ДГ № 33 „Делфинче”; гр. Варна, бул. Република”
ДВОРЕЦ НА МЕЧТИТЕ, ЦАРСТВО НА ИГРИТЕ!
Телефони: Директор: - 052 / 505-553; ЗАС – 052 / 505 552;
e-mail : delfin4e2009@abv.bg delfinche.com

УТВЪРЖДАВАМ: **Анна Кънева**
Директор ДГ №33 „Делфинче“ гр. Варна
Заповед РД – 07 – 44/ 05.11.2025г.

МОДЕЛ ЗА РАБОТА СЪС СЕМЕЙСТВОТО И ДЕЦАТА В ПЕРИОДА НА АДАПТАЦИЯ ОТ СЕМЕЙНА СРЕДА КЪМ ДЕТСКА ГРАДИНА №33 „ДЕЛФИНЧЕ” С ЯСЛЕНА ГРУПА ГРАД ВАРНА

ЗА УЧЕБНАТА 2025/2026ГОДИНА

Приет с Протокол№ 1 /16.09. 2025г. на Педагогически съвет в ДГ №33 „ Делфинче” гр. Варна

МОДЕЛ ЗА РАБОТА СЪС СЕМЕЙСТВОТО И ДЕЦАТА В ПЕРИОДА НА АДАПТАЦИЯ ОТ СЕМЕЙНА СРЕДА КЪМ ДЕТСКА ГРАДИНА „ДЕЛФИНЧЕ“

Детската градина е важен етап от развитието и израстването на детето. То навлиза в обществото на своите връстници и започва да усвоява уменията за социална комуникация. Детската градина е център за ранно детско развитие, която работи по определен държавен образователен стандарт за предучилищно образование.

Терминът „адаптация“ има латински произход – adapt (приспособявам) и често се използва в психологията, педагогиката, биологията и други науки, но неизменно се свързва със състоянието на равновесие между личността и социалната среда.

Адаптацията в детската градина е труден процес и за детето, и за неговите родители. Необходимо и дори наложително е да бъдат направени промени в живота на цялото семейство - режим, навици, ритуали и т.н.

Поради тази причина е по-подходящо да говорим за адаптация на цялото семейство към постъпването и пребиваването в детската градина, отколкото само за адаптацията на детето в нея. При всички случаи обаче адаптацията изисква отказ от досега установеното, от ясното, от познатото и разбираемото от една страна, а от друга се свързва с усвояване на нови модели на поведение, опознаване и приспособяване към промените, към новите изисквания на средата.

Известно е, че когато детето има определен начин на живот, който протича при определени условия, то показва добра адаптация към тези условия. Промяната в тях, още повече, ако е внезапна, води до необходимост от промени и преустройство на начина на живот и предизвиква голямо нервно напрежение. Изградените навици и установеният режим създават несигурност у детето, защото го поставят в рамка, в ясни граници.

Семейството е най-благоприятната среда за децата още от раждането. То осигурява емоционален комфорт, създава спокойствие и формира първите им впечатления за света.

Постъпването в детска градина е ново и непознато преживяване за малкото дете, защото организацията е различна от домашната, престоят е продължителен, с голям брой деца в едно помещение, нови възрастни в живота на детето, определени правила на поведение, нови задължения и отговорности, изисквания за дневен режим и т.н. Най-травмираща е раздялата с майката, особено за дете, което е единствено в семейството, което рядко е имало контакт с връстници и други деца.

Проблем с адаптацията настъпва, ако детето е свикнало на един режим (или липса на такъв) и определен начин на възпитание в семейството, а се сблъсква със съвсем различен в градината. Проблеми с адаптация и здравето на децата се наблюдава най- вече в ДЯ , 1 и 2 група.

Болестите - Главният минус от посещението в детската градина е, че детето боледува често. Става въпрос за остри инфекции – предимно респираторни. Вероятността детето да се разболее от остра вирусна инфекция (ОВИ) е най-тясно свързана с кръга на общуване – колкото е по-широк, толкова е по-лесно разболяването.

Предприетите мерки в ДГ – родителски срещи и изисквания, които се поставят към родителите намаляват заболеваемоста на децата. Не на последно място поставяме и грижата, която полагат мед. сестри и пом. възпитатели за този така труден период на адаптация на малките деца.

