



ADAPTAČNÍ PLÁN

PRO NOVĚ PŘÍCHOZÍ DĚTI

Vážení rodiče,

vstup dítěte do mateřské školy je významnou událostí nejen v životě dítěte, ale i v soužití celé rodiny. Děti, které byly doposud zvyklé převážně jen na pobyt v kruhu rodiny, mohou být v novém prostředí nejisté, ostýchavé. Rodiče i děti se potýkají s různými pocity a seznamují se s novými způsoby chování. Některé děti se s touto změnou vyrovnávají snadno a s jistotou, jiné potřebují delší čas na přivyknutí nové situaci. Adaptaci na mateřskou školu ovlivňuje mnoho faktorů, například minulé zkušenosti dítěte, jeho zralost, přístup rodiny, přístup zaměstnanců školy a podobně. Naším přáním je, aby se děti cítily v mateřské škole spokojeně a chodily do ní rády. Za důležité považujeme spolupráci rodiny a školy, založenou na otevřené komunikaci a důvěře.



Záměr ADAPTAČNÍHO PLÁNU

- přiblížit mateřskou školu rodinám s dětmi, které se připravují na zahájení docházky, dostatečné seznámení se s prostředím, podmínkami vzdělávání, učitelkami a personálem školy;
- seznámit rodiče s problematikou přechodu dítěte do nového prostředí, režimem v mateřské škole a zprostředkovat jim dostatečný poradenský a informační servis;
- umožnit dětem, které budou navštěvovat mateřskou školu postupné a nenásilné seznámení s novým prostředím;
- zmírnit potíže dětí při vyrovnávání se s novou neznámou situací a usnadnění jejich zvykání na nové prostředí, na kolektiv dětí a nové dospělé osoby.



Charakteristika ADAPTAČNÍHO PLÁNU

Jednou z podmínek naplňování cílů předškolního vzdělávání, které jsou zakotveny v RVP PV, je možnost postupné adaptace nově příchozích dětí na prostředí školy.

Rodičům je dána možnost strávit se svým dítětem určenou dobu v MŠ, dítě získává citový vztah k ostatním dětem, učitelkám a personálu. Seznamuje se s novým prostředím, zjišťuje, že prostředí je bezpečné, příjemné, obohacující.

Časové rozvržení ADAPTAČNÍHO PLÁNU

- proces adaptace začíná již v rámci první návštěvy mateřské školy a to u příležitosti DNE OTEVŘENÝCH DVEŘÍ, který je realizován na všech pracovištích Mateřské školy Sluníčko v měsíci dubnu. V tyto dny si mohou rodiče s dětmi prohlédnout prostory školy, seznámit se s personálem, vzdělávacími podmínkami, děti si mohou pohrát a rodiče se dozvědět řadu cenných informací;
- druhou návštěvu mateřské školy je možné uskutečnit v rámci ZÁPISU do Mateřské školy Sluníčko který probíhá v první polovině měsíce května;
- ve druhé polovině měsíce května mají nově příchozí děti možnost využít prostor školních zahrad pro hru a seznámení se s vrstevníky – termín a čas bude zveřejněn na webových stránkách v dostatečném časovém předstihu. Termín se může lišit v závislosti na aktuálním počasí.
- měsíc červen je určen k seznamování se s konkrétní mateřskou školou, do které dítě bylo přijato. Děti s rodiči budou mít k dispozici dvě herní odpoledne, kdy jim bude zpřístupněna vždy jedna třída a současně i školní zahrada v čase 15:15 – 16:15 hodin. V měsíci červnu rovněž proběhne informativní schůzka s rodiči nově přijatých dětí.

Za bezpečnost dětí zodpovídají rodiče. Ke zodpovězení dotazů Vám bude k dispozici pedagog.

V případě dlouhodobě přetrvávajících adaptačních obtíží je možné dohodnout individuální adaptační plán, který spočívá v prodlužování délky pobytu dítěte v MŠ nebo návštěv dítěte v MŠ v odpoledních hodinách v doprovodu rodiče.

