



Adaptační plán

*Tento dokument slouží jako průvodce adaptací dětí v prostředí mateřské školy.
Je určen rodičům a pedagogům pro zajištění co nejhladšího přechodu dětí do předškolního
vzdělávání.*



Milí rodiče,

začátky v mateřské škole bývají pro děti i rodiče významnou událostí. Naším cílem je, aby se u nás děti cítily bezpečně a postupně si zvykaly na nové prostředí, aby navázaly přátelské vztahy s paní učitelkami i ostatními dětmi. K adaptaci každého dítěte přistupujeme individuálně s respektem k jeho vývoji, potřebám a tempu.

Jak adaptační proces probíhá?

I přesto, že Vaše dítě mohlo navštěvovat jinou MŠ již dříve, jedná se o vstup do nového prostředí s jiným režimem a pravidly a zároveň nebude obklopeno kamarády a učitelkami, na které bylo zvyklé. Pro děti mohou být první dny v novém prostředí náročné a stresové.

Proto je adaptace nastavena pozvolna, přičemž se v prvních dnech setkáme na zkrácené dopoledne. Délka pobytu ve třídě se bude postupně prodlužovat. Zároveň se snažíme navodit citlivý přístup k odloučení – podporujeme vzájemné pozitivní loučení. Prvních 14 dnů doporučujeme do mateřské školy přicházet s větším časovým předstihem.

Vezměte prosím na vědomí, že pokud Vaše dítě nastoupí do MŠ poprvé kdykoliv během roku, postupujeme při jeho adaptaci dle níže určeného systému.

1. DEN

- **Tento den budete ve třídě celou dobu se svými dětmi.**
- **Přijďte do třídy, do které bylo dítě přiděleno mezi 7:45 – 8:00**
- Doporučujeme přijít včas, abyste měli na vše dostatek času. V klidu si prohlédněte prostory školy, společně najděte a ukažte dítěti jeho místo v šatně. Značku se jménem dítěte naleznete na tabuli v šatně.
- Na dítě nespěchejte, dopřejte mu čas, odpovídejte na jeho otázky, buďte trpěliví. Váš případný neklid dítě vycítí a nástup do třídy se tím může zhoršit.
- Po převlečení/přezutí vstupte do třídy, kde se vám budou věnovat paní učitelky.
- Společně se pozdravte s paní učitelkami – v prvních dnech se zdravte dle vašich zvyklostí. Postupně se děti budou učit si s paní učitelkami při příchodu i odchodu podávat ruku.

- Seznamte se společně s dítětem i s ostatními dětmi a rodiči, pohrajte si společně, nakreslete si obrázek jako památku na první den, porozhlédněte se po třídě a zjistěte, jaké hračky a hry má třída k dispozici.
- **PRVNÍ DEN BUDE UKONČEN V 10:00, POTÉ SPOLEČNĚ S DÍTĚTEM ODEJDETE DOMŮ.**

2. DEN

- **PRVNÍ SAMOSTATNÝ POBYT DÍTĚTE V MATEŘSKÉ ŠKOLE**
- **Pobyt ve třídě bude zkrácený od 7:45 – 10:30**
- Může se stát, že dítě bude plakat a odmítat se přivítat nebo jít do třídy. S dítětem se rozlučte ještě v šatně, loučení neprodlužujte a dejte nám pokyn, že si můžeme dítě přebrat. Zkuste si s dítětem domluvit „rozlučkový rituál“, který budete následně společně dodržovat.
- Pokud dítě bude stále odmítat, je možné nás požádat, abychom si dítě převzaly. Dítě Vám nikdy nevezmeme z náruče. Vždy počkáme, až bude stát na zemi a od Vás uslyší, že je v pořádku, když půjde k nám.
- Děti se již postupně začnou seznamovat s režimem dne (volná hra, hygiena, rituální činnosti např. společné uvítání s básničkou, společné seznámení a povídání v kruhu, svačina).
- Pokud již budou děti připraveny, vyzkouší si děti také první pobyt na zahradě

3. – 5. DEN

- **SAMOSTATNÝ POBYT DÍTĚTE V MATEŘSKÉ ŠKOLE**
- **Pobyt ve třídě bude zkrácený od 7:45 – 10:30**
- Další dny bez Vás rodičů budou vypadat obdobně. Ráno po příchodu do třídy se s dětmi pozdravíme a děti si odcházejí hrát do třídy, kde jsou pro ně připraveny hračky, omalovánky a noví kamarádi. Po příchodu všech dětí a po ukončení ranních her, kdy učíme děti, že když si půjčí hračky, musí potom hračky také uklidit.
- Poprvé si ve školce zkusíme maličko zacvičit a zahrát si pohybovou hru.