Моделът е предназначен за родители, педагогически и медицински специалисти, помощник възпитатели, работещи в ДГ „ Делфинче“.

Целта е подпомагане по-бързата адаптация на децата от семейната среда към условията в ДГ и предоставяне на възможност за активно взаимодействие между двете страни.

Излизането от семейната среда и срещата с новата - заобикалящата, непознатата, социалната среда е част от живота и развитието на детето. 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. Подобни събития са част от живота на всяко дете - първоначално постъпване в детска ясла след това в детска градина, а по-късно в училище.

За безболезнена адаптация към тези промени, изключително важна е предварителната подготовка на детето в семейството. Семейството е основополагащо, първоначалното в живота на детето и там се поставя фундамента на нервно-психическото, физическото, емоционалното здраве на детето, както и началните умения и навици за самообслужване, за поведение, за общуване.

Родителите в най-голяма степен може да допринесат за бързата и безболезнена адаптация на детето към детската градина, когато са убедени в способността на детето успешно да премине през този етап. Тази убеденост носи увереност и емоционално спокойствие както на тях, така и на детето. Доверието, което гласуват на детето, стимулирането му, позволява то да приеме детската градина, новите приятели, новите играчки и цялата среда като своя, в която може да се чувства свободно и сигурно.

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 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 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.

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

Продължителността на адаптацията може да продължи седмица, две или месец.

Постъпването на детето в детска ясла може да започне от 1,5 -месечна възраст до навършване на 3- годишна възраст на детето. В детската ясла се осъществяват грижи за ранно детско развитие в няколко области: здраве и двигателно развитие, познавателно развитие, личностно-емоционално и социално развитие, езиково и комуникативно развитие.

У новопостъпващото дете 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 и другите специалисти работещи в детските ясли в сътрудничество с родителите за по-бързата и безболезнена адаптация на новоприетите деца.

Раздялата с майката се преживява болезнено почти от всички деца. Те страдат и от това, че се намират в нова обстановка сред непознати хора. Практиката показва, че има деца, които се приспособяват веднага, а други продължително време – от 2 до 4 месеца след постъпване в детското заведение.

В ДГ "Делфинче" се прилагат множество подходи и прийоми, на първо място индивидуален и холистичен подход към всяко дете и активни грижи за ново постъпилите деца особено през периода на адаптацията.

Подготовка за ясла/градина:

Предимствата на детската градина са много – децата растат в колектив, стават самостоятелни много по-рано, което изгражда отрано у тях самочувствие и увереност в себе си, те свикват да преодоляват сами трудностите, да отстояват себе си в групата.

Едновременно с това всеки ден в детската градина тече обучение по определен план и система, предоставящи многостранно предизвикателство за детето и задоволяващи всичките му потребности от двигателните до чисто интелектуалните, с помощта на които се добиват необходимите знания и готовност за училище.

Препоръка за родителите:

- 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 ще 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.
- Важното е детето да разбере, че мама и тати ходят на работа, а неговата работа е да посещава детска ясла/градина и да играе с децата. Обяснете му колко голямо е станало вече, колко много неща може да върши самичко и колко сте горди с него.
- След това му разкажете, че всички деца на неговата възраст тръгват на детска градина, опишете как се събират в една група, за да могат заедно да си играят, как носят различни играчки, с които се забавляват всички, как излизат на двора да тичат и да се пързалят на пързалките, а после сядат да се хранят заедно на малки масички и столчета.
- В никакъв случай не допускайте детето да чува изрази като "Ще видиш ти като тръгнеш на градина, да не мислиш, че там някой ще ти търпи глупостите!", „ Щом не слушаш ще те заведа на градина!" , „ Ревеш ли ,няма да те взема от детска градина!"…. говорете и с таткото, и с бабите и дядовците – от полза за всички е у детето да се създаде положителна нагласа и радост от тръгването на детска градина!
- Непременно подчертавайте всеки път, че никое дете не остава там постоянно и че винаги ще го взимате.
- Разкажете също, че там има госпожа, която се грижи за децата вместо мама, пее, чете им приказки и им помага, когато има нужда – да се облекат, да идат до тоалетната или да се хранят, а също и ако ги закача някое дете.
- Отново е важно да сте максимално конкретни – а също и да използвате правилните названия, учителката в детската градина е "госпожа", а не "леличка" или нещо подобно.
- Другият важен аспект от подготовката за тръгване на градина е да създадете и затвърдите у детето относителна самостоятелност по отношение на нещата, които се очаква от него да върши само в градината.

