

Утвърдил:

Директор:

(Мария Джурова)

Заповед №169/ 22.05.2026



---

**МОДЕЛ ЗА ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ И  
РАБОТА СЪС СЕМЕЙСТВОТА И  
ДЕЦАТА В ПЕРИОДА НА  
АДАПТАЦИЯ ОТ СЕМЕЙНА СРЕДА  
КЪМ ДЕТСКА ГРАДИНА**

---

Настоящият модел е разработен на основание чл. 39, ал. 2 от Наредба № 5 от 03.06.2016 г. за предучилищното образование и е част от ПРАВИЛНИКЪТ ЗА ДЕЙНОСТТА НА ДГ 165 „ЛАТИНКА“. Той регламентира организирания и плавен преход на детето от семейна среда към условията на детската градина, като поставя акцент върху партньорството между образователната институция и семейството.

## I. СТРАТЕГИЧЕСКА ЧАСТ

### ЦЕЛ И ЗАДАЧИ

Целта на модела е разработване и прилагане на цялостна система за адаптация на децата от първа възрастова група (3-годишни) в условията на детската градина. Моделът включва планирани съвместни действия за ефективно сътрудничество между учители и родители с цел осигуряване на плавен преход, гарантиращ пълноценно физическо, емоционално и психическо благополучие на детето.

### Оперативни задачи

1. Изграждане на трайни партньорски взаимоотношения между педагогическия екип и родителите още от момента на приемането и записването на детето, с цел създаване на подкрепяща родителска общност.
2. Създаване на сигурна, приемна, естетична и безопасна среда в групата, която стимулира развитието на двигателните, речевите, социалните и игровите умения на децата.

### Етапи на организационно взаимодействие.

За да бъде подготвено семейството за предстоящата промяна, детската градина организира следния последователен алгоритъм от стъпки:

- Провеждане на предварителни индивидуални организационни срещи с родителите при записване.
- Свикване на обща родителска среща преди старта на учебната година за запознаване с екипа.
- Обсъждане на специфични, важни за родителите въпроси и индивидуални особености на децата.
- Запознаване на семейната общност с държавните образователни стандарти и организацията на престоя.
- Попълване на входяща анкета от родителите за споделяне на първоначална информация относно навиците, уменията, дефицитите и предпочитанията на детето.

## II. ПРАКТИЧЕСКИ НАРЪЧНИК ЗА РОДИТЕЛИ: НАСОКИ ЗА УСПЕШНА АДАПТАЦИЯ

Постъпването в детската градина е сериозна житейска стъпка. В началото е напълно естествено повечето деца да изпитват тревожност от раздялата, която изразяват чрез плач сутрин, вкопчване в родителите или временни психосоматични неразположения (намален апетит, капризи). Това са нормални реакции, които отминават бързо, когато възрастните демонстрират спокойствие и увереност.

#### Златни правила за сутрешната раздяла

- Кратък и ясен ритуал: Раздялата пред вратата на групата трябва да бъде бърза. Дългото сбогуване засилва тревожността на детето. Изградете си ритуал – прегръдка, целувка, „До скоро!“ и махане с ръка. Кажете ли веднъж „Тръгвам“, непременно го направете.
- Положителна нагласа при вземане: Когато вземате детето вечер, бъдете усмихнати и положително настроени. Детето трябва да усеща вашата безрезервна обич, а не съжаление.
- Времева ориентация: Тъй като 3-годишните деца нямат реална представа за часове и минути, обяснете времето на връщането си чрез събития от дневния режим: „Ще дойда да те взема веднага след като изядеш следобедната закуска и се събудиш от сън.“ Винаги спазвайте обещанието си!

#### Специалната роля на таткото

Съвременните психологически изследвания показват, че бащите често излъчват по-голямо хладнокръвие и стабилност по време на сутрешната раздяла, което се предава директно на детето. Ако е възможно, препоръчваме през първите седмици детето да бъде водено сутрин от таткото. Бащината подкрепа вдъхва кураж и увереност на малкото дете пред новото предизвикателство. Скъпи татковци, включвайте се активно в живота на групата, споделяйте празниците и помагайте за изграждането на общността – вашето присъствие прави детето гордо и сигурно.

#### Синхрон в домашната среда и режима

За да намалите стреса, започнете да уеднаквявате правилата у дома с тези в детската градина поне няколко седмици преди постъпването:

- Дневен режим: Лягане, събуждане и задължителен следобеден сън в часовете, в които това се случва в градината.
- Култура на хранене: Хранене на масата заедно със семейството, а не пред телевизор или таблет. Насърчавайте детето да се храни самостоятелно с лъжица.
- Прибиране на играчките: Изградете навик всяко нещо да се връща на мястото му след игра. Личният пример на възрастните е определящ.
- Равномерен график: Поддържайте ритъма от понеделник до петък. Избягвайте да оставяте детето вкъщи в средата на седмицата само защото е плакало – това нарушава процеса на адаптация и го учи, че може да ви манипулира.

### III. ОРГАНИЗАЦИЯ НА ХРАНЕНЕТО, ХИГИЕНАТА И ЛИЧНИЯ БАГАЖ

## Здравословно хранене

Менюто в детската градина се изготвя по строги наредби за здравословно хранене и се обявява ежеседмично на родителското табло. Ако детето има изразени хранителни алергии, е задължително да уведомите медицинската сестра и учителите с медицински документ. Поради тази причина в детската градина е строго забранено внасянето на външни почерпки. Ако детето отказва определени храни, персоналът няма да го насилва. Съветваме ви след вземане от градина да не предлагате на дете нездравословни храни (чипс, вафли, солети), а да ги замените с плод или ядки, за да запазите апетита му за пълноценна вечеря у дома.