- Po ranním cvičení následuje hygiena a společná svačina
- **Dle počasí se vydáme ven na zahradu. Učíme děti samostatně se obléknout, uklidit věci ve skříňce a chodit ve dvojicích. Pokud nebude dobré počasí, budou si děti hrát ve třídě.**
- Prosíme, neříkejte dětem v průběhu týdne věty typu: „*Ještě dva dny a pak už do školky nepůjdeš*“ nebo „*Dnes jdeš do školky naposled*“.

2. TÝDEN

- **Pobyt ve třídě bude zkrácený od 7:00 – 12:30**
- Druhým týdnem pokračuje pozvolná adaptace. Děti budou ve třídě zůstat již na oběd. Pokud však budete cítit potřebu, aby dítě chodilo i nadále dříve, lze se domluvit se třídními učitelkami.
- Často se stává, že děti, které první týden neměly se školou problém, jsou druhý týden plaché a do školy nechťejí. Buďte trpěliví, a hlavně s dítětem mluve a nebojte se na nás s čímkoliv obrátit.
- Režim dne bude obdobný jako v předchozím týdnu s tím rozdílem, že po pobytu venku se do školky vrátíme na oběd. To znamená, že se opět s dětmi převlékneme z venkovního do školkového oblečení (takto se budeme převlékat pokaždé).
- K obědu máme vždy polévku a druhé jídlo. Nejdříve jíme polévku, když dostaneme druhé jídlo, má dítě možnost říct, že mu polévka nechutná – dát ji stranou a vzít si druhé jídlo. Děti do jídla nikdy nenutíme, ale říkáme jim, aby zkusily ochutnat i to, co neznají.
- Po obědě si děti ještě půjdou na chvíli pohrát a pak si je již vyzvednete. Čas pro vyzvedávání po obědě je od 12:10 – 12:30

3. TÝDEN

- Od třetího týdne začíná „běžný“ režim, kdy mohou děti ve škole spát. **Provoz MŠ je od 6:00 – 17:00. Ráno od 6:00 – 7:30 se děti scházejí ve sběrné třídě. Od 7:30 můžete vodit děti do Vaší kmenové třídy.**
- Pokud dítě bude ve školce spát, je potřeba mu donést pyžamo (dáváme domů na vyprání jednou za týden – většinou v pátek) popřípadě plyšáka na spaní, který zůstane ve školce.

- *Od 3. týdne budete ráno při předávání dítěte připínat kolíček se značkou a jménem Vašeho dítěte pro identifikaci, zda jde dítě po obědě nebo po spaní. Na příslušné políčko na tabulce s obrázkem měsíce (=jdu domů po odpočinku) nebo sluníčka (=jdu domů po obědě). Tabulka bude umístěna na chodbě u dveří do třídy.*
- Správné připnutí kolíčku je důležité z toho důvodu, aby paní uklízečky mohly dětem připravit postýlky.
- Po obědě půjdou děti domů nebo půjdou odpočívat. Vyzvedávání dětí po obědě je možné od 12:10 do 12:30.
- Odpočinek vypadá tak, že se děti převléknou do pyžama a lehnou si na své lehátko (součástí lehátka je matrace, prostěradlo a peřina a polštář). Každý den dětem před odpočinkem čteme pohádku a poté jim pouštíme audio pohádku.
- Děti nenutíme spát, avšak většina dětí je po dopoledních činnostech unavená, jak po psychické, tak po fyzické stránce, tudíž většinou rychle usnou. Děti, které neusnou se mohou po poslechu pohádky věnovat klidovým aktivitám (kreslení u stolečku, skládání, modelování, prohlížení knih apod.)
- První dny, během nichž necháváte dítě ve školce spát je vhodné abyste si pro něj přišli, pokud možno co nejdříve. Odpolední vyzvedávání začíná ve 14:30.
- Postupem času můžete interval prodlužovat.
- Pokud adaptace dítěte nebude probíhat optimálně, budeme tuto situaci s vámi konzultovat a hledat řešení.