Детска градина №124 „Бърборино“
гр. София, район Красно село, ул. Захари Круша №20

Утвърден със Заповед № 281-248/05.05.2026 г. и
Протокол на Педагогически съвет № 3 с вх. № 137./04.05.2026 г.

ПЛАН

за адаптация на първа група в

ДГ №124 „Бърборино“за учебната 2026/2027 година

Цялостният процес на адаптация на децата към детското заведение, следва да бъде съпътстван от редица специализирани и индивидуално-диференцирани, като подход дейности на екипите от учители от първите групи и подкрепящите специалисти, които да благоприятстват неговото протичане, като:

1. Изграждане на професионален екип от специалисти – медицински специалисти, психолог, учители по групи. Екипна работа. Вземане под внимание особеностите на всяко отделно дете, консултация с родители, консултации с педагогическия екип.

2. Непосредствено съдействие на родителите в периода на адаптация. Работа върху уеднаквяване на режима в детската градина и у дома.

3. Подкрепа на детето по отношение на навиците му през първоначалният етап на адаптация.

4. През първият месец ежедневен мониторинг по отношение на здравето и психо-емоционалното състояние на детето от медицинските сестри, психолог, учители в първа възрастова група.

5. Изготвяне и запознаване с информация до родителите, свързана с адаптирането на децата.

Дейностите на екипите в детската градина в периода на адаптация, следва да бъдат насочени към изграждане на доверителни отношения с детето и неговите родители. Предпоставка за изграждането на началото на тези отношения е включването на детето в условията и режима на групата – утрина гимнастика, хранене, организирани игри и занимания, вътрешни дейности, поетапно в зависимост от емоционалното състояние на всяко дете.

1.1. Влизането на детето в детската градина е преход към нов етап от живота както на детето, така и на родителите. В основата на висококачествената предучилищна грижа стои връзката, която обгрижващите педагогически

специалисти ще изградят с детето и семейството му като цяло. Доверителните отношения са основният компонент, върху който започва изграждането на цялостното благоприятно развитие на детето. Приемането на детето и подкрепата за успешна адаптация в детската градина започва още **след входящите класирания. В „ДГ№124 Бърборино“, като добра дългогодишна практика при записването, родителите са поканени, заедно с детето, на една обща среща, на която присъстват – двамата родители, заедно с детето, учителите на групата, психолога, логопеда , ресурсен учител и директора.** Тази среща дава пространство на възрастните, ангажирани с грижата за детето, да обсъдят всичко, което ги вълнува около развитието на детето, неговите умения за адаптация към новостите, навиците, предпочитанията и способностите за самостоятелно **Психологът (водещ срещата) подкрепя родителите да подготвят детето за постъпването в детска градина, като облекът в думи онова, което му предстои да преживее. Думите, с които неговите родители могат да облекат тази новост, ще му помогнат да я мисли, без да я превръща в извор на тревожност. Говоренето за това какво го очаква, съобразено с евентуалните му страхове, улеснява първите му стъпки.** За да подпомогне тези разговори, на първоначалната среща със семейството, екипът от специалисти:

- **предоставя визуално разписание на дневния режим в детското заведение и дейностите, които очакват детето там , с идея да го разглеждат у дома и детето да бъде подготвено какъв е деня в детското заведение, тъй-като непредвидимия сюжет би генерирал тревожност.**
- **родителите получават флаер с обща информация, разработена от екипа за групата и детското заведение, режим и полезни съвети .**
- **на опознавателните срещи се обсъждат основни умения, които биха помогнали на детето да се справя по-лесно с новите изисквания и правила, с които ще трябва да се съобразява.**

Екипът стимулира родителите да разкажат на детето си какви са техните спомени от детската градина, дали за тях престоят там е бил приятно или не чак толкова приятно прекарване; и за смисъла на това да се ходи на градина. По този начин провокираме едно

освобождаване от представата за детската градина като вълшебно и приказно място, свързано само с позитивни емоции. Така до голяма степен спестяваме на детето и тревожността, породена от разочарованието между идеалистичния образ, който са му създали възрастните, и реалността, с която се сблъсква на новото място.

За нас е важно да предоставим на детето (и родителите) възможност за посещение на детското заведение преди първия учебен ден.

- Организираме срещи за игра или тематични работилници с всички деца от бъдещата първа група, заедно с техните родители. За детето да посети градината си, както и да се срещне с бъдещата си учителка и другите деца от групата, е възможност да си представи живота, който ще води, спестява му прекаленото фантазиране и най-вече дава една по-ясна представа за мястото, за което то все повече слуша да се говори.
- Тази година организираме и групово посещение на планина – всички деца с родителите си и учителите на първите групи.

