

# Adaptační program Mateřské školy

## *„ABY SE DÍTĚ CÍTILO VE ŠKOLCE DOBŘE“*

Cílem programu je zmírnění potíží dětí při zvykání na novou situaci, kterou vstup do MŠ pro dítě je.

Adaptační program je uplatňován především v září, ale i s každým dalším nástupem nových dětí v průběhu školního roku. Doba adaptace je individuální, závislá na dohodě s učitelkou ve třídě.

### **Opatření ze strany mateřské školy vedoucí ke snížení adaptačních problémů**

#### ***1. V den zápisu probíhá současně Den otevřených dveří.***

Děti i rodiče mají možnost prohlídky třídy, šatny MŠ, seznámení se s pedagogy a ostatním personálem školy.

#### ***2. Schůzka s rodiči nově přijatých dětí.***

Dle aktuální situace v červnu nebo v srpnu. Seznámení rodičů s adaptačním programem, školním řádem, podání informací o životě školy a možnostech spolupráce.

#### ***3. Krátkodobý pobyt před nástupem.***

Po vzájemné dohodě mohou děti s rodiči absolvovat krátkodobý pobyt v době pobytu na zahradě dopoledne či odpoledne nebo na vycházce. Termín si rodiče sjednají předem osobně s paní učitelkou ve třídě.

#### ***4. Ranní chvilky a společné aktivity se sourozenci.***

Malí sourozenci mohou příležitostně v době scházení se dětí do mateřské školy pobýt krátkodobě mezi staršími kamarády (prohlédnout si hračky, seznámit se s prostředím třídy). Děti, které se připravují na docházku do MŠ se, po domluvě s učitelkou, mohou s rodiči účastnit akcí – vánoční tvoření, lampiónová slavnost, čarodějný rej, tematická vycházka apod.

#### ***5. Adaptační týden, měsíc – je přizpůsoben, po dohodě, potřebám dětí a možnostem rodičů.***

Vysvětlíme rodičům strategii adaptace – to je pobyt dítěte v mateřské škole v době nástupu „do svačinky“, „do oběda“ a celodenně.

### **Postupy ze strany rodičů vedoucí ke snížení adaptačních problémů**

#### ***1. Trénujte odloučení.***

Příležitostná, jakákoliv krátkodobá odloučení umožní dítěti získat jistotu, že se vrátíte.

#### ***2. Zprostředkujte kontakt s jinými vrstevníky.***

Využívejte programů pro matky na MD, kde se děti učí soužití ve skupině.

### **3. Zvyšujte nezávislost dítěte na okolí, proto děti učte**

- samostatně a s lehkou dopomocí dospělého se svlékat a oblékat, používat WC
- obout bačkorky, boty
- používat kapesník
- jíst samo lžící
- domluvit se jednoduchými větami

**- neprodlužujte dobu loučení, rodiče snášejí odloučení někdy hůř než děti.**

Čím víc toho děti budou umět, tím rychleji zvládnou nároky života v kolektivu.

### **4. Používejte stejné rituály.**

Vodte dítě do MŠ vždy ve stejný čas a vyzvedávejte je pokud možno ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete – po obědě, po spaní – ne jen obecné názvy jako brzy, za chvíli, po práci apod.

### **5. Bud'te citliví a trpěliví.**

Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce prožilo, dělalo a co nového se naučilo. Nebavte se např. jen o tom, co bylo na oběd a jestli všechno snědlo.

### **6. Ujistěte dítě, že jej do školky neodkládáte.**

Vysvětlete mu, že jej máte rádi a že nechodí do školky proto, že na ně nemáte čas, nebo že s ním nechcete být doma. Každý má svět povinností – vy svou práci, Vaše dítě školku.

### **7. Dítě za zvládnutý pobyt v mateřské škole pochvalte a pozitivně ho motivujte.**

Neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké to muselo být strašné vydržet takovou dobu bez maminky. Naopak vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.

### **8. Zúčastňujte se akcí školy.**

### **9. Informujte učitelky o zvláštnostech svých dětí**

Jaké má alergie, zvláštnosti v jídlu, co nezvládá apod. Realizace adaptačního programu je postavena na spolupráci učitelky s rodiči a předpokládá osobní zaujetí z obou stran. Odměnou za vynaložené úsilí, v tomto pro všechny nelehkém období školního roku, budou spokojené děti a porozumění mezi rodinou a školou.

## **Co byste nikdy neměli dělat**

### **1. Nenechte se obměkčit – buďte důslední.**

Když už se jednou rozhodnete, že půjde dítě do školky, nedejte se přemluvit a trvejte na svém.

### **2. Nestrašete své dítě školkou – „ .... počkej, ve školce ti ukážou!“**

Za problémy se zvykáním jej v žádném případě netrestejte.

### **3. Nepřiznávejte, že je Vám také smutno a že se Vám stýská.**

Když zvládnete své emoce Vy, dítě je zvládne také. Rodič musí být oporou.

### **4. Netvrďte dítěti cestou do školky, že jdete na procházku, a nelžete mu o tom, v kolik hodin je přijdete vyzvednout.**

#### **Co všechno by mělo tříleté dítě zvládnout**

- Chodit, lézt, běhat a samostatně se pohybovat.
- Samo se najíst lžící, používat WC z vlastního podnětu, obléknout se a obout (s lehkou pomocí), umýt si ruce, používat kapesník (s pomocí).
- Hrát si a svou činností se po určitou dobu zabavit, uklidit si hračku.
- Myslet v konkrétních obrazech, ptát se (otázky proč, jak), být zvědavé.
- Pozorovat a napodobovat okolí.
- Mluvit a dorozumívat se o běžných věcech s dospělými i dětmi.
- Být přístupné výzvám, návodům a domluvám, používat pro sebe zájmeno „já“.
- Vyjádřit srozumitelně svou vůli (své potřeby).
- Přizpůsobit se přítomnosti druhého dítěte při hře a případně si hrát dohromady.
- Přijmout a řídit se pokyny paní učitelek mateřské školy a ostatních zaměstnanců školy.