Doba adaptace je individuální, závisí na mnoha faktorech. Optimální je, pokud se dítě zadaptuje během prvního měsíce docházky do mateřské školy. Většina dětí to zvládne během 2 – 3 týdnů.



Pokud v tomto období dojde k přerušení docházky například z důvodu nemoci, může se doba adaptace prodloužit.

Osobnost učitelky a její role související s problematikou adaptace dítěte

Úspěšnost adaptace dítěte na prostředí mateřské školy a jeho další socializace jsou ve velké míře závislé na osobnostních a profesních kvalitách předškolního pedagoga. Jeho profesionální úroveň a lidský přístup k problémům dítěte jsou prostředkem k překonání prvotních potíží dítěte, navázání partnerského vztahu s rodinou dítěte a získání její důvěry. Úkolem učitelky mateřské školy je především vytvářet prostředí naplněné pohodou a klidnou, vstřícnou atmosférou. Nabízí dítěti dostatek podnětů pro jeho rozvoj, respektuje individuální možnosti a schopnosti dítěte, posiluje jeho sebevědomí a vede jej k navazování vztahů s vrstevníky postavené na vzájemné spolupráci a toleranci. Dítě v mateřské škole očekává partnerské přijetí s respektem ke své osobnosti, očekává otevřenost, autenticitu a empatické cítění dospělého. V této souvislosti přichází ke slovu systematické vyhodnocování práce mateřské školy, a to nejen s ohledem na výsledky a pokroky dětí, ale především ve významu evaluace vlastní práce jednotlivce zastřešené evaluací celého týmu pracovníků mateřské školy. Významnou součástí tohoto hodnocení a pravdivým barometrem přinášejícím informace o správném směřování mateřské školy je hodnocení přicházející z vnějšího prostředí obklopujícího mateřskou školu, které tvoří převážně rodičovská veřejnost, přísně posuzující její nabídky, aktivity a přístupy k řešení konkrétních situací.

