

ADAPTAČNÍ PROGRAM

Vstup dítěte do mateřské školy je významnou událostí nejen v životě dítěte, ale i v soužití celé rodiny. Děti, které se do té doby pohybovaly převážně v kruhu rodinném, najednou poznávají jinou společnost, nové kamarády i dospělé a nové prostředí. Některé děti se s touto změnou vyrovnávají snadno a s jistotou, jiné potřebují delší čas na přivyknutí nové situaci. Naším velkým přáním je, aby se děti cítily ve školce spokojené a aby do ní chodily rády. Adaptační plán je doporučením, nikoli dogmatem.

Adaptační plán:

Je vhodné, aby malé děti nezůstávaly od počátku ve školce na odpolední odpočinek, aby všechny změny probíhaly postupně a plynule. Rodiče by si měli na prvních čtrnáct dní domluvit v zaměstnání možnost kdykoliv odejít nebo zástupce pro případ, že dítě nebude adaptaci zvládat *duševně nebo fyzicky (změna režimu dne, časné vstávání, náchylnost k chorobám atd.)*.

Navázání vzájemné dobré spolupráce mezi pedagogy MŠ a rodinou je základní podmínka pro kvalitní spolupráci. Během adaptačního období je vhodné, aby rodiče sdělili paním učitelkám potřebné informace o vývoji svého dítěte, jeho zdravotním stavu a dalších specifikách, jež považují za vhodné sdělit v zájmu úspěšné adaptace dítěte.

Konkretizace jednotlivých fází adaptace:

Počáteční fáze

Zákonný zástupce (dále ZZ) přijde s dítětem do MŠ (pokud možno vždy ve stejnou dobu)

- první den v MŠ za účasti ZZ – maximálně 1 hodina
- do konce týdne – docházka dítěte v rozsahu 2–3 hodin samo (ZZ se s dítětem rozloučí, MŠ opustí a zůstane na telefonu) nebo v přítomnosti ZZ (odchod z MŠ před obědem)

Reakce dětí jsou měřítkem pro pokračování nebo přerušení pokusu o odloučení. Odloučení trvá maximálně 2-3 hodiny. To platí i v případě, že dítě začne plakat, ale rychle a natrvalo se nechá utiшит učitelem.

Pokud dítě po odchodu ZZ působí rozrušeně, vystrašeně, sklíčeně nebo začne plakat a je k neutěšení, jsou ZZ ihned přivoláni.

Kratší doba adaptace

V případě, že dítě zvládne 2-3 hodinové odloučení od ZZ bez problému, je možné přistoupit k dopolednímu pobytu dítěte ve školce včetně oběda.

- druhý týden – dopolední docházka s odchodem po obědě samo (ZZ se s dítětem rozloučí, MŠ opustí a zůstane na telefonu) nebo za přítomnosti ZZ

K této fázi adaptace přistoupíme i například v případě, když dítě protestuje proti odchodu ZZ, avšak nechá se učitelkou rychle utěšit a v dobré náladě si hraje. ZZ je však dosažitelný pro případ, že by dítě výjimečně potřebovalo jeho podporu.

Delší doba adaptace

Tato nutnost nastává v případě, že dítě nezvládne 2-3 hodinové odloučení od ZZ a v průběhu těchto dvou hodin pláče, je vyděšené, stále se ptá po ZZ a nedá se ničím zaujmout a rozptýlit.

Teprve v případě, že dítě během 2-3 hodin odloučení nepláče a aspoň chvílkami si hraje či se o něco zajímá, je možné přistoupit k postupnému půlhodinovému prodlužování odloučení dítěte od ZZ, podle individuálních potřeb a schopností každého dítěte, až do zvládnutí společného oběda.

ZZ je však dosažitelný pro případ, že by dítě výjimečně potřebovalo jeho podporu.

Při dlouhodobém přetrvávání potíží s adaptací a po konzultaci s pediatrem je doporučen pedagogem odklad docházky do MŠ.

Stabilizační fáze

Během této fáze navštěvuje dítě MŠ samo pouze na dopolední pobyt včetně oběda. Tato fáze trvá tak dlouho, dokud dítě nezvládne dopolední pobyt bez pláče a stezku po ZZ.

