ДЕТСКА ГРАДИНА № 7 „ДЕТЕЛИНА”, СО РАЙОН „ТРИАДИЦА”
гр. София 1404, ул. „Деян Белишки” № 44; тел. 02/8589108; 02/8694411;
e-mail: odz.detelina@gmail.com; www.dg7detelina.com

УТВЪРЖДАВАМ: П
ДИРЕКТОР НА ДГ № 7 „ДЕТЕЛИНА“
ГИНКА ЗЛАТАНОВА
Със Заповед № 1035-2 /16.09.2026 г.
В сила от 17.09.2026 г.

СЪГЛАСУВАЛ: П
ПРЕДСЕДАТЕЛ НА ОБЩЕСТВЕН СЪВЕТ
БОРЯНА ГЕОРГИЕВА

МОДЕЛ ЗА АДАПТАЦИЯ

НА ДЕЦАТА ПРИ ПЪРВОНАЧАЛНОТО ИМ ПОСТЪПВАНЕ

В ДЕТСКАТА ЯСЛА/ГРАДИНА КЪМ ДГ № 7 „ДЕТЕЛИНА”

„Може да не можем да подготвим бъдещето

за децата си, но можем да подготвим децата за бъдещето.“

Франклин Рузвелт

Общо основание

Моделът за адаптация е неразделна част от Правилника за дейността на детската градина и нормативно уреден в:

- Наредба № 26 от 18.11.2008 г. за устройството и дейността на детските ясли и детските кухни и здравните изисквания към тях - чл. 10, ал. 2, т. 5, чл. 11, ал. 2, т. 4 (изм. и доп., бр. 90 от 2020 г.) ;
- Наредба № 5 от 03.06.2022 г. за предучилищно образование – чл. 39, ал. 2, 3.

Адаптацията е деликатен процес, който трудно може да бъде еднозначно определен като време и начин на протичане, тъй като е индивидуален за всяко дете. Основните фактори, които е необходимо да се отчитат са възрастта, личния опит на детето и подготовката в семейството. Успехът на процеса е фундаментален за реализирането на целите на предучилищното образование, включително за доброто психо-емоционално здраве на децата и за когнитивното им развитие. За децата е голямо предизвикателство тази промяна от семейната към институционалната среда. Едни приемат с радост, бързо се приспособяват и с нетърпение посещават ясла/градина. За други е нещо страшно, изпълнено с неизвестности. Периодът на адаптация поставя и пред родителите редица въпроси. Именно поради това целта на този модел да подпомогне взаимодействието между родителите и специалистите, така че да са налице нужното спокойствие и гъвкавост.

Директорът и екипа на ДГ № 7 „Детелина“, гр. София са сензитивни към нуждите и подхождат с внимание и грижа, следвайки темпото на всяко дете.

ЕТАПИ НА ПРОЦЕСА ПО АДАПТАЦИЯ

1. Подготовка на детето преди постъпването му в детската ясла/градина

- Утвърждаване на увереността на детето – подкрепа на самостоятелни дейности (хранене, съблича/обличане, обуване/събуване, събиране на играчки, контрол на тазово-резервоарни функции. Неувереността в себе си поставя детето в зависима от възрастен позиция, която от своя страна ще води до повишена тревожност при раздяла.
- Валидизиране на емоциите. Често децата изпитвах страх, който е провокиран най-вече от неизвестността какво се случва в детската ясла/градина, дали родителите пак ще се появят след като сутринта са го оставили и др. Признаването на страха и предложено успокоение би създало усещане за спокойствие. Децата имат вроден страх от непознати като механизъм за оцеляване. Поставено в напълно непозната среда и непознати хора то трудно задоволява базовата си потребност от сигурност. Затова е важно да се назовава по подходящ и достъпен начин емоцията, когато например детето плаче при раздяла („Разбирам, че се страхуваш и мен понякога ме е страх, но аз ще се върна, когато приключа.“). По този начин се изграждат и „вътрешните работни модели“, които са своеобразна рамка улесняваща възприемането на света и на другите.
- Създаване на позитивна нагласа за детската ясла/градина – да се обясни какво точно представлява това място, че ще научи много нови неща, ще намери нови приятели, ще играе. Може да се разгледа сайта на детската градина, след което да се покаже и самата сграда, да се направи разходка из двора. Подходящо е да се „построи“ с конструктор или кубчета, да се нарисува.

➢ Информирането за дневния режим в детската градина/ясла дава възможност родителите да опитат да го прилагат, дори и частично, в периода преди започване. По този начин детето няма да бъде поставено в напълно непознат начин на съществуване.

➢ Развиване на модели на взаимодействие в семейството, за които в последствие напомня груповият процес в детската ясла/градина по отношение на:

А) Хранене

- Хранене заедно цялото семейство по едно и също време;
- Поощряване на самостоятелното хранене;
- Пиене на вода от чаша;
- Стоене на стол по време на хранене, без да се включват дигитални устройства или телевизор, както и да не се храни детето из цялото домашно пространство;
- Включване на детето в подготовката за хранене – подреждане на масата, готвене заедно, за по-малките да се назовават действията и детето да е в позиция, от която да може да вижда това, за което му се говори;
- Поощрения – десертът да се дава при изядена храна;
- Миенето на ръце преди хранене като ритуал.