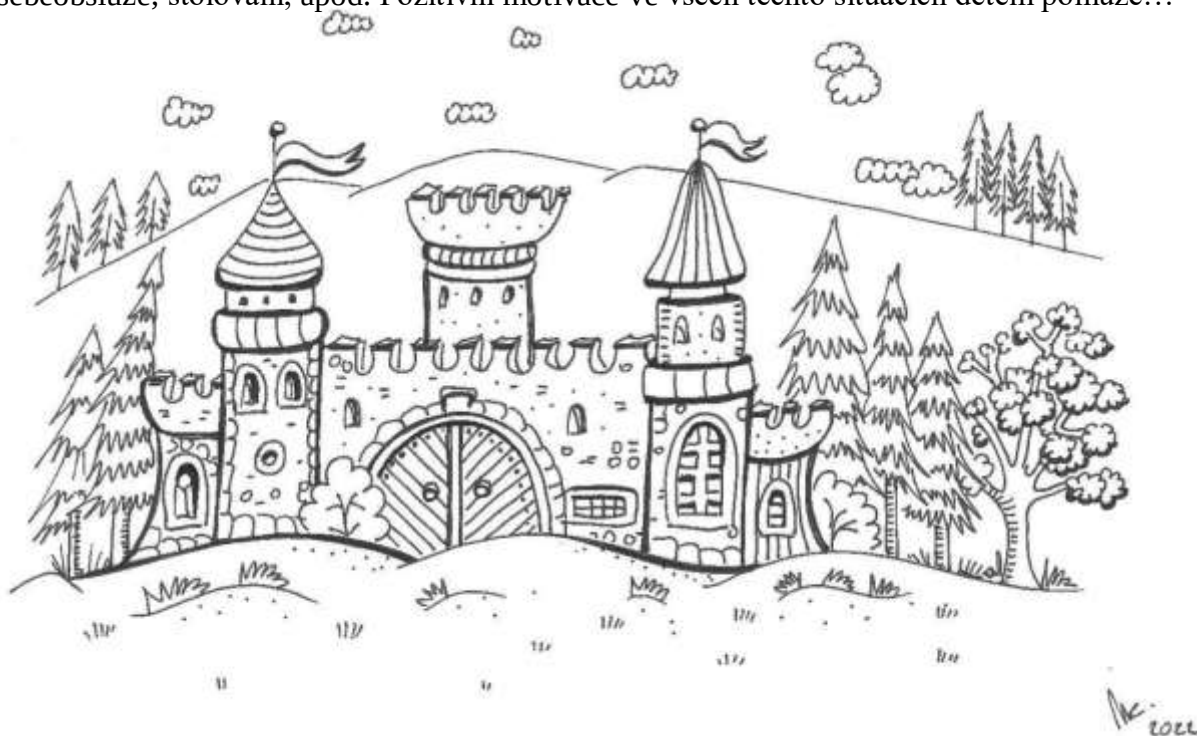




Období před vstupem do mateřské školy (v rámci několika měsíců)

Pokud jste se rozhodli, že nastala ta správná chvíle, aby Vaše dítě v dohledné době nastoupilo do MŠ, je pro Vás a hlavně pro Vaše dítě nejlepší, když svůj domácí režim přizpůsobíte alespoň trochu režimu v MŠ. Navykejte děti na pravidelné rituály podobné režimu, který nastane, až budou chodit do školky. Snažte se dodržovat každý den s dítětem ve stejný čas např. ranní vstávání, čas snídane, svačiny, oběda. Zaveďte si i další rituály, jako je úklid hraček, úklid svého oblečení, nebo bot, odpočinek, apod. Je přínosné se zajímat i o jídelníček školy (viz webové stránky školy www.msslunicko.eu) a zařadit do domácího stravování podobná jídla. Když

děti dostávají v MŠ něco velmi odlišného k jídlu než doma, je pro ně zvykání o to těžší a někdy bývají kvůli tomu celý den hladové. Učte dítě poznávat nové chutě, zařaďte do jídelníčku ovoce a zeleninu, nevyhýbejte se pomazánkám a luštěninám. I když vaše dítě doma již po obědě nespí, dávejte jej alespoň na chvíli odpočinout. Dopolodní pobyt v MŠ je pro dítě velmi psychicky i fyzicky náročný, děti bývají vyčerpané, proto potřebují nabýt síly a zregenerovat se. Vyčerpané dítě je pak mnohem náchylnější k onemocnění! Ved'te dítě k co největší samostatnosti, aby byly co nejméně závislé na Vás či v budoucnu na učitelce např. v sebeobsluze, stolování, apod. Pozitivní motivace ve všech těchto situacích dětem pomůže...





Co můžete Vy - rodiče vykonat ještě před vstupem do MŠ, aby start byl nenásilný?

- chod'te s dítětem mezi děti, a to i tehdy, má-li sourozence;
- nechávejte dítě na určitou dobu v péči jiného známého člověka, chod'te s ním do nových prostředí (např. mateřského centra);
- zaměřte se na dovednosti sebeobsluhy (při jídle, oblékání, na toaletě, smrkání);
- rozvrhněte si čas tak, abychom na dítě nemuseli spěchat, má-li věci dělat samo;
- udělejte si čas na každodenní společnou chvíli u hry; udělejte si čas na čtenou pohádku;
- během dne využívejte možnosti si s dítětem povídat;
- oceňujte, co se dítěti daří a jasně odmítejte nevhodné chování a vysvětlete proč;
- vyvarujte se výhrůžek typu „Počkej, až budeš ve školce...!“, dítě se pak bude obávat školky předem;
- opatrně zacházejte i s vychvalováním školky, „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 a následného zklamání.

Co můžete Vy - rodiče vykonat při vstupu do MŠ, aby adaptace byla snadnější?

