

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. Musí se podřídit určitým pravidlům a už nejsou jen ony středem pozornosti. 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 program je takové doporučení od nás, jak postupovat, aby si dítě na školku rychle a plynule zvyklo, těšilo se na ni, aby při příchodu do školky a při odloučení od rodičů neplakalo.

Pravidla pro účastníky adaptačního programu:

- Do MŠ mohou pouze děti zdravé.
- Rodič i dítě se prezují, dodržují hygienická pravidla.
- Rodič má nad svým dítětem po celou dobu dozor – nenechává zde dítě samotné!
- Rodič nezasahuje učitelce do vzdělávacích, ani výchovných aktivit.
- Stravu i pití si rodič přinese svoje.
- Rodič pozoruje praktiky školy, režim, snaží se dítě vést k napodobování.

Desatero pro rodiče

Co mohou rodiče vykonat, aby vstup dítěte do MŠ byl úspěšný a nenásilný:

- Chodit s dítětem mezi děti, a to i tehdy má-li sourozence.
- Nenechávat dítě na určitou dobu v péči jiného známého člověka, chodit s ním do nových prostředí (např. mateřského centra).
- Zaměřit se na dovednosti sebeobsluhy (při jídle, oblékání, na toaletě).
- Rozvrhnout čas tak, abychom na dítě nemuseli spěchat, má-li věci dělat samo.
- Udělat si čas na každodenní společnou chvíli u hry.
- Udělat si čas na čtenou pohádku.
- Během dne využívat možnosti si s dítětem povídat.
- Oceňovat, co se dítěti daří a jasně odmítnout nevhodné chování a vysvětlit proč.
- Vyvarovat se výhrůžek typu „Počkej, až budeš ve školce...!“; dítě se pak bude obávat školky předem.
- Opatrně zacházet i s vychvalováním školky, „jak tam bude všechno super!“. Je nutné se držet reality a mluvit o tom, co asi všechno tam bude dítě moci dělat. Vyhneme se tak vytvoření nereálných představ následného zklamání.

Co všechno by mělo umět dítě při vstupu do MŠ:

- chodit, lézt, běhat a vůbec se samostatně pohybovat
- sedět po dobu jídla u stolu, používat lžičku, pít z hrnečku
- umývat si ruce a utírat se do ručníku, čistit nos
- používat toaletu z vlastní iniciativy - dítě s plenkami nelze přijmout do MŠ
- chodit po schodech s přidržováním se zábradlí
- snažit se uklízet si po sobě hračky
- reagovat na pokyny (např. počkat, sednout si, přijít) a na své jméno
- hrát si a svou činností se po určitou dobu zabavit, brát na vědomí přítomnost druhého dítěte
- a případně se s ním dát dohromady
- myslet v konkrétních obrazech, ptát se (otázky proč, jak), být zvědavé
- umí prosadit svou vůli a chtění
- pozorovat a napodobovat okolí
- mluvit a dorozumívat se o běžných věcech s dospělými i dětmi

Nástup dítěte do MŠ probíhá individuálně dle dítěte

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

Adaptační plán, například

- první den v MŠ za účasti rodičů - **maximálně 1 hodina**
- **do konce týdne** - docházka dítěte v rozsahu **2-3 hodin** samo nebo v přítomnosti rodičů (odchod z MŠ před pobytem venku)
- dopolední docházka - samo nebo za přítomnosti rodičů (odchod po obědě dle možnosti rodiny)

Bylo by dobré, 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, časně vstávání, náchylnost k chorobám, atd.).

pokud probíhá adaptace bez obtíží

- celodenní pobyt

Jak dítěti pomoci?

Přibalte mu mazlíčka

Dovolte potomkovi, aby si s sebou vzal do školky svou oblíbenou hračku, například plyšáčka. Existence pevného bodu, známé osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí. Proto mohou nově příchozí děti, které jsou zařazeny do 1. třídy mateřské školy nejen po dobu adaptačního období (cca 1 měsíc), ale po celý školní rok s sebou do školky nosit svou nejmilejší hračku z domova.

Používejte stejné rituály

Vod'te 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 - nejen obecně jako brzy, za chvíli, po práci apod.

Rozlučte se krátce

Loučení dlouze neprotahujte! Někdy loučení představuje větší problém pro matku než dítě, proto je zbytečně nestresujte. 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, a pokud se vy nezbavíte své úzkosti, nemůžete zbavit dítě jeho úzkosti. Případně se v rodině dohodněte, že dítě bude do školky vodit ten, kdo s tím má menší problém.

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. Každý má svět povinností - vy práci, vaše dítě školku.

Komunikujte s učitelkou

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

Pozitivně je motivujte

Neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké to muselo být strašné, vydržet takovou dobu bez maminky. Naopak vyzdvihněte jeho pěkné zážitky, zahrajte si s ním hru, kterou se ve školce naučilo. Zeptejte se vašeho dítěte s kým a na co si hrálo, jak se mu to líbilo, jak řešilo případné konflikty či situace.

Rady pro rodiče - co byste nikdy neměli dělat...

Bud'te důslední a nenechte se obměkčit. Když už jednou rozhodnete, že půjde dítě do školky, nedejte se přemluvit a trvejte na svém!

"Nestrašte své dítě školkou":

- "Počkej, ve školce ti ukážou" a za problémy s přivykáním je v žádném případě netrestejte.
- Nepřiznávejte, že je vám také smutno a že se vám stýská. Když zvládnete své emoce vy, dítě je zvládne také.
- Netvrďte dítěti cestou do školky, že jdete na procházku, k lékaři... a nepodávejte dětem nepravdivé informace o tom, v kolik hodin je přijedete vyzvednout.
- Neopakujte dítěti pořád dokola, že má být hodné.
- všechny pracovníce MŠ (pedagogové i provozní personál) mají k dětem, zvláště k nově přijatým, empatický, klidný a trpělivý přístup
- paní učitelky přihlíží vždy k individuálním potřebám každého dítěte a svým profesionálním přístupem jsou připraveny Vám pomoci, podat potřebné informace, případně Vám poradit, co by pro vaše dítě bylo v rámci snadné adaptace nejvhodnější
- **Záleží na rodičích, zda využijí některé z možností našeho adaptačního programu, neboť oni nejlépe znají své dítě.**