## Хигиенни навици и самообслужване

Основно изискване при постъпване в първа група е децата да са без памперс през деня и да могат да съобщават за физиологичните си нужди. Ако процесът все още не е завършен напълно, обсъдете го спокойно с персонала – ученето е съвместен процес. Учителите и помощник-възпитателите имат за цел да подкрепят и учат децата на самостоятелност, а не изцяло да ги обслужват. Бъдете търпеливи, ако вечер детето е с обути наопаки чорапи или криво закопчана блуза – похвалете го за старанието!

## Какво трябва да съдържа детската раница?

- Удобни пантофи (за предпочитане с велкро лепенки, без връзки).
- Пижама, съобразена със сезона.
- Поне два пълни, комплекта резервни дрехи (бельо, чорапи, тениски, панталони), които е хубаво да бъдат надписани с името на детето . Избягвайте сложни копчета и гащеризони.
- Ролка с пликчета за мръсни дрешки
- Елемент на сигурност: Попитайте учителите за правилата за внасяне на лични вещи. Една любима домашна играчка (плюшено мече или количка) може да послужи като емоционален мост с дома и да помогне на детето да се успокои в критичен момент.

## IV. ЕМОЦИОНАЛНО РАЗТОВАРВАНЕ У ДОМА И ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ПОДХОДИ

Новите впечатления натоварват нервната система на 3-годишното дете. Вечер у дома му осигурете уют и спокойствие, като избягвате шумните места и прекалено бурните игри преди лягане, тъй като те могат да доведат до превъзбуда и нощни кошмари. За да разберете как е минал денят, използвайте индиректни методи за споделяне:

- Терапевтична приказка: Разказвайте всяка вечер на продължения история за момченце или момиченце (или любимо животинче), което е тръгнало на детска градина. През неговите преживявания обсъждайте ситуациите от деня и показвайте как се решават проблемите.

- Индиректни въпроси: Вместо сухия въпрос „Хареса ли ти днес?“, попитайте през играчката: „Какво прави днес в градината твоето зайче? С кого си игра, какво обядва?“ Внимателно изслушвайте отговорите.
- Арт-терапия у дома: Рисуването, работата с пластилин, глина или водни боички са перфектен начин за психическо разтоварване. Чрез тях децата изливат натрупаните инстинктивни емоции, които иначе се превръщат в неочаквани и неразбираеми сълзи.

## V. ПАРТНЬОРСТВОТО МЕЖДУ РОДИТЕЛИ И ПЕДАГОЗИ

Учителите са хората, в чието лице детето търси сигурността на майката. Обяснете му, че когато вие отсъствате, госпожата е тази, която ще го изслуша, ще му помогне и ще го защити. Изграждането на доверие изисква време и преминава през различни фази:

- Когато детето не хареса учител в началото: Не изпадайте в паника. Не коментирайте негативно учителите в присъствието на детето. Запазете спокойствие и поговорете насаме с педагога, за да изясните ситуацията.
- Индивидуални темпове: Всяко дете се развива и възприема с различна скорост. Не го сравнявайте с другите деца в групата, които вече знаят повече песнички или стихотворения. Проявете интерес към учебния материал и репетирайте у дома под формата на игра.
- Споделена отговорност: Детската градина е ценен помощник, но първостепенната отговорност за възпитанието, изграждането на ценности и навици остава на семейството. Личният пример на общуване у дома формира модела на поведение на детето в колектива.

## VI. АЗ ВЕЧЕ ЗНАМ И МОГА: ОБРАЗОВАТЕЛНИ АКЦЕНТИ В ПЪРВА ГРУПА

В занималнята атмосферата е организирана така, че ученето се случва естествено чрез игра, споделяне и творчество. Ето фундаменталните правила и умения, които децата усвояват съгласно държавните образователни стандарти за първа предучилищна група:

### РАЗДЕЛ 1: Основни социални правила на групата

- Разделяй нещата и играчките с другите.
- Играй честно и не наранявай никого.
- Връщай нещата там, откъдето си ги взел.
- Почиствай и подреждай след себе си.
- Не вземай чужди вещи без разрешение.
- Използвай вълшебната дума „Моля“.
- Ако сгрешиш или нараниш някого – извини се.
- Спазвай времето за почивка и сън.
- Вярвай в чудеса и бъди добър приятел.

### РАЗДЕЛ 2: Ключови знания и умения в края на годината

- Самостоятелно обличане, събличане и хранене.
- Поддържане на фундаментални лични хигиенни норми.
- Езикови умения: учене на стихове, песни и разказване на моменти от приказки.
- Различаване на единствено и множествено число.
- Ориентация в денонощието (сутрин, обед, вечер, нощ).
- Математически представи: кръг, квадрат, триъгълник; групиране по цвят, вид и големина.
- Познания за околния свят: разпознаване на животни, растения, промени във времето (слънце, дъжд, сняг).
- Изпълнение на двигателни задачи и спортни инструкции.
- Развиване на умения за свободно разказване за себе си.

„Всяка адаптация изисква време, търпение и безрезервна обич. Нека си подадем ръце – семейство и институция, за да бъде първата крачка на детето смела, сигурна и изпълнена с красиви спомени!