- používejte stejné rituály;
- rozlučte se krátce, loučení neprotahujte;
- chod'te do školky včas, aby převlékání do třídy a loučení proběhlo v klidu, bez emocí a neustálého napomínání typu „Dělej, nezdržuj“;
- buďte citliví a trpěliví - vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo;
- neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké to muselo být strašné, vydržet takovou dobu bez maminky;
- zeptejte se svého dítěte, s kým a na co si hrálo, jak se mu to líbilo, jak řešilo případné konflikty či situace;
- narušení pravidelného stereotypu bývá pro každé dítě velmi psychicky náročné;
- neptejte se dítěte, jestli chce do školky nebo ne;



- dbejte na pravidelné a včasné večerní ukládání dětí do postýlek;
- velmi doporučujeme pravidelně sledovat dění a program v mateřské škole, čtěte nástěnky a maily. Svému dítěti můžete říci, co ho čeká, na co se může druhý den těšit;
- při čtení jídelníčku je lépe vyhnout se negativním komentářům např. neznámých nebo ne příliš oblíbených pokrmů;
- plňte své sliby – když řeknete, že přijdete po obědě, tak po obědě opravdu;
- neslibujte materiální ani jiné odměny za chození do školky; neslibujte nic, co nemůžete splnit.

Co všechno by mělo vaše dítě umět před vstupem do mateřské školy?

- **mělo by se umět domluvit** s učitelkou, kamarády. Proto s dítětem hodně mluvejte, prohlížejte si s ním obrázky, čtěte mu knihy, zpívejte si spolu, učte se říkadla a básničky, vysvětľujte mu vše, co se kolem něho děje, nereagujte, pokud si dítě o něco říká pouze ukazováním či používá jen nesrozumitelné zvuky, veďte ho k tomu, aby se snažilo použít správné slovo;
- **mělo by být schopno se po dobu pobytu ve školce odloučit od svých nejbližších.** Pokud není v tomto směru dostatečně zralé anebo není zvyklé na odloučení od svých nejbližších, je pro dítě vstup do MŠ velkým traumatem. Proto procvičte odloučení před vstupem do MŠ např. delším odchodem za různými pochůzkami bez dítěte, pobytem u tety, babičky, apod. Čím více pozitivních zkušeností s krátkodobým odloučením dítě bude mít, tím lépe si zapamatuje, že po odloučení přichází shledání a že se pro něj vrátíte. Berte dítě do prostředí, kde je hodně dětí a tím i větší hluk, aby si zvykalo na prostředí dětského kolektivu. Například: dětské hřiště, bazén, herna v rodinném centru, dětský koutek...;
- **mělo by mít základní sebeobslužné a hygienické návyky.** Před nástupem do MŠ by mělo zvládat tyto hygienické návyky: uvědomit si potřebu a dojít si na záchod nebo alespoň tuto potřebu oznámit, umýt si ruce. Dále: převléknout se, obout se, najíst se samo (u jídla sedět na jednom místě a neodbíhat!), poklidit si po sobě nebo se o vyjmenované činnosti alespoň snažit a zvládat je s dopomocí. Veďte své dítě k co



největší samostatnosti a nezávislosti. Dítě pak nebude vystrašené kdykoliv nebudete na blízku, protože bude vědět, že si umí poradit a že to zvládne samo. Poříd'te dětem oblečení, které si umí samo obléknout a boty, které si umí samo nazout. Tříleté dítě by si mělo umět obléknout triko přes hlavu, obléknout kalhoty, ponožky, poznat na kterou nohu patří která bota.

