

Adaptační plán pro dítě ve věku od tří let

Dítě se vstupem do MŠ zažívá velkou změnu. Cílem adaptačního plánu, je zmenšit stres a emoční zátěž dítěte, ale také rodičů. Klidný, připravený a sebejistý rodič, je předpokladem k co nejhladšímu začlenění dítěte do kolektivu třídy.

Proces adaptace dítěte probíhá v několika fázích.

▪ Přípravná fáze:

Informační schůzka s rodiči v mateřské škole. Rodiče s dostatečným předstihem obdrží pozvánku k návštěvě školky. Schůzka probíhá bez dítěte a rodiče získají informace o chodu a režimu školky, o průběhu vzdělávání, seznámí se s prostorami budovy, ale hlavně společně s učitelkami naplánují čas a průběh nástupu svého dítěte. Učitelky se dozví první informace o dítěti a nabídnou rodičům způsob a možnosti průběhu seznamování s prostředím a zvykání.

Na informační schůzce se budoucí třídní učitelka domluví s rodiči na datu nástupu dítěte. Osvědčil se nám způsob postupného začleňování dětí, přibližně ve třech termínech s ohledem na možnosti rodičů. (Možný je také nástup posunutý o několik měsíců.)

Rodičům, kteří se nemohou na schůzku dostavit, nabízíme individuální návštěvu školky, po domluvě možno také s dítětem. Například se k nám mohou přidat na vycházku a sledovat klima třídy. Pověřená učitelka věnuje rozhovoru s rodiči dostatek času, protože i rodič prochází stresem a pochybnostmi a má řadu otázek.

▪ Základní fáze (1-3 dny):

Jeden z rodičů doprovází dítě do školky v domluveném čase a setrvá s ním ve třídě 2 hodiny. Společně nezávisle na skupině se seznámí s prostorami a nabídkou hraček.

Úkol pro rodiče :

- Být spíše pasivní, splynout
- Zůstat na místě, nenutit dítě k odloučení
- Pokud je dítě ochotné se na pár minut odloučit, může se k němu kdykoli vrátit.
- Nehraje si s jinými dětmi, je dítěti stále k dispozici.

Úkol pro učitelky :

- Nenaléhá na dítě
- Netrvá na kontaktu s ním
- Nechá dítě pozorovat dění ve třídě
- Může mu nabízet hračky, nebo zapojení do hry

▪ Pokus o odloučení (3 – 4 den)

Rodič přenechá dítě v péči učitelky. Předpokládaná doba odloučení je asi 30 minut až 1 hodina. Rodič je v blízkosti, připraven se na zavolání vrátit.

Doba odloučení se postupně po dohodě s rodiči prodlužuje. Tato fáze je často limitována časovými možnostmi rodiče, kdy například již musí nastoupit do práce. Doporučujeme si vyhradit na zvykání alespoň týden.

Úkol pro rodiče :

- Komunikovat s učitelkou, domlouvat se na dalším postupu
- Pozitivně motivovat dítě v domácím prostředí
- Působit na dítě klidně, nepřenášet na něho své rozrušení
- Nastavit pravidla a postupovat důsledně

Úkol pro učitelky :

- Komunikovat s rodičem, sdělovat co nejvíce informací o průběhu odloučení
- Uklidňovat rodiče. (Klidně si do školky zavolejte, ať víte co se právě děje)
- Poskytovat dítěti útočiště, reagovat na jeho signály, utišit je v rozrušení.

▪ Stabilizační fáze:

V této fázi již dítě zvládá odloučení alespoň 4 hodiny a obvykle odchází v ideálním případě po obědě domů. Při ranním předávání do péče učitelky ještě může být dítě rozrušené, ale již akceptuje osobu učitelky a nechá se uklidnit. U nejmenších dětí se předpokládá krátkodobá fixace na jednu z učitelek, což není žádnou komplikací. Naopak, dítěti to usnadní zvykání na odloučení a postupně se od učitelky odloučí. Po zvládnutí všech předchozích fází, se prodlužuje pobyt dítěte, až k odpolednímu odpočinku.

Doporučení pro rodiče:

- Před nástupem navštěvujte s dítětem dětské koutky a herničky, rodiny s dětmi či mateřská centra. Nechávejte je na hlídání známým a prarodičům.
- Optimisticky vyprávějte dítěti o školce. Vysvětľujte, jak to ve školce chodí.
- Vyhradte si na přícházení do školky dostatek času, nestresujte dítě spěchem. Dopřejte mu zvládat sebeobsahu samo.
- Dohodněte se s dítětem, kdy pro něj přijdete. Dohodnutý, slíbený čas dodržte. (Po obědě nebo odpočinku.)
- Ranní loučení zbytečně neprodlužujte. Nevyvolávejte v dítěti lítost při loučení.
- Pokud bude plakat, buďte vlídní, ale i rozhodní. (Za pár minut po vašem odchodu se uklidní)
- Povídejte si s dítětem o zážitcích ze školky.
- Dejte s sebou dítěti plyšáčka.

Pravidla pro účastníky adaptačního programu:

- Do MŠ mohou pouze zdravé děti
- Rodiče se prezují a dodržují hygienická pravidla.
- Rodič má po dobu pobytu v MŠ nad svým dítětem dozor.
- Rodič nezasahuje učitelce do vzdělávacích a výchovných aktivit.

K čemu vést dítě, abychom mu usnadnili přechod z domácího prostředí do MŠ?

Sebeobsluha a samostatnost

- Používá toaletu s dopomocí
- Umyje si ruce, utře se
- Na upozornění se vysmrká
- Spolupracuje při oblékání, svlékání
- Jí samo, po dobu jídla vydrží sedět u stolu
- Napije se samo z hrnečku
- Reaguje na pokyny (počkat, přijít, sednout si)

Hrubá motorika

- Dobře chodí
- Dobře běhá
- Chodí po schodech
- Káče snožmo
- Seskočí z malé výšky
- Hraje si s míčem, kope do míče
- Uklízí po sobě hračky

Jemná motorika

- Střídavě používá obě ruce
- Horizontálně řadí předměty k sobě.
- Staví věže
- Skládá, rozebírá, ukládá předměty
- Různě manipuluje s předměty
- Zkouší malovat prsty
- Spontánně kreslí
- Navléká korálky

Jednotlivé kroky tohoto plánu mohou být vyloučeny, či pozměněny na základě aktuální situace podle individuálních potřeb dítěte, na základě spolupráce mezi pedagogy a zákonnými zástupci. Jedná se o otevřený dokument, který společně nastavíme a upravíme pro potřeby konkrétního dítěte.

Vypracovala: Petra Klížová

V Osečné 28. 8. 2024

Mgr. Tomáš Johanovský

ředitel školy