към всяка една промяна напред. Трудно е да се каже предварително, как ще се справи вашето слънчице. И не е добра идея да му спестите това преживяване до първи клас. Тогава ще стане още по-трудно.

Родителите не бива да сравняват детето с другите деца, да използват лъжи и наказания, да го манипулират. Те трябва да работят в сътрудничество с детската градина по посока на по-бързата му адаптация. Необходимо е вкъщи да се подкрепят същите правила, каквито очакват детето в детската градина, а именно – да се подреждат играчките след



гр. Варна, кв. „Владислав Варненчик“ до бл.21, тел.: 882/ 38 38 25; 882/ 56 70 86, ЕИК 000086907

игра, да се храни на масата по същото време, а не пред телевизора, да се поддържа ред, да спи следобед. Важен е примерът на възрастните в семейството. Родителите трябва да запознаят учителите с навиците на детето, възможни негови реакции и поведение, да търсят информация как е минал денят му в детската градина.

Типични реакции на детето у дома до приключване на процеса на адаптиране:

- Детето заспива трудно, спи неспокойно, плаче насън, буди се.
- Детето загубва апетит, не приема достатъчно количество храна.
- Доминираща тема за детето е привързаността към родителя.

„Адаптирането е процес, който е свързан с реакциите на трите страни: възрастните в детската градина – педагог и възпитател, семейството и детето. Успешното адаптиране на детето предполага възрастните – двете институции, да се включат активно.

Шест съвета на психолози за лесна адаптация: родителите да не се притесняват, да обърнат внимание на режима на детето си, на храненето му вкъщи, на закаляването му, да се отделят от него, като го оставят на други хора, да наблюдават игрите му с другите деца.

Детската градина е център, където детето се среща със свои връстници. Ако живее под постоянна опека, малчуганът ще израсне напълно неспособен да се справя с живота на възрастен, няма да може да се адаптира към работа в екип, да се социализира, в повечето случаи не развива умения за общуване, не знае как да създаде приятелства, няма собствено мнение, става зависим от околните. Затова ролята на детската градина е незаменима, а ние педагозите съвместно с родителите трябва да подпомогнем адаптацията на децата.

Изводи :

- Добрата организация, създадена от директора, съдейства максимално за по-бързата адаптация на децата, а именно – част от персонала на яслената група (педагог и помощник-възпитатели) да продължи с децата в първа група. Една добра практика в детската градина.
- Децата, които са посещавали яслена група, нямат проблеми с адаптацията в първа група.
- Децата, които постъпват направо в първа група или не посещават редовно детска градина, преживяват различен период на адаптация, в зависимост от различни фактори – здравословно състояние на детето, характер, предварителна подготовка за детската градина и т.н.
- За бързата и безболезнена адаптация в първа група е необходимо учители, помощник-възпитатели и родители да работят в сътрудничество.
- Адаптирането е строго индивидуален процес за всяко дете и за неговите родители. За някои деца този период може да бъде 1 седмица, за други – 1,2,3,4 месеца. Педагогът и родителите трябва да имат търпение и да подпомагат детето в процеса на адаптация, за да протече той възможно най-бързо и безболезнено. Детското развитие преминава от общи към все по-диференцирани и самостоятелни прояви. Целият процес на детско развитие преминава през две условности: първата – обективната среда, природно, обществено и социо - културно обкръжение; втората – детето с неговата генетична програма. Ако трябва да обобщим, условията, които оказват влияние върху развитието на малкото дете, а и по-късно, са:



1. Вътреутробни (пренатални и перинатални, които задават основните предразположения на бъдещата личност);
2. Грижите за малкото дете и степента на удовлетворяване на основните му биологични (вода, храна, топлина, въздух, сухи пелени)
3. Психологически потребности (внимание, нежност, любов) в ранна възраст;
4. Домашната среда, която родителите осигуряват на детето (стимулирането на специфичните му способности);
5. Ценностите на родителите, които детето „среща всеки ден“.

Симптомите за адаптираното дете са:

1. Детето се разделя самостоятелно и в добро настроение с родителя/родителите, възрастните.
2. По време на престоя в детската ясла детето е спокойно. Може често да задава въпроси на мед. сестра – „кога и дали“ ще го вземат от яслата, но това са въпроси, с които то очаква да бъде потвърдена неговата сигурност.
3. По време на занимания и игри разказва спокойно за своите родители.
4. При тръгване от детската ясла разказва с удоволствие какво се е случило.

НЯКОЛКО ПРАВИЛА ЗА ЗНАЧИМИТЕ ЗА ДЕТЕТО ВЪЗРАСТНИ – РОДИТЕЛИ

* Подготовката за раздялата да започва вкъщи. На детето може да му се говори за това, че то отива на детска ясла, а родителите – на работа.

* Родителите трябва да използват любимата играчка, с която детето говори и се чувства сигурно.

* Спокойният родител води до себе си спокойно дете. Желателно е сутрин то да бъде водено от родителя, който е готов да се раздели с него нежно, спокойно, но твърдо и бързо.

* Раздялата в детската градина трябва да бъде кратка и насърчаваща детето. Най-добре е родителят сам да помисли за своя ритуал при раздяла. Вероятно детето също ще подсказва какъв да бъде: въздушна целувка, съпроводена с думите „до скоро“, гушкане и целуване, махане с ръка, съпроводено с „до скоро“. Ритуалът ще направи родителя по-уверен и тази увереност ще се предава и на детето.