- Детето в детска градина трябва да умее да се храни самичко, да се съблича, облича и обува самостоятелно, да ходи само до тоалетната. Използвайте месеците, които имате, за да го приучите да се справя само – така ще намалите до минимум стреса от новата среда и новите изисквания.
- Опитайте също да измените режима му (ако се налага), така че да е максимално близък до този в градината – може би ще се наложи да си ляга по-рано, за да можете да ставате и да се оправяте без бързане сутрин.
- Хубаво е също така отрано да се погрижите за подходящи дрешки за градина – не се препоръчват бодита, гащеризони и тесни панталони с копчета или пък дълги тесни поли за момиченцата. Блузките и пижамките трябва да са с достатъчно широки отвори за главата. Най-добре е детето да носи леки дрешки без ципове и копчета, с които да му е трудно да се справя – панталонче на ластик и лека блузка са най-добрият избор. Обувките и пантофките е най-добре да са с цип или лепенки ,връзките затрудняват както детето, така и персонала в градината. Детето трябва непременно да има пълен комплект резервни дрешки за преобличане – потниче и гащички, чорапи, тениска, панталонче и връхна блуза, подходящи за сезона (не забравяйте да ги подменяте при промяната на времето). Ще имате нужда също от пантофки и раничка, в която да носите нещата – много мотивиращо за детето е да отидете да ги купите заедно, като му дадете възможност да си избере такива, които му харесват.
- 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 яслата, градината трябва да бъде кратка и насърчаваща детето. Най-добре е родителят сам да помисли за своя ритуал при раздяла. Вероятно детето също ще подскаже 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.
- 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.

Първи стъпки в детска ясла/детска градина

- Препоръчително е раздялата с мама или татко 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 за манипулация и занапред ще реагира по същия начин, за да задържи вашето внимание и да отстъпите, така както сте го направили през първия ден.

- Децата забравят бързо – а градината предлага куп неща, които предизвикват интереса на детето, така че то много бързо се отвлича, когато престане да ви вижда и обикновено безпроблемно се заиграва с останалите. Ще се сети за вас и за това колко много сте му липсвала в момента, в който ви види на обяд и тогава най-вероятно ще се разплаче отново от облекчение, че сте пак заедно и умора от новите впечатления, а вие ще имате чувството, че е плакало безспирно от сутринта – но това няма да е вярно в огромната част от случаите.
- 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. Прегърнете го и преди да си тръгнете, помахайте с ръка за „довиждане“.
- Госпожата в градината ще ви разкаже как е минал първия ден, дали детето е плакало много, хранило ли се е и играло ли си е – питайте за всичко, което ви интересува и се съобразявайте с препоръките. Детските учителки и медицинските сестри имат голям опит и добър подход към децата, така че могат да преценят дали и колко време още ще се налага да взимате детето на обяд, докато свикне. Обикновено това не продължава повече от седмица- две за децата в яслата.
- Възможно е обаче първият ден да се окаже голяма изненада – още с пристигането си в градината детето да хукне към другите деца и играчките и толкова да е погълнато от всичко ново и интересно, че изобщо да забрави за вас и всичко да мине много леко. Това е идеалният вариант – но е важно да знаете, че на следващия ден рядко е същото. За повечето деца първият ден не е критичният, защото интересът към новото надделява – критични и тежки са следващите няколко дни.
- Има няколко неща, които могат значително да облекчат тези първи дни – да вземате всеки ден любимата играчка (тази, с която детето спи) и да си намерите компания. Ако имате приятелчета или по-голямо братче или сестриче, които също ходят в детската градина и с които да изминавате заедно пътя до там и раздялата, този период минава доста по-безпроблемно. Детето ще свикне напълно с градината до края на първия месец – дотогава плачовете отдавна ще са престанали и това, което ще ви бави сутрин ще са дискусиите коя играчка да вземете днес. Възможно е все пак да има рецидиви на плачливост – особено след ваканциите или след като детето е било болно и е останало по-дълго 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.
- Боледуването през първите месеци е нормално и очаквано, много деца се разболяват още в края на първата седмица. Фактът, че детето боледува често в началото НЕ означава, че не е гледано добре в градината, че е държано на течение там или че е стояло голо – то просто вече е в колектив и е изложено на много по-чест контакт с вируси. А за да си изгради имунна защита, то трябва да преболедува поне няколко вирусни инфекции. Така че съвсем обичайно е първите месеци да изкарате няколко верижни разболявания – детето се разболява, остава няколко дни вкъщи, тръгва отново на градина и след седмица пак е болно.
- 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.

