

Základní škola a Mateřská škola Stará Huť, okres Příbram

**ADAPTAČNÍ PLÁN MATEŘSKÉ ŠKOLY STARÁ HUŤ**



**Vstup do mateřské školy je významná událost v životě dítěte.** Mnohé děti byly doposud zvyklé jen na rodiče, sourozence, či prarodiče. Mohou být ostýchavé, mít problémy   
s pobytem v novém, neznámém prostředí a v kolektivu neznámých dětí a lidí, pod dohledem učitelek, které také neznají. Některé pláče, jiné se začlení do skupiny dětí bez větších problémů. Někdy nastane krize až po několikadenním pobytu v mateřské škole. Adaptaci na MŠ ovlivňuje mnoho faktorů, např. minulé zkušenosti dítěte, jeho celková zralost, přístup rodiny, přístup učitelek apod. Každé dítě se projevuje jiným způsobem, protože je jedinečné, je osobnost se svými potřebami a zájmy.

***Naším velkým přáním je, aby se děti cítily ve školce spokojené, a aby do ní chodily rády,   
a proto je adaptační a zkušební doba umožněna individuálně a s ohledem na možnosti rodičů a potřeby a zvláštnosti konkrétního dítěte.***

**Adaptační proces**

* Adaptační proces začíná u zápisu Dnem otevřených dveří, kdy se dítě společně   
  s rodinou může seznámit s prostředím školky, tříd, školní zahrady, s prací paní učitelek ve třídách, s režimem dne, se vzdělávací nabídkou.
* Během posledního nebo předposledního srpnového týdne mohou děti společně s rodiči navštěvovat školku dopoledne od 9:00 do 11:00 hodin. Za bezpečnost dětí v tuto dobu ručí rodiče, protože nově příchozí děti jsou do MŠ zapsány až od 1. 9.
* Před nastoupením dětí pořádáme Informativní schůzku, kde jsou rodičům sděleny všechny důležité informace a kde je dán prostor hlavně pro jejich dotazy.
* V polovině září probíhá třídní schůzka, která informuje rodiče o připravovaných akcí   
  a činnostech MŠ, upřesňuje chod MŠ, seznamuje s dokumenty MŠ (Školní řád, ŠVP, Organizační řád, Provozní řád, Plán akcí, Celoroční plán, Vnitřní řád ŠJ) a zejména se zaměřuje na potřeby dětí a rodičů.
* Rodiče si mohou po domluvě s učitelkami domluvit osobní konzultaci za účelem získání potřebných informací o průběhu adaptace. Již na začátku a poté kdykoliv během adaptačního období je vhodné, aby rodiče sdělili učitelkám veškeré informace o vývoji svého dítěte, jeho zdravotním stavu a dalších specifikách, jež považují za vhodné a důležité sdílet.
* V prvních dnech či týdnech při příchodu dítěte do školky mohou rodiče nebo jiné blízké zmocněné osoby své dítě doprovodit do třídy a chvilku s ním pobýt.
* První dny či týdny doporučujeme, aby dítě trávilo čas ve školce jen do oběda, v některých případech jen pár hodin denně. Bylo by dobré, aby malé děti nezůstávaly od počátku ve školce na odpolední odpočinek, aby všechny změny probíhaly postupně a plynule.
* Dle dohody se čas pobytu ve školce dítěti postupně prodlužuje a teprve v momentě, kdy je dítě zcela připravené, zůstává ve školce samo po standardní dobu, resp. po dobu, která je v souladu s potřebami rodičů a schopností dítěte pobyt ve školce snést bez velké psychické zátěže.
* O adaptaci hovoříme v prvních dvou měsících po zahájení docházky do MŠ. Dle našich zkušeností lze tvrdit, že některé děti potřebují i celý školní rok k tomu, aby se plně zapojily do kolektivu, přijaly pravidla, naučily se spolupracovat, respektovat režim MŠ. Dítě se ocitá ve společnosti zcela neznámých lidí, nových autorit, vrstevníků, musí se přizpůsobit jinému režimu, pravidlům, nastanou jiné stravovací návyky. Působí na něj zcela nové a dosud nepoznané podněty.

***Zvykání na školku je individuální proces, proto je potřeba adaptační proces přizpůsobit potřebám daného dítěte.***

**MŠ v zájmu snadné adaptace zajistí**

* **Dvě učitelky ve třídě od ranních hodin**

V prvním týdnu školního roku vidíme jako vhodné řešení přítomnost obou učitelek ve třídě již od ranních hodin. Zkušenosti a praxe ukázaly, že děti hůře přijímají osobu, která k nim přichází během dne, a preferují učitelku, na niž si již částečně zvykly   
v průběhu ranních hodin.

* **Přítomnost rodičů v začátcích docházky**

Pokud dítě v rámci úspěšné adaptace potřebuje, nabízíme podporu dítěti tím, že rodič nebo jiný blízký zmocněný člověk s dítětem zůstane po určitou dobu ve třídě. Hraje si s ním a přináší tak do nového prostředí podstatnou část svého domova. Tato možnost se samozřejmě netýká jen prvního dne. Po domluvě s učitelkou se pobyt rodiče může opakovat a postupně zkracovat podle toho, jak si dítě na nové prostředí přivyká.