Б) Сън

- Насърчаване на спане в самостоятелно легло или стая;
- Разясняване важността на следобедния сън или на взимането на почивка за определено време. Възможен подход - за 20 мин. всеки да си е в леглото, да се пази тишина. Заспиването да се свърже с ритуал – четене на приказка, гушкане, кратък разговор като всяка вечер се редуват родителите.

В) Задължения

- включване в домашни дейности;
- определяне на задължения за всеки член на семейството;
- ясно регламентиране на индивидуалните задължения на детето;
- разясняване на отговорността за извършване или не на задълженията.

2. Първите дни

➢ По възможност сутрин да има достатъчно време от събуждането до тръгването, за да не се усеща детето припряно и да има неприятна нагласа за деня като цяло.

➢ Раздялата сутрин да бъде кратка, специалистите в групата също подпомагат това.

➢ Спокойствието на родителя дава такова и на детето.

➢ Да не се обещава каквото и да било и да не се изпълни.

➢ Отново може да се измисли ритуал между детето и родителя (даване на прегръдка/целувка, махване с ръка, таен поздрав, пеене на песен). Препоръчително е по възможност родителите да се редуват при водене/взимане.

➢ Първите седмици е препоръчително детето да остава по-кратко време, за да опознае обстановката, новите хора, новия режим като времето постепенно се увеличава до оставане и за следобеден сън.

➢ В ситуации на повишена тревожност може да носи своя любима играчка или кърпа/пелена, с която да се успокои.

3. Приспособяване

Раздялата сутрин е все по-плавна и с по-малко емоционални реакции. Детето бързо се успокоява и влиза в интеракции с другите деца. Включва се по-активно в дневните занимания, свикнало е до голяма степен с дневния режим, остава по-често и за следобеден сън.

4. Финализиране на периода за адаптация

Адаптацията е приключила след като се установи, че детето е приело и изградило доверие към служителите, децата и средата. Разделя се спокойно с родителя, изцяло е приело дневния режим, участва с желание в образователни ситуации и игри.

Възможни реакции като емоционален отговор на детето към ситуацията:

Силен плач, тревожност, агресивно поведение, протести, отчаяние, вкопчване в родителя, който го води, търсене на повече внимание, изискване на повече награди и подаръци, соматични оплаквания с неясен характер или повтарящи се неразположения (болки в корем, глава, гърло).

При проявлението им не укоряваме детето, опитваме да проведем разговор, в който насърчаваме изрази с думи как се чувства, използваме ласкави думи и спокоен тон. Може да се включат поощрения, прегръдки, игри.

Включване на родителя на новоприетото дете в яслата/групата.

Включване на родителя на новоприетото дете в яслата/групата е почасово, след:

- разговор с родителя, относно адаптацията на детето;
- насочване на родителя от психолога за включването му в процеса на адаптация на неговото дете;
- изготвяне на адаптационна праграма, която родителят трябва да следва след включване в групата.

Адаптационния модел включва участие на родителя в: обслужване на детето и други деца, участие в общото хранене хранене, участие в подвижни игри,разходка в дворното пространство, съвместна дейност с учител, пом.възпитател, мед. сестра, при спазване правилата в групата и др.

Дейности на педагогически и непедагогически специалисти:

- Посрещане с позитивно настроение;
- Подпомагане опознаването на средата, децата и възрастните;
- Организиране на лична среда за детето – гардеробче, легло, столче;
- Съобразяване и организиране на средата по подходящ начин за обучение и игра;
- Насърчаване и поощряване на детето във всички дейности;
- Разнообразно организиране и провеждане на педагогическото взаимодействие с цел провокиране и поддържане на интерес и любопитство;
- Постоянен надзор и грижа за опазване здравето и живота;
- Поддържане на постоянна обратна връзка с родителите.

Документи необходими за включване на родителя в групата:

- Предварително планиране на посещенията в ДГ № 7 „Детелина “;
- Спазване на Правилника за дейността на ДГ № 7 „Детелина“;
- Спазване на пропускателен режим в ДГ № 7 „Детелина“;
- Изискване на здравна книжка;
- Запознаване и деклариране на запознат с Етичния кодекс на ДГ № 7 „Детелина “.

Използвани източници:

Андонова, Д. (2018). *Ефективна организация на процеса на адаптация от семейна към институционализирана образователн асреда – ключ към успешната социализация на детето.* Педагогика, 2018, т. 90, кн. 7

Долто, Фр. (2009), *Основни етапи на детството*, изд. Колибри

Зидарова, Цв, (2019), Ада*птацията в детската градина*, изд. Сиела

Densmore A., D. Ed. (2013), 12 ways to help a child make the transition to kindergarten

Pietromonaco, P. R., L. F. Barrett (1997). Working models of attachment and daily social interactions. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 73, No 6,

Winnicott D. (1965). The Maturational Processes and the Facilitating Environment. London: Hogarth Press

Моделът за адаптация на децата при първоначалното им постъпване в детската ясла/градина към ДГ № 7 е обсъден и приет на заседание на Педагогическия съвет с Протокол №1/16.09.2026 г.