



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

HARMONOGRAM ADAPTACJI

Żłobek nr 37
ul. Ożarowska 57
01-416 Warszawa



Standardy adaptacji przyjęte w Zespole Żłobków m.st. Warszawy

1. Placówka organizuje adaptację nowych dzieci tak, by móc poświęcić uwagę każdemu z nich.
2. Rodzice lub inne bliskie dorosłe osoby towarzyszą dziecku w czasie adaptacji.
3. W placówce prowadzi się różne działania ułatwiające dzieciom adaptację.
4. Kadra uważnie buduje relacje z dzieckiem, szanując jego potrzeby.
5. Kadra rozpoznaje moment zakończenia adaptacji dziecka i wie, kiedy dziecko jest gotowe do rozstania z rodzicem.
6. Kadra zaznajamia rodziców z przebiegiem procesu adaptacji i jego znaczeniem dla zdrowia i rozwoju dzieci.
7. W trakcie adaptacji kadra daje wsparcie rodzicom w sytuacjach dla nich trudnych.

**Standardy w obszarze Współpraca z rodzicami w okresie adaptacji zostały opracowane na podstawie: Jakość od początku. Standardy jakości opieki i wspierania rozwoju dzieci do lat 3. (2019) pod redakcją Moniki Rościszewska–Woźniak.*

Zachęcam do zapoznania się z plikiem dostępnym na stronie żłobka dot. harmonogramu adaptacji. Znajdą tam Państwo przydatne informacje przygotowane przez psychologa naszej placówki.



Ramowy plan dnia



7:00 – 8:20 przyjmowanie dzieci, zabawa swobodna, poranna toaleta

8:30 – 9:00 śniadanie – **podczas posiłku nie przyjmujemy dzieci.**

9:00 – 11:30 zabawa zorganizowana, przy sprzyjających warunkach zabawa na placu zabaw/zabawa w sali gimnastycznej

11:30 – 12:00 obiad (II danie)

12:00 – 14:00 drzemka

14:30 – 15:00 zupa oraz podwieczorek

15:00 – 17:00 zabawa swobodna, odbieranie dzieci



Organizacja adaptacji wrzesień 2026

Grupa 1



Od 1 do 3 września 2026 dzieci przychodzą z rodzicem na cały czas zaplanowanego pobytu. Zachęcam do zabaw z dzieckiem, uczestniczenia w zajęciach przygotowanych przez opiekunki oraz do rozmowy z personelem na temat dziecka.

- tura pierwsza 8:00 – 10:00 czyli dzieci o nazwiskach na litery od **A - G**
- tura druga 10:30 – 12:30 czyli dzieci o nazwiskach na litery od **K – Z**

Kolejne dni adaptacji (zakładamy, że adaptacja trwa około 2 tygodnie) będą Państwo uzgadniać z opiekunkami w grupie, będzie możliwa zamiana godzin przyjścia na adaptację. Podczas kolejnych dni pobyt dziecka z rodzicem będzie skracany, do momentu kiedy dziecko będzie gotowe zostać samodzielnie w żłobku. Opiekunki na bieżąco będą reagować na potrzeby dzieci oraz rodziców, ustalając indywidualną ścieżkę adaptacji dziecka.

Dzieci, które dołączają do żłobka w trakcie roku szkolnego również realizują plan adaptacji, który jest ustalany z kierownikiem.



Organizacja adaptacji wrzesień 2026

Grupa 2 i 3



Od 1 do 3 września 2026 o godzinie 9:30 dzieci przychodzą z rodzicem na cały czas zaplanowanego pobytu. Zachęcam do zabaw z dzieckiem, uczestniczenia w zajęciach przygotowanych przez opiekunki oraz do rozmowy z personelem na temat dziecka.

Kolejne dni adaptacji (zakładamy, że adaptacja trwa około 2 tygodnie) będą Państwo uzgadniać z opiekunkami w grupie, będzie możliwa zmiana godzin przyjścia na adaptację. Podczas kolejnych dni pobyt dziecka z rodzicem będzie skracany, do momentu kiedy dziecko będzie gotowe zostać samodzielnie w żłobku. Opiekunki na bieżąco będą reagować na potrzeby dzieci oraz rodziców, ustalając indywidualną ścieżkę adaptacji dziecka.

Dzieci, które dołączają do żłobka w trakcie roku szkolnego również realizują plan adaptacji, który jest ustalany z kierownikiem.



Przykładowy plan zajęć adaptacyjnych

W naszym żłobku jest wesoło!

Nasze różne zajęcia - oprócz integracji - pozytywnie wpłyną na rozwój dziecka, będą wspomagać rozwój ruchowy, kreatywność oraz wrażliwość dziecka, pozwolą ćwiczyć pamięć, koncentrację i koordynację ruchową. Podczas przerw w zabawach odbywać się będą swobodne rozmowy między rodzicami a opiekunami w celu bliższego poznania się i wzbudzeniu zaufania, udzielane również będą odpowiedzi na pytania rodziców.

