



Adaptační plán pro nově příchozí děti do dětské skupiny Pidiškolka

Vážení rodiče,

prostřednictvím adaptačního plánu Vám nabízíme možnost, jak zvládnout bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu dětské skupiny (DS). Věříme, že spokojené dítě, přicházející a odcházející z DS, šťastné a těšící se na každý den, bude radostí naší i Vaší. Jsme si vědomi toho, že vstup každého dítěte do DS patří k významným událostem v životě dítěte i celé rodiny a je zásadním zásahem do dosavadních zvyklostí. Dítě přestává být středem dění ve své rodině a stává se součástí společenství, ve kterém bude muset společně s ostatními dětmi dodržovat určitá pravidla.

Čím dítě na začátku adaptačního cyklu prochází:

- Máma a táta nejsou po určitou část dne k dispozici.
- Dítě se musí naučit respektovat nová pravidla.
- Učí se sžít s novým kolektivem a prostředím.
- Učí se důvěře k jiným dospělým než k rodičům.

Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku a psychickém vývoji dítěte. Odměnou při úspěšné adaptaci jsou dítěti nové zážitky, zkušenosti a plno kamarádů, i větší samostatnost.

Zásady pro rodiče pro co nejhladší a nejrychlejší adaptaci:

1. Jistá míra obav a strachu je u dítěte batolecího věku zcela v pořádku a svědčí to o jeho dostatečném naplňování jeho potřeb ze strany rodičů a také citové vazbě k nim.
2. Na nástupu dítěte do dětské skupiny pracujte s dostatečným časovým předstihem ještě před samotným zahájením docházky. S dítětem si povídejte o dětské skupině, o tom, jak to v ní chodí. Připravte potřebné věci, co dítě bude potřebovat do dětské skupiny, společně s dítětem.
3. Věnujte podobný čas i sobě, i vy, rodiče se potřebujete na tuto změnu dostatečně připravit a své rozhodnutí vnímat jako správné. Pokud si je rodič nejistý, nedůvěřuje personálu, dítě to z něj vycítí, a může se třeba bát jít do školky (maminka má strach, tak já taky), a tyto pocity určitě u dítěte nechceme vyvolat.
4. Adaptace dítěte je individuální proces, každé dítě si může zvykat různou dobu, překonávat počáteční potíže. Důležité je pracovat s tím, že adaptační období může trvat 1 až 3 měsíce, a to při pravidelném docházení dítěte do skupiny (tzn. pokud dítě dochází do dětské skupiny například pouze 2x v týdnu, a do toho je každý druhý týden nemocné,

adaptační proces se prodlužuje), neměli bychom tudíž dělat předčasné závěry a možné adaptační problémy porovnávat se zkušenostmi jiných rodičů.

5. První týden bývají děti v DS nadšené. Zhruba po pár dnech může, ale nemusí nastat první krize. Dítěti dochází, že docházka do DS je napořád. To v dětech vyvolává obrannou reakci, jako je například ranní pláč, počůrávání se či vztekání cestou do školičky nebo v šatně. Někdy přijdou adaptační obtíže až po pár týdnech bezproblémové docházky a nemusí to mít žádnou objektivní příčinu. Nebojte se, tímto prochází velká část dětí a je to zcela přirozená součást adaptačního cyklu na DS. Pokud se objeví adaptační problémy, budeme hledat společně individuální řešení v zájmu dítěte.
6. Používejte stejné rituály. Vodte dítě do DS vždy ve stejném čase a vyzvedávejte dítě 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. Rozvrhněte si čas tak, aby dítě nebylo stresováno spěchem při příchodu ani odchodu DS.
7. Zbytečně neprodužujte 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 a někdy je to pro ně náročnější. Prodlužováním loučení prodlužujete pláč dítěte. Neodcházejte však natajno, bez rozloučení. Není také vhodné slibovat odměny typu: když nebudeš plakat, tak půjdeme do hračkářství a něco si vybereš, pojedeme na výlet....a je důležité dávat sliby, které splníte (přijdu po obědě). Pokud rodič nese předávání dítěte těžce, je lepší na pár dní – týdnů posílat klidně druhého rodiče, babičku.
8. Paní učitelky při předávání dítěte rodičům povypráví, jak dítě pobyt v DS prožilo a je již na rodičích, zda budou chtít položit doplňující otázky o prožití jejich dítěte v DS. 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 v dětské skupině pochvalte. Pozitivně motivujte. Vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.
9. Při vyzvedávání dítěte se může stát, že dítě reaguje pláčem. To je naprosto přirozená reakce. Hlavně dítě nelitujte, že muselo být přes den samo bez vás.
10. Dovolte dítěti, aby si s sebou vzalo do dětské skupiny oblíbeného plyšáka. Existence pevného bodu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí.
11. Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo. Je nutné, aby se rodič seznámil s režimem dne dětské skupiny, aby mohl dítěti klást konkrétní otázky. Ujistěte dítě, že je do DS neodkládáte. Vysvětlete mu, že ho máte rádi a že nechodí do DS proto, že na něj nemáte čas nebo že s ním nechcete být doma. Každý má své povinnosti – vy práci, vaše dítě školku.

Co zajišťujeme pro co nejhladší adaptaci dítěte:



1. Den otevřených dveří za přítomnosti dětí.
2. Na jaře pořádáme akci pro nové uchazeče do školky formou smyslohraní.
3. Zápis do dětské skupiny za přítomnosti dítěte – první seznámení s prostředím dětské skupiny a paní učitelkou.
4. Během letních měsíců probíhají adaptační kroužky. Jednou týdně navštíví dítě společně s rodičem zázemí školky, kde si spolu budou moci pohrát, poznat paní učitelky a domluvit se s paní učitelkou na další adaptaci dítěte.
5. Na konci srpna se konají třídní schůzky, kde se rodiče dozví vše o provozu dětské skupiny a o adaptačním období.
6. Nově přichozím dětem věnujeme zvýšenou individuální péči. Individuální přístup k dětem, citlivé přijetí, klidné vystupování, toleranci, vcítění se do situace dítěte, tak aby paní učitelka dítě přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získá důvěru.
7. První dva týdny chodí dítě domů po obědě, případně při horší adaptaci první dny v 10 hodin. Rodič se poté s paní učitelkou domluví na dalším postupu adaptace a prodlužují pobyt dítěte v dětské skupině.
8. Kdykoliv rodič bude potřebovat, je možnost individuální schůzky a konzultovat vývoj a pokroky dítěte s paní učitelkou.

DESATERO PRO RODIČE

1. Buďte dítěti oporou a poskytněte mu pocit bezpečí.
2. Rozlučte se krátce.
3. Používejte stejné rituály.
4. Buďte citlivý a trpělivý.
5. Přibalte plyšového mazlíčka.
6. Komunikujte s paní učitelkou.
7. Dítě za zvládnutý pobyt v DS pochvalte a pozitivně motivujte.
8. Nenechte se obměkčit, buďte důslední.
9. Za problémy s přivykáním nikdy dítě netrestejte.
10. Nepřiznávejte lítostivě, že je vám také smutně a že se vám stýská.

V Mělníku dne 1.9. 2024

Kristýna Šrámková

ředitelka dětské skupiny Pidiškolka