



**Masarykova základní škola a mateřská škola Žalhostice,
okres Litoměřice, příspěvková organizace**

Žalhostice čp. 126, Žalhostice, PSČ 41101, IČO 72745096, datová schránka pxmkjb8

Adaptační plán nově nastupujících dětí “ABY SE DÍTĚ CÍTILO VE ŠKOLCE DOBŘE”

Cílem programu je zmírnění potíží dětí při zvykání na novou situaci, kterou vstup do MŠ pro dítě je. Adaptační program je uplatňován především v září, ale i s každým dalším nástupem nových dětí v průběhu školního roku. Doba adaptace je individuální, závislá na dohodě s učitelkou ve třídě.

Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku, psychickém vývoji i povaze dítěte. Také záleží na celkovém přístupu k nově vzniklé situaci ze strany nejen dětí, ale i rodičů. Je třeba dítě získat, zaujmout, nadchnout, upoutat a tím mu usnadnit novou situaci, aby se do školky těšilo a přijalo paní učitelku jako další lidi, kterým může důvěřovat.

POSTUPY ZE STRANY RODIČŮ VEDOUcí KE SNÍŽENÍ ADAPTAČNÍCH PROBLÉMŮ:

- **TRÉNUJTE ODLOUČENÍ**
Příležitostná, krátkodobá odloučení umožní dítěti získat jistotu, že se vrátíte.
- **ZPROSTŘEDKUJTE KONTAKT S JINÝMI VRSTEVNÍKY**
Využívejte programů pro matky na MD, kde se děti učí soužití ve skupině.
- **ZVYŠUJTE NEZÁVISLOST DÍTĚTE NA OKOLÍ, PROTO DÍTĚ UČTE**
Samostatně a s lehkou dopomocí dospělého se svlékat a oblékat.
Samostatně používat WC.
Jíst lžící a pít z hrnečku.
Domluvit se jednoduchými větami.
Používat kapesník.
Dokázat ujít delší vzdálenost
- **POUŽÍVEJTE STEJNÉ RITUÁLY**
Vodte dítě do školky ve stejný čas a vyzvedávejte je pokud možno ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete – po obědě, po spaní, nejen obecné názvy jako brzy nebo po práci apod.
- **BUĎTE CITLIVÍ A TRPĚLIVÍ**
Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce prožilo, dělalo a co nového se naučilo. Nebavte se např. jen o tom, co bylo k obědu a jestli všechno snědlo.
- **UJISTĚTE DÍTĚ, ŽE JEJ DO ŠKOLKY NEODKLÁDÁTE**
Vysvětlíte mu, že jej máte rádi a že nechodí do školky proto, že na něj nemáte čas, nebo že s ním nechcete být doma. Každý má svět povinností – vy svou práci a dítě zase školku.
- **DÍTĚ ZA ZVLÁDNUTÝ POBYT V MATEŘSKÉ ŠKOLCE POCHVALTE A POZITIVNĚ MOTIVUJTE**
Neříkejte doma dítěti, že chápete, jak to muselo být strašné vydržet takovou dobu bez maminky.



Masarykova základní škola a mateřská škola Žalhostice, okres Litoměřice, příspěvková organizace

Žalhostice čp. 126, Žalhostice, PSČ 41101, IČO 72745096, datová schránka pxmkjb8

Naopak vyzdvihněte jeho pěkné zážitky s novými kamarády.

- ZÚČASTŇUJTE SE AKCÍ ŠKOLY

Dítěti pomůže, když bude mít zážitky s rodiči při společných akcích jako např. dílničky, jarmarky a besídky.

- INFORMUJTE UČITELKY O ZVLÁŠTNOSTECH SVÝCH DĚTÍ

Jaké má alergie, zvláštnosti v jídlu, co nezvládá apod. Realizace adaptačního programu je postavena na spolupráci učitelek s rodiči a předpokládá osobní zaujetí z obou stran. Odměnou za vynaložené úsilí, v tomto nelehkém období školního roku, budou spokojené děti a porozumění mezi rodinou a školkou.

- ROZVRHNĚTE SI ČAS

Je dobré, když dítě není stresováno ranním spěchem při příchodu ani odchodu ze školky. Udělejte si na něj čas.

- PRVNÍ DEN VE ŠKOLCE

Je lepší když první den dorazíte do školky okolo 7 - 7.30, kdy ještě není ve školce tolik dětí a je větší klid na seznámení. První den může rodič zůstat s dítětem po dobu jedné hodiny a pomoci mu zorientovat se v prostředí školky. Najděte mu značku, pomozte mu v seznámení s paní učitelkou a novými kamarády. Společně si pohrajte.