Cele:

- wprowadzenie miłej, przyjaznej atmosfery, pełnej radości i zaufania;
- pomoc dzieciom w przystosowaniu się do warunków panujących w żłobku;
- rozwijanie sprawności całego ciała poprzez zabawy ruchowe;
- rozwój dużej i małej motoryki;
- przybliżenie muzyki klasycznej, uwrażliwienie na nią;
- rodzice poznają otoczenie, w którym przebywają dzieci;
- przybliżenie rodzicom form pracy z dzieckiem;
- bliższe poznanie rodziców z opiekunkami w grupie;
- integracja rodziców między sobą;
- udzielenie dzieciom i rodzicom wsparcia i pomocy w różnych sytuacjach wychowawczo – dydaktycznych;
- budowanie zaufania między opiekunem a rodzicem.

Poniedziałek

1. Zaproszenie dzieci i rodziców do zapoznania się z wszystkimi pomieszczeniami grupy.
2. Zabawy z chustą animacyjną: zabawa jest prowadzona przy muzyce A. Vivaldiego.
3. Zorganizowane zabawy w kąciakach tematycznych.

Wtorek

1. Dzieci siedzą w kółeczku z rodzicami i opiekunkami, próbują turlać po podłodze piłkę i wypowiadają imię dziecka. Celem zabawy jest poznanie imion dzieci.
2. Zajęcia muzyczne: swobodny taniec ze wstążeczkami do muzyki relaksacyjnej i innych piosenek. Naśladowanie szumu morza oraz wiatru.
3. Praca plastyczna zbiorowa: „Morze, nasze morze” – wykonanie morza.

Środa

1. Zajęcia muzyczne: dzieci i rodzice przy odpowiednich piosenkach próbują naśladować opiekunkę: „Taniec połamaniec”, „Deszczyk pada”.
2. Wspólne oglądanie i czytanie wybranych książeczek.
3. Zabawa manualno-plastyczna: lepimy z masy solnej (ugniatanie, lepienie, wyciskanie).

Czwartek

1. Zajęcia integracyjno-muzyczne: granie na instrumentach w rytm piosenek marszowych np.: „Maszeruje orkiestra”, „Zebrał Jaś kapelę”, itp.
2. Zabawy w zorganizowanych kącikach (kącik baniek mydlanych, kącik konstrukcyjny).
3. Praca Plastyczna zbiorowa: kontynuujemy prace nad morskim krajobrazem (wykonanie plaży).

Piątek

1. Zabawa muzyczna: ustawianie pociągu i wycieczka nim przy dźwiękach piosenek „Jedzie pociąg z daleka”, „Pociąg krasnoludków”.
2. Zabawa ruchowa: dzieci wrzucają do odpowiedniego celu woreczki z kaszą.
3. Pierwsze próby zabaw z układankami.

Poniedziałek

1. Zajęcia integracyjno-muzyczne: dzieci bawią się przy jesiennych piosenkach takich jak: „Poszła Ola na spacer”, „Kap, kap, kap, deszczyk z nieba spadł...” i innych.
2. Zabawa ruchowe: *Grzybobranie*, dzieci zbierają grzybki do koszyczka przy piosenkach „*Grzybek tu, grzybek tam*”, „*Idzie jesień*”, itp.
3. Praca plastyczna: kolorowanie liścia kredkami.

Wtorek

1. Zapraszamy wszystkie dzieci – gimnastyka poprzez pokazywanie różnych części ciała przy piosence „Pokaż Grzesiu”.
2. Jak się ubieramy jesienią? – czarodziejski worek.
3. Praca plastyczna zbiorowa: wykonanie jesiennego krajobrazu (drzewa i liście).

Środa

1. Zabawa ruchowa: dzieci naśladują jazdę pojazdami - kręcą kierownicą przy piosenkach: „*Koła autobusu kręcą się*”, itp.
2. Zabawy gimnastyczne: dzieci chodzą po nierównym podłożu, przechodzą przez tunel, chodzą po dużych kółkach o różnym podłożu, itp.
3. Wykonanie masażyków przy piosenkach relaksacyjnych.

Czwartek

1. Poznajemy odgłosy leśnych zwierząt. Naśladujemy wygląd niektórych zwierząt przy piosenkach „Wiewióreczka”, itp.
2. Zabawy w zorganizowanych kącikach (malarski, czytelniczy, kulinarny).
3. Praca plastyczna zbiorowa: Kontynuujemy prace nad jesiennym krajobrazem (grzyby i jeże).

Piątek

1. Zajęcia manualne przy stolikach: dopasowanie elementów w prostych układankach.
2. Dyskoteka: łąpiemy bańki przy piosence „Bańkę łap” i innych.
3. Praca plastyczna: wyklejamy wiewiórkę.

Powyższy plan jest tylko propozycją zabaw i zajęć. Zastrzegamy sobie możliwość do modyfikowania, zmiany kolejności, wykonania dodatkowych lub niewykonania którejkolwiek z zabaw. Jest to zależne od **gotowości i możliwości dzieci**, od samopoczucia, emocji i chęci do wspólnego spędzania czasu. Mamy nadzieję, że będą one się wspaniale bawić a proces adaptacji przejdą łagodnie i radośnie. Bo na pierwszym miejscu stawiamy dobro dzieci.