Přechod na spaní

Tato fáze nastává tehdy, když dítě zvládne několik týdnů dopolední pobyt v MŠ bez pláče a akceptuje učitelku jako „bezpečnou základnu“, nechá se od ní uklidnit, hraje si a zapojuje se samostatně do činnosti s ostatními dětmi.

V takovém případě je možné přistoupit k prvnímu pokusu o přespání dítěte v MŠ. Kdy ZZ dítě na tento krok dopředu připraví.

ZZ je však dosažitelný pro případ, že by dítě výjimečně potřebovalo jeho podporu.

Nejprve dítě zkusí spát ve školce pouze jednou týdně, a to po dobu cca 2–3 týdny.

Pokud dítě při prvním pokusu o spaní pláče a je k neutišení, je potřeba s dalším pokusem spaní několik dnů vyčkat.

Závěrečná fáze

Pokud dítě zvládne bez problému spát jednou týdně, je možné zkusit spaní dvakrát týdně, a to po dobu cca 2–3 týdny.

Pokud bude i tento pokus úspěšný, může být pobyt se spaním postupně častější.

Adaptace je ukončena v případě, že se dítě cítí v MŠ bezpečně, nemá strach, je klidné, hraje si, zkouší nové činnosti a pokouší se navazovat kontakty s ostatními dětmi.

Doporučení pro poklidnou adaptaci dětí:

Navštěvujte s dítětem kolektiv dětí, a to také v případě, že má sourozence;

Dítě by se mělo postupně učit být samotné bez přítomnosti ZZ, je dobré navštěvovat například mateřská centra, kde děti samostatně vedou tety, které s dětmi vykonávají různé druhy aktivit, tou nejhorší cestou je prvotní odloučení teprve v mateřské škole;

- podporujte své dítě v samostatnosti (oblékání, hygiena a stolování)
- udělejte si každý den chvíli na společnou hru, povídání, prohlížení knihy
- čtete dětem každý den
- podporujte své dítě, za úspěchy, i ty malé, jej pochvalte
- motivujte své dítě
- vyvarujte se „strašení školkou“: „Počkej ve školce...“atd.
- realisticky vykreslujte školku, popisujte věci reálné a skutečné, předcházíte tak případnému zklamání dítěte

Jak dítěti pomoci?

Přibalte mu mazlíčka. Dovolte dítěti, aby si s sebou vzalo do školky svou oblíbenou hračku. Existence pevného bodu, známé osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí.

Používejte stejné rituály

Přivádějte své dítě do školky vždy ve stejný čas a vyzvedávejte je pokud možno ve stejnou hodinu. **Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete** – po obědě, po svačině – ne jen obecné jako brzy, za chvíli, po práci apod.

Rozlučte se krátce, loučení dlouze neprodlužujte

Někdy loučení představuje velmi silné emoce spíše pro maminku než pro dítě. Ujasněte si, jak se k pobytu svého dítěte ve školce stavíte vy. Pokud máte obavy z odloučení od dítěte a nejste skutečně přesvědčeni, že dítě do školky chcete dát, tak jej tam nedávejte. **Dítě velmi dobře vycítí váš strach.** Pak vnitřní úzkost velice těžce odbourává.

Bud'te citliví a trpěliví

Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo. Ujistěte dítě, že je do školky neodkládáte. Vysvětlete mu, že ho máte rádi a že nechodí do školky proto, že na něj nemáte čas, nebo že s ním nechcete být doma.

Komunikujte s paní učitelkou

Možná se dozvíte, že když ze školky po nervy drásající scéně odejdete, vaše plačící dítě se rázem uklidní a jde si spokojeně hrát. Dítě za zvládnutý pobyt ve školce pochvalte.

S dotazy se s důvěrou obraťte na paní učitelky, rády Vám pomohou.

Pravidla pro účastníky adaptačního programu:

Do MŠ mohou pouze děti zdravé.

Zákonný zástupce i dítě se přezují a dodržují hygienická pravidla.

Zákonný zástupce je po celou dobu návštěvy mateřské školy za dítě odpovědný.

Zákonný zástupcem nezasahuje paní učitelce do vzdělávacích ani výchovných aktivit.