

Plán (proces) adaptace dětí na prostředí MŠ Štěnovice

(na příchod do MŠ, na vstup do nové-další třídy, na učitele(ku), na nový-jiný kolektiv)

*„To, co dospělí považují za maličkost, může zanechat hluboký otisk v duši dítěte.“
Masaru Ibuka*

Začátek docházky do mateřské školy není pro děti nic snadného, je to přelomová událost v životě dítěte doprovázená značnou změnou v jeho denním režimu. Některé děti se adaptují na prostředí mateřské školy velmi snadno, jiné mají s adaptací velké problémy. Délka adaptace je individuální, každé dítě potřebuje na seznámení se školkou jiný čas. Je nutné neuspěchat celý proces a individuálně respektovat potřeby dítěte.

Prostřednictvím plánu adaptace nabízí naše MŠ možnost, jak zvládnout bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu mateřské školy. Postupná adaptace je dobrovolný proces, kterým rodina i škola může dítěti vstup do instituce usnadnit.

Reakce dětí při nástupu do mateřské školy může být různá, čas k adaptaci závisí především **na věku a psychickém vývoji každého dítěte i celkovém přístupu rodičů.** Individuálně přizpůsobený plán adaptace je uskutečňován **v měsíci září**, ale i s každým dalším nástupem nových dětí v průběhu školního roku. Plán adaptace tedy neplatí pouze pro nově příchozí děti, ale i pro děti, které již MŠ navštěvují. Cílem procesu adaptace je, aby se dítěti vstup do MŠ, co nejvíce usnadnil, byl pro něj šetrný a příjemný (aby se zde dítě cítilo jistě, bezpečně a do kolektivu se těšilo).

Tomu může napomoci i rodič ještě **před vstupem do MŠ tím, že:**

- Navštíví s dítětem MŠ před zápisem v rámci „Otevřených dopolední“
- Zúčastní se úvodní schůzky rodičů, získá podrobnější informace o pravidlech, možnostech adaptace
- Mluví s dítětem o školce a vysvětluje, co na něj čeká (držet se reality – nepřechvalovat, nestrašit)
- Vybírá společně výbavu do školky (bačkory, batůžek, pláštěnku, holinky ...)
- Připravuje dítě na nový denní režim školky:
 - ✓ učí dítě slyšet na své jméno (když je dítě voláno, zastaví se, ohlédne se po volajícím a počká na pokyn)
 - ✓ ukládá dítě ke spánku včas a budí ráno dříve (v dobu, kdy bude dítě vstávat a odcházet v budoucnu do školky)

- ✓ chodí s dítětem v průběhu dne na procházky (upřednostňuje chůzi, podporuje pohyb, nevozí bezdůvodně v kočárku)
- ✓ vede dítě k sebeobsluze v hygieně, k samostatnosti při stolování
- ✓ pracuje na samostatnosti v oblékání, obouvání a svlékání
- ✓ čte dítěti každý den pohádku
- ✓ vede k pravidlu: chvíli po obědě odpočívat, zklidnit se
- ✓ procvičuje komunikaci (jednoduchými srozumitelnými výrazy by mělo dítě říci, co chce, co se mu líbí i co si nepřeje)
- ✓ chodí s dítětem po schodech (střídat nohy, držet se zábradlí)
- ✓ navštěvuje se s jinými dětmi
 - Podporuje samostatnost dítěte občasným odloučením od rodičů – hraní u kamarádů, přespání u prarodičů

Při vstupu do MŠ (pro rodiče):

- Zaveďte si rituál na rozloučenou (stejná věta, vlastní pozdrav, plácnutí do dlaně aj.)
 - Snažte se vyhnout dlouhému loučení
 - Pokud se při loučení objeví slzy (je to zcela normální, dítě komunikuje především prostřednictvím aktuálních emocí), snažte se být sebejistí („Já jdu do práce, ty jdeš do školky“)
 - Při postupné adaptaci na prostředí doporučujeme vstup do třídy bez přítomnosti sourozenců dětí:
- Je možné se domluvit **na společném pobytu s dítětem ve třídě v prvních dnech adaptačního období**. Pobyt probíhá po určitý čas především v době volné hry dětí a podle pokynů učitele(ky).
 - Při vstupu do třídy (dle domluvy s pedagogem) myslete na to, že i v prostoru třídy musí vést proces adaptace k produktivitě a posunu (nejen pasivně přihlížet, ale dítě motivovat, vysvětlovat mu, podporovat jeho samostatnost, připravit ho na rozloučení a při odchodu ze třídy se rozloučit)

Je vhodné postupné prodlužování délky samostatného pobytu dítěte v MŠ. První dny naplánujte kratší pobyt dítěte např. jen do svačiny, do pobytu venku, do oběda, další dny postupně pobyt prodlužujte. (některé děti si již samy řeknou, že by rády „odpočívaly“ ve školce, pobývaly ve školce i po obědě atd.)

- V prvních dnech jsou ve třídách oba třídní učitelé(ky), popřípadě školní asistentka. Je možné se s nimi domluvit na telefonickém informování o průběhu adaptace.
- Pamatujte, že v době omezeného provozu MŠ (v době školních prázdnin) jsou slučovány třídy a v kmenových třídách nemusí být totožní učitelé(ky). Některým dětem změna kolektivu i učitelů nemusí vyhovovat a situace může ztížit celý proces adaptace.
 - Pamatujte, že opakované onemocnění dítěte nebo opakované absence v mateřské škole mohou ztížit celý proces adaptace.

Při vstupu do MŠ (pro pedagogy):

- Učitel(ka) je pozitivně naladěný, vítá dítě s úsměvem
- Komunikuje s rodičem a snaží se individuálně nastavit plán adaptace (jak dlouho vstupovat do třídy s dítětem, kdy se rozloučit, kdy nastavit režim celého dne ...)
- Neproděluje proces rozloučení
- V případě potřeby si domlouvá s rodičem individuální konzultaci
- Pravidelně rodiče informuje o průběhu adaptace

Kdy končí proces adaptace?

- Když dítě „prozkoumává“ školku, je zvědavé a dokáže se zabavit
- Když se dítě rádo zapojuje do hry a společných aktivit
- Když je dítě komunikativní, rádo si povídá s učiteli i dětmi
- Když má dítě k MŠ pozitivní vztah a chodí do ní rádo

Při dlouhodobém přetrvávání obtíží s adaptací je doporučen odklad nástupu dítěte do mateřské školy.