* **Starší děti na třídách**

Dalším zdrojem podpory je heterogenní uspořádání tříd. Mladší a nově příchozí děti často rády přijímají pomoc starších kamarádů nebo vrstevníků a dávají této formě spolupráce přednost před komunikací a spolupráci s dospělákem (učitelem), samy se na ně obracejí. Mají tak možnost lépe pochopit zvyklosti, role a pravidla her   
a činností.

* **Mazlíček ve třídě**

V adaptačním období je možné, aby si s sebou dítě vzalo do školky plyšáka. Existence pevného bodu, známého předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach   
z neznámého prostředí.

**Doporučení rodičům, jak mohou dítěti zajistit snadnější adaptaci**

* **Používejte stejné rituály**

Voďte 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 obecné vyjádření (brzy, za chvíli, po práci).

* **Rozlučte se krátce**

Loučení neprotahujte. 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, a pokud máte možnost s ním zůstat doma, tak této možnosti využijte. Dítě velmi dobře vycítí Váš strach, a pokud se Vy nezbavíte své úzkosti, nemůžete zbavit ani své dítě od jeho úzkosti. Případně se v rodině dohodněte, že dítě bude do školky vodit ten, kdo s tím má menší problém.

* **Choďte do školky včas**

Choďte do školky včas, aby převlékání a loučení proběhlo v klidu. Naposledy dítěti vysvětlete, kdy a kdo si ho ten den vyzvedne. Nevysílejte na své plačtivé dítě smutné pohledy, tím se vše jen zhorší. Loučení by mělo proběhnout před vstupem do třídy, včetně poslední pusy. V loučení už ve třídě nepokračujte. 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. Když to bude vážnější, učitelky Vás o tom budou informovat.

* **Buďte citliví a trpěliví**

Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo. Děti Vám pravděpodobně na otázku „Co jste dnes dělali?“ odpoví „Nevím.“ Nebo „Nic.“ Denní program MŠ má svůj řád a s obměnami se opakuje každý den. Téma a činnosti se Vám snažíme nastínit v týdenních plánech. 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 své povinností - Vy práci, Vaše dítě školku.

* **Promluvte si s učitelkou**

Promluvte si s učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte**.**

* **Pozitivně dítě motivujte**

Neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké to muselo být strašné, vydržet takovou dobu bez Vás. Naopak vyzdvihněte jeho pěkné zážitky, zahrajte si s ním hru, kterou se ve školce naučilo. Zeptejte se svého dítěte, s kým a na co si hrálo, jak se mu to líbilo, jak řešilo případné konflikty či situace. Je důležité, aby dítě získalo jistotu a v prostředí MŠ se cítilo bezpečně.

* **Dodržujte pravidelnost**

Dodržujte maximální pravidelnost a všechny naučené rituály, pro děti v předškolním věku je to důležité pro správný vývoj nervového systému. Děti bez každodenní pravidelnosti jsou nervózní, neklidné, nejisté a nespokojené. Narušení pravidelného stereotypu bývá pro každé dítě velmi psychicky náročné.

* **Navazujte na denní režim v MŠ**

Časné ranní vstávání a odlišný režim, než na který byly děti zvyklé z domova, způsobuje značnou únavu. Dbejte na pravidelné a včasné večerní ukládání dětí do postýlek, na dostatečný přísun vitamínů a přiměřené zdravé stravy, která doplní režim a jídelníček v MŠ. Předejdete tak nepřiměřeným ranním výstupům dítěte, které jde do MŠ s pláčem ne proto, že je tam nerado, ale jen proto, že se cítí unavené nebo nevyspalé.

* **Pravidelně, nejlépe denně se seznamujte s programem v MŠ**

Doporučujeme pravidelně sledovat dění a program v mateřské škole na informativních nástěnkách a webových stránkách. Svému dítěti můžete připomenout, co ho čeká, na co se může druhý den těšit. Můžete ho tím správně motivovat, i dospělý se „lépe“ cítí, když ví, co ho ten den čeká. Při čtení jídelníčku je lépe vyhnout se negativním komentářům např. neznámých nebo ne příliš oblíbených pokrmů. Děti jsou objevitelé, je dobré je vést k poznávání nových chutí. Doporučte dítěti, ať pokrm ochutná, třeba zjistí, že je to velká dobrota. Dobu klidu po obědě nazýváme dobou odpočinku – v počátku je možné, aby si dítě na tuto dobu přineslo oblíbeného plyšáka. Děti sice čas tráví pod peřinkou, ale není naším cílem děti uspat, ale poskytnout jim klid, aby si mohly podle své potřeby odpočinout, načerpat síly, urovnat myšlenky.

* **Pozor na sliby**

Plňte své sliby. Když řeknete, že přijdete po obědě, tak po obědě opravdu přijďte   
a pokud den ve školce proběhne v pohodě, dítě chvalte. Neslibujte materiální ani jiné odměny za chození do školky. Neslibujte nic, co nemůžete splnit.

**Na co byste měli být připraveni**

Někdy se stane, že první dny a týdny ve školce 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 školku, 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. V tento moment znovu přichází ke slovu adaptační plán a intenzivní komunikace mezi pedagogem, dítětem a rodičem. Adaptační program je takové doporučení od nás, jak postupovat, aby si dítě na školku rychle a plynule zvyklo, těšilo se na ni a aby při příchodu do školky a při odloučení od rodiče neplakalo. Víme, že i pro Vás je toto odloučení těžké, ale nebojte se, v kolektivu se dítě snadno adaptuje.

Spolu to všichni určitě dokážeme.

Vypracovala: Mgr. Topinková Monika