**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 možností spolupráce.

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

Po vzájemné dohodě mohou děti s rodiči absolvovat krátkodobý pobyt v době pobytu na zahradě dopoledne 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 snáší odloučení někdy hůře než děti.***

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

***4. Používejte stejné rituály.***

Voďte 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. Buďte 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 jídle, co nezvládá apod. Realizace adaptačního programu je postavena na spolupráci učitelek 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. Nestrašte 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 jej 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 dopomocí), umýt si ruce, používat kapesník (s dopomocí).

· Hrát si a svou činností se po určitou dobu zabavit, uklidit si hračku.

· Myslet v konkrétních obrazech, ptát se (otázky proč, jak), být zvídavé.

· 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.