- **chvalte dítě**, když se mu něco podaří, **povzbuzujte ho**, když mu něco nejde. **Nereagujte**, pokud si něco vynucuje pláčem nebo vztekem. Vhodná je respektující, popisující komunikace;
- **mělo by být schopno se** alespoň cca 10 minut v klidu **soustředit**. Spolupracujte s dítětem při činnosti - kresba, stavění, hraní si, výpomoc s domácími pracemi, společenské hry. Svým příkladem budete pro dítě vzorem. Čtete dětem pohádky, prohlížejte si spolu knihy, časopisy,... a vyprávějte si o přečtené (shlédnuté) pohádce, vraťte se k zážitku z vycházky... Naslouchejte dítěti a snažte se, aby i ono naslouchalo Vám.



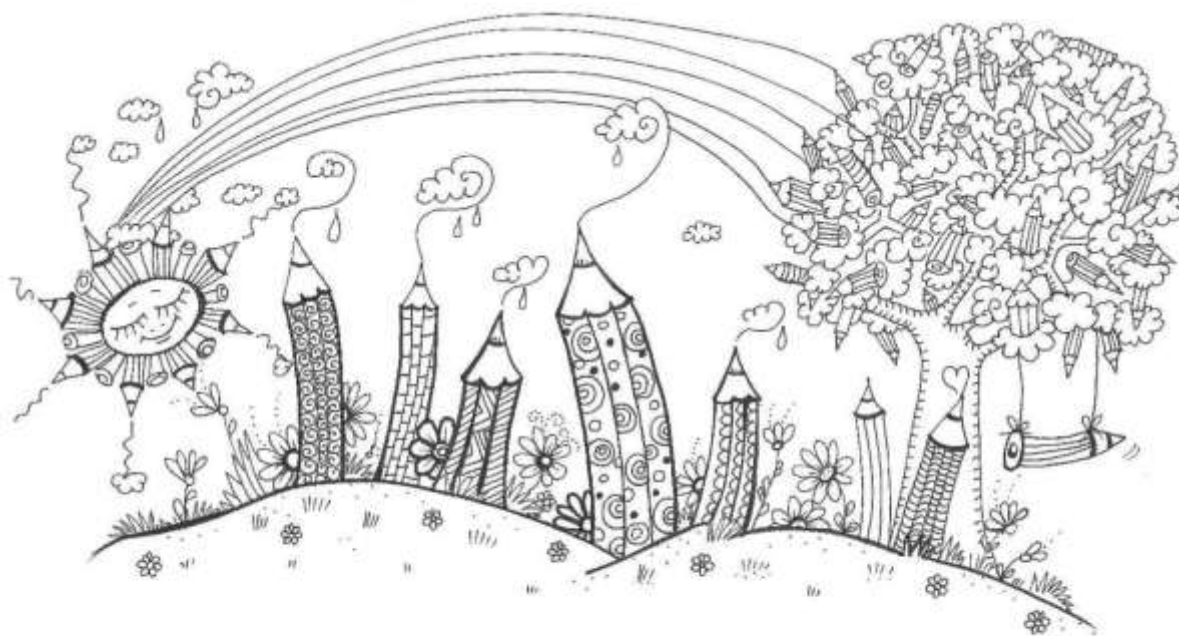
Věřte tomu, že naprostá většina dětí, a to i těch, které vypadají, že se pláčem zalknou, se uklidní hned, jak se za Vámi zavřou dveře.



Na co byste měli být připraveni?

Někdy se stane, že první dny a týdny v mateřské škole proběhnou bez problémů. To ale ještě neznamená, že nemůže přijít plačtivé období. Po několika bezproblémových dnech, týdnech či dokonce měsících se může stát, že dítě začne, zdánlivě bezdůvodně, plakat a odmítat MŠ, aniž by mu někdo ublížil, či se stalo něco zlomového. Došlo k tomu, že dítě si tuto nevratnou změnu uvědomilo dodatečně. Najednou přijde stesk, který však časem odejde zrovna tak nečekaně, jak přišel. To, že je změna emocí dětí v tomto věku náhlá a výrazná je normální.

Víme, že i pro Vás je toto odloučení těžké, ale nebojte se, v kolektivu se dítě snadno adaptuje.



kv. 2022