Препоръки за детето:

- 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 дава сигнали за уриниране и дефекация;
- 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;
- Да пие от чаша;
- Да седи на детско столче;
- Да е дружелюбно към другите деца, да споделя играчки;
- Да прибира играчки на определените места в групата;
- Да е запознато със занималнята, дворната площадка в детската градина, дори с персонала;
- Да обича да слуша музика, да изпълнява естествени движения на фона на музиката, да слуша приказки, да изпълнява указания на възрастните.

Персоналът в детската градина:

- Възприема детето като най-висша ценност;
- Подкрепя, насърчава, поощрява и стимулира детето в цялостната му дейност и поведение;
- Посреща и приема детето с положително настроение, вежливо, учтиво, като съсредоточава вниманието си главно към него, създава у детето усещане за сигурност и спокойствие;
- Запознава се с детето, запознава децата помежду им;
- Подготвя предварително средата в групата за игра и занимания по избор на децата;
- Определя лично пространство, надписано за всяко дете - места на масите за хранене и обучение, легло, гардероб, като запознава децата и родителите с тях; Запознава детето с обстановката и обяснява предназначението на отделните помещения, материали, пособия;
- Провежда организацията на учебния ден, като се съобразява с желанията на децата, потребностите им и осигурява разнообразие на дейности – образователни, възпитателни, почивка, игри и други основни и допълнителни форми на педагогическо взаимодействие;
- Подкрепя и подпомага всяко дете, когато изпитва затруднения или несигурност;
- За по-бърза адаптация на децата, при необходимост се допуска родител в групата за отделни моменти – на прием, закуска, обяд, приспиване на детето;
- Не се допускат травми и наранявания, както от предмети, така и чрез агресивно поведение: хапане, удряне, блъскане, щипане и други физически форми на агресия между децата;
- Подържа се спокойна и приятна атмосфера за децата от персонала, без напрежение;
- Използва се цялата налична материално-техническа база - аудио-визуална техника, играчки, учебни и познавателни книжки за интересно, забавно и развиващо пребиваване на детето в детската градина;
- Не се допуска грубост, тревоги, наказания, безразличие и безучастие при проблеми на децата;
- Децата не се оставят без надзор;

- На родителите се дава своевременно и ежедневно информация и консултиране за адаптирането, постиженията и поведението на детето;
- Персоналът няма роля на майка, на баба. Те са служебни лица изпълняващи трудови задължения по длъжностна характеристика; спазват професионална етика и отговорности произтичащи от длъжностите и съобразно със закона.

МОДЕЛЪТ ЗА РАБОТА СЪС СЕМЕЙСТВАТА И ДЕЦАТА В ПЕРИОДА НА АДАПТАЦИЯ ОТ СЕМЕЙНАТА СРЕДА КЪМ ДЕТСКАТА ГРАДИНА „ДЕЛФИНЧЕ“ Е НАСОЧЕН КЪМ ДЕЦАТА, РОДИТЕЛИТЕ, УЧИТЕЛИТЕ :

Обръщение към родителите: ***Ние не знаем какви са вашите спомени от вашата детска градина, но знаем, че бихте искали детето Ви да запази възможно най-топлите и прекрасни преживявания от различните етапи, през които минава. И ако до вчера е било в обятията Ви, то днес е време да тръгне по неминуемата житейска стълбичка. В повечето случаи нейното първо стъпало се нарича... Детска градина „Делфинче“.***

Много важно е при откъсването от близките да се уточни кой период се изживява най-трудно, за което учителите съветват родителите: кога детето започва да се справя по-лесно със смяната на домашната среда, с преминаването към непознато обкръжение и с новите правила на поведение.