Адаптация към условията на детската градина, изисква единодействие на екипите в групата най-вече по отношение на:

1. Създаване на безопасна здрава среда
2. Създаване на защитена среда
3. Осъществяване на ефективно взаимодействие между възрастен и дете, дете-дете, детска градина-семейство, детска група-семейство
4. Изграждане на умения за самостоятелност на децата, което ще доведе до тяхната автономност и увереност
5. Осигуряване на ефективна професионална грижа за децата

1.2.За да се адаптира детето по-бързо и по-ефективно към условията и режима в детската група е необходима предварителна подготовка в семейството:

1. Режимът на детето следва да бъде уеднаквен с този в детското заведение. Да изгради навици да се храни и спи в определено време (**За целта подаряваме , както споменахме по-горе визуални разписания на деня в ДГ на всяко дете**). Различният режим ще доведе до несигурност, по-лесна уморяемост, изнервеност, тревожност и плач, което ще удължи и затрудни периода на приспособяване.

2. Подкрепяне към самостоятелност. Деца, които не са изградили умения да бъдат самостоятелни се приспособяват по-трудно. Изграждане на игрови умения, и умения за споделяне на играчките си. Участие в прибирането им.

1.3. Стимулиране на навици и желания за самообслужване. Постоянство в тази посока и от родителите и от персонала на детската градина. Екипната работа между двете страни е определяща.

3. Важно условие за приспособяването е родителите да приучат децата си да заспиват , без уговорки и залъгалки.

4. Изграждане на умения за самостоятелно хранене. Използване на прибори за хранене. Когато детето изпитва трудност, да бъде оставяно да се опитва.

5. Разглеждане на книжки. Четене на приказки (изграждане на умения децата да слушат, да концентрират вниманието си – важна стъпка за подготовката на детето за училище). Четенето на детски книжки е важен фактор за развитието на детето. Приказките акцентират силата на емоциите, развиват въображението и тренират паметта, изграждат възприятия и представи, формират вниманието ; обогатява се техният речник (пасивен и активен), желанието за научаване на нови неща и любопитството им. Тъй като приказките развиват въображението на децата, следва да бъдат внимателно подбрани.

6. Игри. Музикално-подвижни игри помагат да се намали тревожността у детето в процеса на адаптация. Създаване на положителни емоции и разтоварване на централната нервна система. Чрез тези игри започва първото взаимодействие на детето с връстниците, първите запознанства и приятелства. Музикално-подвижните игри се използват ежедневно от учителите. Те грабват вниманието на децата, намаляват стреса, тревожността.

7. Друг съществен момент е психологическата подготовка на детето както изграждане на вътрешна нагласа на детската психика, която прави желано отиването в детската градина. Тази нагласа се създава, чрез целенасочени въздействия от страна на родителите.

Често децата се бунтуват срещу правилата в детската група и най-вече, ако вкъщи липсват създадени такива. За да се подпомогне детето при адаптирането в детската градина, **следва да се създадат такива и у дома**.

Затрудненото приспособяване на децата в първа група се дължи на тяхната по-слаба самостоятелност, автономност, по-беден личен опит и силната емоционално-социална връзка с родителите /предимно с майката/. Трудностите при самообслужването и нивото на самостоятелност, социалните умения, липсата на правила и психологическа подготовка, оказват съществено влияние при приспособяването на детето. Както и в липсата на изградена предварителна реална представа относно функционирането в детското заведение.

1.4. При постъпване в детската градина, родителите трябва да се информират за това как преминава денят на детето, какъв е режима там, какви песни, игри се играят, какви приказки им се четат.

Родителите следва да уведомят персонала на детското заведение какви навици има детето, специфични особености на поведението – част от разговора на първата опознавателна среща.

Информираността на работещите в детското заведение и родителите ще помогне за по-плавното и лесно приспособяване на детето.

Значимо е работещите в детското заведение и родителите да си взаимодействат активно в този процес на адаптация. Това взаимодействие може да бъде ефективно само, ако е изградено на основата на взаимно доверие и активно сътрудничество.

Изготвил: Т. Димитрова-Директор и Екип на ДГ № 124“Бърборино“

План за адаптация в ДГ:

1.Индивидуална опознавателна среща-игра“ Моят приказен замък“

Дългогодишна практика на ДГ№124 ”Бърборино”: при записването, родителите са поканени, заедно с детето, на една обща среща, на която присъстват – двамата родители, заедно с детето, екипа на групата, психолога, логопеда и директора. Тази среща дава пространство на възрастните, ангажирани с грижата за детето, да обсъдят всичко, което ги вълнува около развитието му, неговите умения за адаптация към новостите, навиците, предпочитанията и способностите за самостоятелно функциониране.

Прави се снимка за спомен от тази първа среща на всяко дете заедно с родителите му и учителите от групата.

2.Да направим нещо заедно- в рамките на един час/ от 9:00 до 10:00 часа/ родители , деца и екип работят заедно - „Да играем на театър“, „ Рисуваме приказка“, „Спортни игри“, „В света на архитекта“.

3. Обща родителска среща- след „Да направим нещо заедно“ от 10:30ч. в съответната група.

4. Опознавателен лагер-еднодневна екскурзия- родители, деца, екип/ при желание и възможност на родителите/, полудневно или еднодневно приключение до близка дестинация/парк Витоша, село Чавдар и др./