



Základní škola a Mateřská škola Město Touškov, příspěvková organizace

Čemínská 296, Město Touškov 330 33, IČO: 75006057, ID dat.schránky: j4zmff

Tel.: 377922312, e-mail: dkopretina@zsmestotouskov.cz, www.kopretinatouskov.cz



ADAPTAČNÍ PLÁN V DĚTSKÉ SKUPINĚ

Prostřednictvím adaptačního plánu Vám nabízíme možnost, jak zvládnout bezproblémový start v dalším životním období. Začátek pravidelného navštěvování dětské skupiny je velkým okamžikem nejen pro samotné dítě, ale i pro celou rodinu.

Vaše dítě si prochází situacemi:

- Rodiče nejsou po nějakou dobu k dispozici
- Učí se respektovat nová pravidla
- Seznamuje se s fungováním v novém kolektivu
- Učí se důvěře jiným autoritám (pečující osoby)
- Učí se dělit se o pozornost

Cílem je, aby se dítě cítilo bezpečně, získalo důvěru v pečující osoby a dokázalo být ve skupině bez stresu a úzkosti. Aby adaptace proběhla úspěšně, klíčová je spolupráce rodiny s naším personálem dětské skupiny. Důležité je brát celý proces adaptace jako komplexní situaci a přihlížet k individuálnostem jednotlivých dětí.

Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku a psychickém vývoji dítěte. Délka adaptace je individuální – může trvat několik dní, ale i několik týdnů. Může mít i různé fáze (nejprve klidová a potom plačtivá nebo naopak).

Odměnou při úspěšné adaptaci jsou dítěti nové zážitky, zkušenosti, noví kamarádi, ale i větší samostatnost.

Adaptační plán není závazný, je možné jej kdykoliv změnit dle vývoje situace a potřeb dítěte.

Fáze adaptačního cyklu

Jednotlivé fáze adaptace mohou být různě dlouhé.

1. Období orientace (pozorování)

Toto období probíhá zpravidla v prvním týdnu, dítě si drží většinou odstup. Do aktivit se příliš nezapojuje. Sleduje dění ve třídě, denní řád, rozložení hraček, systém jejich půjčování i uklízení a snaží se zpracovat veškeré nové informace. Může působit nepřístupně a uzavřeně nebo mluvit velmi potichu. Je běžné, že i doma působí uzavřeněji než dříve. Bude-li to pro dítě velmi náročné, lze první týden využít postupnou adaptaci – tj. třeba jen na 2 hodiny denně s postupným prodlužováním (zejména 2-leté děti) pobytu v dětské skupině.

2. Období sebezprosazování

Dítě v tomto období už ví, jak to v novém prostředí funguje, jaká jsou pravidla a co se kde nachází. Nyní se cítí se jistější. Hledá si své místo ve skupině vrstevníků. Nastává fáze, kdy se potřebuje prosadit, upoutat na sebe pozornost a začíná být společensky aktivní. Využívá strategii nápodoby ostatních dětí, dle něj oblíbených. Může také docházet k různým konfliktům a rozepřím. I doma může být v této fázi více náladové a nevyrovnané. Potřebuje od svých blízkých doma cítit podporu, pocit jistoty a bezpečí.

3. Období zvláštních opatření

V tomto období je charakteristické ustálení rozdělených rolí a pozic ve skupině. Přichází zklidnění, ustávání hádek a sporů. Dochází k navazování kontaktů s oblíbenými dětmi, pozornost se věnuje konkrétnímu dítěti nikoliv celé skupině. Doma se někdy projevuje unaveně, vyčerpaně a někdy působí jako duchem nepřítomné.

4. Období ukončení adaptace

Zhruba po měsíci dochází k ukončení adaptace. Dítě má pevně zakotvené své vztahy ve skupině – má svou roli mezi ostatními dětmi. Zná a respektuje pravidla dětské skupiny, navázalo vztah s pečujícími osobami, který je založen na jistotě a důvěře (v případě potřeby pečující osoba je schopna poskytnout sociální podporu).

Co nejhladší adaptace

Jedná se zejména o citlivou spolupráci na straně personálu dětské skupiny a rodičů na základě individuálních potřeb daného dítěte.

