ДГ № 23 “ЗДРАВЕ” – Район “Изгрев” гр. СОФИЯ

Ул. “Майор Юрий Гагарин” № 14-16 тел. 02/ 872 00 33

Утвърждавам:

Милена Митова
Директор на ДГ № 23 „Здраве”
Заповед № 5/ 15.09.2026 г.

МОДЕЛ НА АДАПТАЦИЯ

В

ДГ № 23 „ЗДРАВЕ”

Приложение към Правилника за дейността на ДГ № 23 „Здраве”

Детска градина №23 „Здраве“ е активен партньор на родителите в процеса на възпитание и образование на децата. Тя е институция в системата на предучилищното и училищното образование, в която се отглеждат, възпитават, социализират и обучават деца от 2-годишна възраст до постъпването им в училище, в съответствие с държавния образователен стандарт за предучилищно образование.

Тръгването на детска градина е значим момент за детето и неговите близки. В много от случаите то не се е отделяло от семейството си до този момент. В условията на ДГ, детето трябва да се научи да се справя само и да стане част от групата, т.е. да усвои нов модел на поведение, изоставяйки домашния уют и сигурност. Напълно нормално е близките да се притесняват, че други хора ще се грижат за него, когато постъпи в детско заведение. За да се чувстват родителите спокойни и сигурни, че екипа на детската градина ще направи най-доброто за тях, е създаден модел на адаптация, съдържащ необходимата информация за плавния преход на детето от семейството към детската градина.

Процесът на адаптация към детската градина е различен за всяко дете, тъй като всяко дете е уникално и може да се нуждае от известно време, за да се адаптира към новия ежедневен режим в детското заведение. Ето защо е важно по време на адаптационния период да се следва темпото на детето. Продължителността на адаптацията може да продължи седмица, две или месец.

Детската градина е инициативен фактор във взаимодействието с родителите, чиято роля е определена в Закона за предучилищно и училищно образование – те са пълноправни 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 /адаптацията/ на детето към детската градина и постигнатите 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. Сътрудничеството и взаимодействието между родителите и детската градина се осъществяват чрез План за взаимодействие с родителите, 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.

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, тоалетна). При отделни деца в зависимост от възрастта и индивидуалните особености, процесът на адаптиране е по-бавен. Тук е именно огромната и решаваща роля на медицинските сестри, на учителите и другите специалисти работещи в детските ясли и детската градина в

сътрудничество с родителите за по-бързата и безболезнена адаптация на новоприетите деца.

1. **Подготовка за детска ясла/ детска градина:**

- Изключително важно за безболезнената адаптация на Вашето дете е предварителната подготовка в семейството. Подгответе детето и му създайте позитивна нагласа за детската ясла/ детската градина. За да подготвите детето си, преди всичко трябва да му разкажете за това, което му предстои. Говоренето за това, какво го очаква, съобразено с евентуалните му страхове, улеснява първите му стъпки. Помогнете на детето си да формира положително отношение към детската ясла/градина. Обяснете му по достъпен начин за нещата, които децата правят в детската ясла/градина и защо е забавно място, но не го претоварвайте с информация. Важното е детето да разбере, че мама и татко ходят на работа, а неговата „работа" е да посещава детска ясла/градина и да играе с децата.
- Несигурността на родителите може да повлияе на отношението на детето към детското заведение. Разберете дали имате някакви страхове и негативни преживявания, свързани с детската ясла/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 несъзнавано се прехвърля и върху тях.
- Подгответе се да отделите 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.
- 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 ясла/градина, за да направите графика си у дома съвпадащ с този на детската градина. По този начин денят на детето остава същия, 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.
- Предварително можете да се консултирате с психолога/педагога в детската ясла/градина, относно предстоящата адаптация на Вашето дете.
- 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 децата.

- Може да посещава в началото (1-2 седмици) само определени моменти от дневната организация за час-два, постепенно времето да се увеличава и да се включват нови моменти.
- 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 гърне и /или 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.
- Ползването на памперс е до 1,6 годишна възраст.

2. Първи стъпки при адаптиране в детска ясла/ детска градина:

- Родителят, преди постъпване на детето, посещава детското заведение и провежда индивидуална среща с учителя или мед. сестра, в групата на които ще бъде детето му. Тази среща подпомага контакта на родителя с персонала като му дава възможност да зададе въпроси, които го вълнуват, да разкаже за някои специфични особености в поведението на детето си, а така също и да се запознае с обстановката и правилата в групата. При посещение за среща с персонала родителите се задължават да спазват вътрешните правила за организация в ДГ 23 „Здраве" в условията на Ковид.
- Родителят има възможност при постъпване да посещава заедно с детето си групата с цел опознаване. За деня и часа на посещение е направена предварителна уговорка с ръководството на детската градина. Престоят трябва да е съобразен с режимния момент на децата – след сутрешна закуска. Препоръчително е посещенията да бъдат по време на игра на децата на площадката в двора.
- Първите срещи и посещения служат за опознаване от родителя и детето на средата, опознаване на другите деца и на служителите в групата. Времетраенето се уточнява предварително с персонала в групата. По време на престоя на детето се показва занималнята/площадката, то може да бъде разведено от служител на детската ясла/градина из пространството, като му се представят децата, разказва му се за заниманията и игрите.
- Когато оставяте детето в неговата група без Вас, кажете му, че ще остане за да играе с други деца и ще го вземете по-късно. Можете да опишете деня, който го очаква. От изключително значение и много важно е преди раздялата родителят да обясни на детето си, че го оставя в детската градина и тръгва, но ще се върне за да го вземе. Детето трябва да знае, че ще остане в детската градина без Вас. Прегърнете го и преди да си тръгнете, помахайте с ръка за „довиждане".
- Препоръчително е раздялата с мама или татко на входа на групата 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.