* Много важни са емоциите на родителя при раздялата. Колкото по-плах и нерешителен е родителят, толкова по-тревожно ще бъде детето. Не трябва да се тревожи, когато детето плаче. Плачът подпомага нервната система да не се превъзбужда.

* На детето трябва да бъде обяснено след кое събитие от деня родителят ще го вземе. След като се наобядва или след като се наспи. Така то няма да е тревожно кога и дали ще го вземат, а ще очаква събитието.



ДГ № 42 „БЪЛГАРЧЕ“ – ГР. ВАРНА

гр. Варна, кв. „Владислав Варненчик“ до бл.21, тел.: 882/ 38 38 25; 882/ 56 70 86, ЕИК 000086907

* 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.

* Направете родителска група за подкрепа между майките, готови да споделят. Когато те обменят помежду си какво от това, което правят, помага на детето им, всяка майка ще научи още доста работещи стратегии. Напълно забранени за използване от възрастните са:

* Упреците към детето – поради незавършен процес на адаптиране;

* Наказанията и насилието върху детето, което тъгува, плаче или е агресивно – поради незавършен процес на адаптиране;

* Лъжата на възрастните към детето при раздяла в детската градина. Например „Влез вътре, аз отивам до ... и ще се върна“ и др.

* Грубо отношение, обиди и използване на висок тон към детето, както от страна на педагозите, така и от страна на родителите.

КРАТКОСРОЧНО ПРИСЪСТВИЕ НА РОДИТЕЛ В ГРУПАТА ПРЕЗ ПЕРИОДА НА АДАПТАЦИЯ

В ДГ №42 „Българче“ се допуска краткосрочно присъствие на родител в групата по време на периода на адаптация, когато това е в интерес на детето и при спокойна здравна обстановка. Присъствието се осъществява при необходимост и според индивидуалните потребности на детето, като се съблюдава нормалното протичане на работния процес и спазването на вътрешния трудов ред в детската градина.

Формите и продължителността на присъствието се планират предварително в индивидуални срещи между учителите и родителите. В зависимост от адаптивната способност на всяко конкретно дете, родителят може да престоява в групата до постигане на желаното поведение и успешна адаптация, с цел осигуряване на плавен и безболезнен преход от семейната среда към детската градина.

Формите на участие могат да включват:

- участие в инициативата „Утринна приказка“ – четене или представяне на кратка приказка;
- участие в съвместни дейности по изобразително и приложно изкуство;
- участие в подвижни, конструктивни и ролеви игри с децата.

Тези дейности подпомагат изграждането на доверие, чувство за сигурност и положително отношение на детето към детската градина.



ДГ № 42 „БЪЛГАРЧЕ“ – ГР. ВАРНА

гр. Варна, кв. „Владислав Варненчик“ до бл.21, тел.: 882/ 38 38 25; 882/ 56 70 86, ЕИК 000086907

ЕТАПИ НА ИГРОВИЯ ПРОЦЕС, СПОМАГАЩ ЗА БЕЗБОЛЕЗНЕНАТА АДАПТАЦИЯ НА ДЕТЕТО

Първи: Детето играе само (липсва взаимодействие), почти не забелязва другите.

Втори: Игра-наблюдение – детето наблюдава действията на възрастните и връстниците и ги наподобява.

Трети: Паралелна игра – децата играят едно до друго, използват почти едни и същи играчки и игрови материали, но не се опитват да си взаимодействат едно с друго.

Четвърти: Асоциативна игра – действайки с играчките, децата от време на време влизат във връзка, разменят материали, извършват някои действия заедно, но липсва стремеж към координиране на взаимодействията по посока на общи епизоди, сюжети или цели.

Пети: Съвместна игра – през цялото време на играта децата осъществяват общ замисъл, постепенно зараждащ се от отделни епизоди, в които има допълващи се роли: майка – дете, продавач – купувач, лекар – пациент.

В началото на постъпването в детска градина повече от децата плачат, всяка сутрин някои от тях разиграват една и съща сцена – вкопчват се в майка си и баща си и не ги пускат да си тръгнат. При други деца нежеланието може да бъде изразено чрез неясни оплаквания или чрез повтарящи се **неразположения**. Така по един или друг начин те изразяват негодуванието си, но това са нормални временни реакции, които отминават бързо. Родителите не бива да се притесняват, за да не се пренася това върху детето, а ритуалът на раздялата трябва да бъде по-кратък (въздушна целувка, съпроводена с думите „до скоро“, гушкане и целуване, махане с ръка). Ритуалът ще направи родителя по-уверен и тази увереност ще се предаде на детето. Отново, когато го взема от детска градина, е важно да е положително настроен, усмихнат, тръпнещ в очакване да го види. Така детето ще усеща по-осезателно обичта на родителя и ще се чувства желано, а не изоставено. Вечер е добре да се разговаря с него как е минал денят му и за заниманията в детската градина. *Активното слушане* е процес, при който родителят дава обратна връзка за фактите, които чува, като се опитва да отрази и изкаже чувствата на детето, каквито ги разбира. По този начин детето успява от своя страна да разбере по-добре чувствата си, да ги осмисли или да намери решение на проблема си.

Запознати с Правила за адаптиране на детето в ДГ №42 „Българче“:

№	Име и фамилия	Длъжност	Подпис



ДГ № 42 „БЪЛГАРЧЕ“ – ГР. ВАРНА

гр. Варна, кв. „Владислав Варненчик“ до бл.21, тел.: 882/ 38 38 25; 882/ 56 70 86, ЕИК 000086907