• Úvodní schůzka

- Seznámení se s pečujícími osobami a prostředím dětské skupiny
- Získání potřebných informací, odpovědi na dotazy
- Předání dokumentů

- **Povídejte si spolu:**
 - Co ho ve skupince čeká
 - Jak bude probíhat den
- **Oblíbený plyšák:**
 - Dítě si může přinést svého oblíbeného mazlíčka (bez vydávání zvuků, mohou ho mít u sebe i při odpočinku)
 - Pomáhá dětem v pocitu jistoty v novém prostředí
- **První dny v dětské skupině:**
 - Dobu, po kterou dítě první dny zůstává v dětské skupině vždy individuálně domlouváme s každým rodičem
 - Po domluvě s pečující osobou je možné se domluvit na seznámení se s prostory DS (zpravidla se jedná o čas po odpočinku dětí), v průběhu roku se také koná Den otevřených dveří
 - Rodič se s dítětem rozloučí v prostorách šatny – loučení neprodlužujte
 - Rodič předává dítě pečující osobě (do třídy s ním již nevstupuje) a odchází ze šatny
 - Pečující osoba se snaží motivovat a nenásilnou formou zapojovat dítě do aktivit
 - Doporučujeme pozvolný nástup u mladších dětí (první dny dopolední docházka, později zkusit nechat odpočívat)
- **Zachovávejte si stejné rituály:**
 - Snaha přivádět i vyzvedávat dítě ve stejnou dobu
 - Neprodlužujte loučení – dítě vycítí Vaše emoce, nejistotu a přijímá ji
 - prodlužuje se i pláč dítěte
 - nedoporučujeme slibování hmotných dárků, ale spíše společnou aktivitu či hru
 - rozlučte se s ním v šatně
 - Neodcházejte potají a bez rozloučení
 - Někdy pomáhá, když vodí děti druhý zákonný zástupce nebo prarodič
 - Odchod mu spojte s konkrétní událostí – po obědě, po odpočinku (pro tyto účely v šatně také využívejte obrázky k tomu, kdy vaše dítě odchází – připnutí kolíčku na svou značku) – zároveň ale informaci o době vyzvedávání sděľujte pečující osobě
 - Při vyzvedávání dítě může reagovat pláčem – přirozená reakce
- **Budte citliví a trpěliví:**
 - Vyprávějte si o zážitcích
 - Ujišťujte ho o tom, že ho máte rádi a každý má své povinnosti (Vy zaměstnání, dítě dětskou skupinu)

- Dítě za pobyt v DS pochvalte, pozitivně motivujte, ale nikdy nekárejte za problémy s přivykáním (děti mají strach z odloučení od rodičů, neorientují se ještě v čase)
 - Nepřiznávejte lítostivě, že je vám také smutno a že se vám stýská (dejte jim najevo, že jste na ně pyšní)
 - Nenechte se obměkčit a buďte důslední
- **Opakující se nemoci**
 - od nástupu do DS mohou dětem ztěžovat adaptaci opakující se nemoci, kdy dítě přijde z rodinného kruhu do dětského kolektivu po delší době. Míra stresu je po nástupu do nového prostředí vysoká. Dítě je psychicky oslabené a nemá ještě dozrálý imunitní systém, proto je vůči nemocem méně odolné. Dítě bude ještě potřebovat Vaši zvýšenou pozornost. Nedoléčené děti přispívají také k nekonečnému koloběhu nemocí a tím i k prodlužování adaptačního procesu. Navíc nedoléčení se necítí dobře a nepřispívá to k jejich dobré zkušenosti s DS.
- **Spolupráce dětská skupina - rodiče:**
 - Využíváme ověřenou aplikaci NAŠE MŠ – omluvenky, fotogalerie, nástěnka, zprávy, dotazníky
 - Aplikace slouží ke zjednodušení komunikace mezi rodiči a dětskou skupinou /mateřskou školou, ke které dostanete přístupové heslo
 - V průběhu roku se také konají společné odpolední aktivity (dobrovolné)
- **Konzultace:**
 - Kdykoliv budete potřebovat poradit, nebo mít jakékoliv otázky pište na e-mail dětské skupiny dskopretina@zsmestotouskov.cz nebo telefonicky – kontakty jsou uvedené na www.kopretinatouskov.cz.
 - Domluvte si s pečující osobou nebo zástupkyní ředitelky společnou schůzku
 - Máte-li jakékoliv obavy nebo potřebujete vyřešit nějaké trápení Vás a Vašich dětí s dětskou skupinou, rády pomůžeme. V rámci sdílení informací mezi rodiči může docházet k mylným interpretacím, proto se vždy obraťte na nás.

ZÁVĚREM:

Dětská skupina je startem k osamostatňování dítěte. Důležitá je vzájemná komunikace a spolupráce. Dítě se naučí sociálním dovednostem, díky nimž bude schopnější obstát v kolektivu, uhájí si své místo, spolupracovat, soupeřit i uznávat jinou autoritu.

V našem zájmu jsou spokojené děti plné nových zážitků a dovedností a tím i spokojenost rodičů.