- Ако детето има любими играчки у дома, може да вземе една от тях в детската ясла/ градина – това ще бъде в негова помощ при раздялата (нещо, което 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 служители и родители.
- Препоръчително е в началото престоя на детето да е по-кратък, като в първите няколко дни да бъде до обяд (индивидуално за всяко дете).
- При деца с трудна адаптация към детска градина в първите дни по предпочитание на родителя престоят на детето в детската градина може да бъде няколко часа.
- 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.
- Създаване на семеен ритуал около воденето и вземането от детска ясла/градина: при воденето към детската това може да бъде разказване на приказка, пеене на песничка, броилка – нещо, което доставя удоволствие на детето. При връщане от градина може да бъде разходка в парка, игра на площадката – нещо, което зарежда с положителни емоции и е от голямо значение за успешната адаптация.

3. Стабилизиране в периода на адаптация:

- Ако детето продължи да плаче, търси родителя си, не се заиграва с децата, не поддържа контакт с възрастните, работещи с детето – служителите се обаждат на родителя, за да дойде и да го вземе. В този случай опитите продължават няколко дни като постепенно се увеличава времето на престоя в групата, докато детето се довери и се успокои. Ако детето се успокои (дори и ако е разстроено при раздялата и плаче) и установи контакт с децата или възрастните, то раздялата се смята за успешна и в някой от следващите дни детето се оставя за целодневен престой.
- Времето на престоя на детето се увеличава плавно. Служителят подпомогнал адаптацията, наблюдава детето и го подкрепя.
- 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.

4. Финализиране на периода за адаптация:

- 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.

- Служителите подкрепят детето по време на неговата адаптация като откликват на нуждите му съобразно неговата индивидуалност.

5. Дейности съвместно с родителите

Семейството е първата и най-важна среда, в която децата растат и се развиват. Особено важно условие за развитие на детето е прилагането на ефективен модел за успешна адаптация и плавен преход от семейната среда към детската градина в първа група, с активното участие и подкрепата на семейството.

Общите дейности за осъществяване на безпроблемна адаптация на новопостъпилите деца в ДГ 23 „Здраве" включва, както следва:

- предварителни консултативни срещи на родителите с учителите/мед. сестри на детето
- предварителни посещения на детето с родителя с цел запознаване с детската градина, групата и условията на работа
- общи родителски срещи
- провеждане на последващи индивидуални консултации с родителите
- по желание на родителите при постъпване на детето се допуска почасов и постепенно увеличаващ се престой на детето до пълното му привикване с условията в групата
- участие на родителите в подходящи занимания в групата на детето след предварителна уговорка с учителя – игри, четене на худ. литература
- наблюдение на педагогическа ситуация в групата на детето след покана от страна на учителите
- включване на родителите в инициативи, свързани с изпълняване на дейности по проекти след предварително обсъждане с учителите
- присъствие на тържества организирани в детската градина след покана от страна на учителите в групата на детето.
- въвеждане на практика „Разказвачи на приказни истории" – за присъствие на родители в групата, които да осъществят литературно четене на художествени произведения пред децата в Първа група. „Разказвачи на приказни истории" е психолого-педагогически и методически практико-приложен модел за съвместна работа на учители и представители на семейната общност в периода на постъпване на децата в детската градина. Включва влизане на родител по желание в групата в подходящ сутрешен или следобеден режимен момент от престоя на децата, за да им бъде прочетена избрана художествена творба. Осъществяването на практиката „Разказвачи на приказни истории" е предварително съгласувана с учителя в групата и представлява допълнителна възможност за образователно развитие, за създаване на адаптационни условия, в които детската личност да разгърне пълния си потенциал в детската градина. Ориентиран е към 3-годишното дете, на което му предстои постъпване в първа група, особено ако не е посещавало детска ясла. По този начин учителите съвместно с родителите подпомагат новопостъпилото дете да се привърже и да

създаде устойчив емоционален контакт с човек, различен от майката или отглеждащият го възрастен.

Екипът на ДГ № 23 „Здраве“ подхожда с внимание и чувствителност към нуждите на децата, както и с разбиране, че адаптацията е труден период за семейството. В това отношение следим внимателно адаптацията на всяко дете и се стараем да информираме родителите както в ежедневните си срещи с тях, така и със средствата за комуникация в електронна среда чрез споделяне на моменти от престоя на децата в детската градина.