За да бъде подготвено детето за постъпване в детската градина сме начертали следните стъпки за работа със семейството :

- Организационни срещи с родителите.
- Индивидуална среща с всеки родител при нужда и Обща родителска среща.
- Запознаване и обсъждане на важни за родителите въпроси.
- Запознаване на родителите с организация на престоя на децата в детската градина.
- Попълване на информационна карта от родителите, свързана с първоначална информация за детето относно неговите умения, предпочитания, здраве и други особености.
- Провеждане на съвместни мероприятия с родителите:
  - Организирана среща за намиране баланс в родителството: ***Подгответе бъдеще за децата си, но и децата за бъдещето***- работа с родителска общественост „Нагласата: Новата психология на успеха“- разумни правила и очаквания
- ***Приобщаване на родителите – „Път със сърце“*** среща с психолог и психотерапевт – ***психотелесна терапия*** - Понякога в живота на човек настъпва момент, в който той не може се справя сам и има нужда от помощта, напътствията и подкрепата на специалист – психолог или психотерапевт. Психотелесната психотерапия работи ефективно с широк спектър от проблематики като депресии, натрапливи мисли, тревожност, фобии, раздразнителност, потиснатост, панически атаки, проблеми във взаимоотношенията в партньорската връзка и в семейството и с хората извън него, конфликти и затруднена комуникация. Тези проблеми могат да настъпят при родителите именно когато малкото им дете тръгва на детска ясла или градина, ако не е посещавало ясла.
- Организиране и споделяне на теми с родители на детска ясла и 1 група от учители и мед. сестри: ***„Да възпитаваме самостоятелност! Нужни са само 4 стъпки“ и „Адаптацията – мръсна дума ли е?“***

- ***Как да окажем първа помощ*** - основни правила при оказване на първа помощ при инциденти. Прилагане на система за здравно възпитание – оказване на първа помощ – ***среща на учители и родители с лекар от Български червен кръст.***

Моделът за работа със семейството и децата в периода на адаптация в ДГ "Делфинче" включва следните етапи:

1етап - преди постъпване:

- Предоставяне на възможност за посещения на родителите и преди приема в детска ясла/детска градина, с цел запознаване с дневната организация, правилата, средата в групата, медицинските и педагогически специалисти.
- Организиране и провеждане на индивидуални срещи на медицинските и педагогически специалисти с родителите за запознаване с конкретните особености на децата и благоприятната им адаптация към детската градина.

2 етап - след постъпване:

- Посрещането на детето от медицинска сестра и/или учителя като го предразполага и създава у него усещане за сигурност и спокойствие; представя го на останалите деца.
  - ✓ Запознаване на детето с обстановката, предназначението на отделните помещения, материали, пособия и др.
  - ✓ ***Предоставяне на възможност за престой на родителя с детето в групата, чиято продължителност се определя от нивото на адаптацията на детето.***
  - ✓ Организиране на позитивна образователна среда, съобразена с възрастовите особености, интереси и потребности на децата и осигуряване на разнообразие на дейности, насърчаване и подпомагане на всяко дете при затруднения или несигурност.
  - ✓ Поощряване и подкрепа проявите на децата за самостоятелност при хранене, обличане и самообслужване; свобода в избора за включване в образователния процес и други дейности в детската градина.
  - ✓ Ежедневно предоставяне на информация на родителите за общуването и емоционалното състояние на детето в групата с цел синхронизиране процеса на адаптация; провеждане на индивидуални консултации с родителите, онлайн общуване;
- Приобщаване на родителите към дейността на групата и детската градина възможност за участие в образователния процес, в организиране и реализиране на празници, инициативи, участие в Обществения съвет , срещи с определени теми в помощ на родителите, описани по – горе.

Приемаме , че детето се е адаптирало тогава когато:

- идва с желание сутрин, не желае да си тръгва вечер;
- чувства се щастливо през престоя в ДГ "Делфинче";
- вечер разказва с положителна емоция за преживяното днес.