- PŘEDÁNÍ DÍTĚTE DO TŘÍDY

Zbytečně neprodlužujte ranní loučení a nevyvolávejte v dítěti lítost nad vzájemným odloučením. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale i rozhodní. Děti hodně vycítí emoce, nejistoty rodičů. Prodlužováním loučení, prodlužujete pláč dítěte. Neodcházejte však natajno, bez rozloučení. Je důležité dávat sliby, které splníte (přijdu po svačince, po obědě, po spinkání). Pokud rodič nese předávání dítěte těžce, je lepší na pár dní, týdnů poslat klidně druhého rodiče.

- PRVNÍ TÝDNY

Nejlepší zkušenosti máme s pozvolnou adaptací. Vše záleží na možnosti rodičů a potřeb dítěte.

1. týden pobyt ve školce do 10.00
2. a 3. týden pobyt ve školce do oběda
4. týden dle zvážení rodičů

- DŮVĚRA

Rozvíjejte důvěru k mateřské škole i k učitelkám a dětem.

- RODIČE NA PŘÍJMU

Je běžné, že děti při odchodu rodičů pláčou, poměrně často se však uklidní do pár minut po odchodu rodičů. U některých dětí trvá adaptace déle a pláč může přetrvávat delší dobu. Při neustupujícím pláči voláme rodičům, aby si dítě mohli vyzvednout.



Masarykova základní škola a mateřská škola Žalhostice, okres Litoměřice, příspěvková organizace

Žalhostice čp. 126, Žalhostice, PSČ 41101, IČO 72745096, datová schránka pxmkjb8

PRVNÍ TÝDEN S ÚSMĚVEM A PAK SLZIČKY

Některé děti bývají první týden nadšené a zhruba po pár dnech může nastat první krize. Děti dochází, že docházka do školky je napořád. To v dětech vyvolá obrannou reakci, jako je pláč, znovu počůrávání či vztekání cestou do školky nebo v šatně. Někdy přijdou adaptační problémy až po pár týdnech bezproblémové docházky a nemusí mít žádnou objektivní příčinu. Nebojte se, tím prochází velká část dětí a je to zcela přirozená část adaptačního cyklu na MŠ. Pokud se objeví adaptační problémy, budeme hledat společně individuální řešení v zájmu dítěte.

Bohužel od nástupu do školky mohou dětem ztěžovat adaptaci opakující se nemoci, kdy dítě přejde z rodinného kruhu do dětského kolektivu znovu po delší době. Míra stresu je po návratu do nového prostředí vysoká. Stejně jako u Vás rodičů, když máte přejít do jiné práce. Dítě je psychicky oslabené a je vůči chorobám méně odolné. Počítejte tedy předem s tím, že dítě bude ještě potřebovat Vaši zvýšenou pozornost a promyslete, jak budete řešit ošetřování dítěte v případě nemoci. Upřednostňujte dítě před prací. Nedoléčené děti přispívají k nekonečnému koloběhu nemocí a tím k prodloužení adaptačního procesu. Navíc nedoléčenému dítěti není ve školce dobře a nepřispívá to k jeho dobré zkušenosti se školkou.

POSTUPY ZE STRANY ŠKOLKY PRO SNÍŽENÍ ADAPTAČNÍCH PROBLÉMŮ

- ÚVODNÍ SCHŮZKY S RODIČI NOVĚ PŘIJATÝCH DĚTÍ

Koná se na konci školního roku. Schůzka se týká informací o provozu školky, jak pomoci dítěti k nástupu do ní a zodpovězení otázek rodičů. Mohou být přítomny i děti, které budou mít příležitost seznámit se s prostředím školky.

- ROZKOUKÁVACÍ ODPOLEDNE

Vítáme, pokud si přijdete před nástupem s dítětem pohrát některé odpoledne mezi 15. - 16. hod. Dítě se seznámí s prostředím, s paní učitelkou, maminka se může doptat na vše potřebné, dítě pak vidí, že maminka si s paní učitelkou povídá a rozumí si.

- INDIVIDUÁLNÍ PŘÍSTUP

Individuální přístup k dětem, citlivé přijetí, klidné vystupování, tolerance, vcítění se do situace dítěte jsou základem pro získání jeho důvěry a zmenšení obav z nového prostředí bez přítomnosti rodičů. S tím bude celý personál školky dítěti pomáhat vstoupit do nového prostředí.

- OBLÍBENÁ HRAČKA, PLYŠÁK

Dítě si může přinést do školky svou oblíbenou hračku nebo plyšáka. Tím si přinese kus známého z domova.

- RITUÁLY

Rituály, které se opakují každý den – ranní kruh s uvítací písničkou a povídáním, hry na seznámení, zpívání známých písniček apod. Zkuste si i vy udělat rituál pro vás dva s dítětem při ranním loučení.

- KONZULTACE

Kdykoli budete potřebovat, stačí zavolat do školky a můžeme se sejít a probrat, co vás nebo vaše dítě trápí. Stejně tak se vám můžeme ozvat my, pokud bychom se s vámi potřebovali poradit.