



KRŮČEK PO KRŮČKU

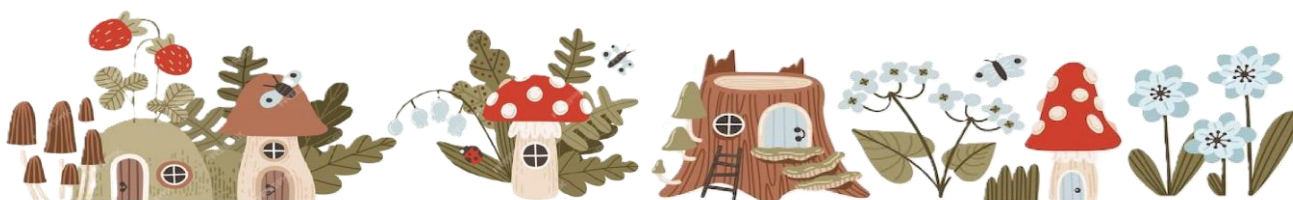
ADAPTAČNÍ PROGRAM

Adaptační program
zmírňuje počáteční
potíže při vstupu dítěte
do mateřské školy.
Informuje rodiče o
programu a podává rady
k minimalizaci problémů.



Obsah

1. Charakteristika adaptačního programu.....	2
2. Cíl adaptačního programu	2
3. Záměr adaptačního programu.....	3
3.1 Opatření ze strany školky vedoucí k minimalizaci adaptačních problémů	3
3.2 Postupy ze strany rodičů vedoucí k minimalizaci adaptačních problémů	4
3.3 Čeho se vyvarovat	6
3.4 Co všechno by mělo umět tříleté dítě	6





Krůček po krůčku

1. Charakteristika adaptačního programu

Vstup dítěte do mateřské školy je významnou událostí nejen v životě dítěte, ale i v životě rodiny. K tomu, aby si dítě rychle a plynule zvyklo, slouží adaptační program. Mnohé děti jsou doposud zvyklé jen na rodiče nebo jsou ostýchavé, mohou mít problémy s životem v neznámém kolektivu, mezi neznámými lidmi pod dohledem učitelek. Každé dítě je jiné, některé pláče, jiné se začlenění do kolektivu bez problémů. Čas potřebný k adaptaci závisí jednak na věku, neuropsychickém vývoji a jednak na celkovém přístupu k nově vzniklé situaci, jak ze strany dítěte, tak i ze strany rodičů. Je třeba dítě získat, zaujmout, upoutat a usnadnit mu novou situaci tak, aby učitelku přijalo jako dalšího člověka, kterého zná a věří mu. Adaptační program je především uplatňován v září, ale i s každým nástupem nových dětí v průběhu školního roku. Doba adaptace je individuální, závislá na dohodě s učitelkou ve třídě.

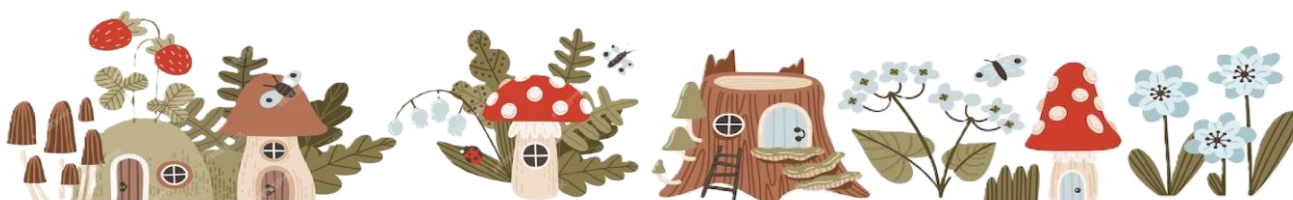


2

2. Cíl adaptačního programu

Cílem je:

- zmírnit potíže dětí při zvykání si na nové prostředí a na nové situace,
- vytvořit prostředí spokojenosti a pohody pro děti v novém prostředí mateřské školy,
- získat pocit bezpečí a sebejistoty při každodenním pobytu v mateřské škole.





3. Záměr adaptačního programu

3.1 Opatření ze strany školky vedoucí k minimalizaci adaptačních problémů

- **Den otevřených dveří.** V měsíci březnu probíhá Den otevřených dveří. Děti i rodiče mají možnost prohlídky prostor MŠ, seznámení se s pedagogy a ostatním personálem školy. Mají možnost se porozhlédnout, zapojit do her a denních činností v kolektivu.



- **Schůzka s rodiči nově přijatých dětí.**

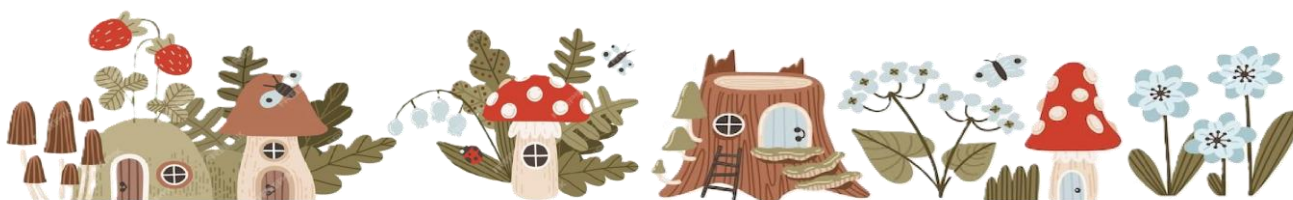
Dle aktuální situace v červnu a na začátku září seznámíme rodiče s Adaptačním programem, Provozním a Školním řádem, podáme informace o životě školy a o poradenském servisu, informace o vhodné literatuře např.: John Brinkley - 7 prvních let života rozhoduje,

Zdeněk Matějček - Co kdy a jak ve výchově dětí, Po dobrém nebo po zlém

Tereza Beníšková - První třídou bez pláče,

Marek Herman - Najděte si svého manžana.

- **Krátkodobý pobyt před nástupem.** Po vzájemné dohodě mohou děti s rodiči absolvovat krátkodobý pobyt v době pobytu na zahradě dopoledne, popř. i odpoledne. Termín si rodiče sjednají předem - s paní ředitelkou, na telefonu či e-mailu.
- **Ranní chvilky a společné aktivity se sourozenci.** Malí sourozenci mohou příležitostně, v době scházení se dětí do mateřské školy, pobýt krátkodobě mezi staršími kamarády. Děti, které se připravují na docházku do MŠ, se po domluvě s učitelkou mohou s rodiči účastnit na odpoledních akcích – Drakiáda, Lampionáda, Letní zahrada apod.





- **Adaptační týden, měsíc – je přizpůsoben po dohodě potřebám dětí a možnostem rodičů.** V prvním týdnu v září jsou obě paní učitelky na ranní směně, aby si dítě vytvořilo stejný vztah k oběma. Probíhá vzájemné seznamování, seznamování dětí s hračkami, se značkou, třídou, prostředím, uložením osobních věcí dětí v šatně, plněním hygienických požadavků, seznámení se se stolováním apod.

Jakmile získá dítě pocit bezpečí, je sebejisté a spokojené, nadchází poslední fáze adaptace tj. zvyknout si na myšlenku, že bude spinkat (odpočívat) jinde, než ve své postýlce. Tento úkol bývá pro dítě těžký a je potřeba na jeho zvládnutí dítě připravit. Rodiče i paní učitelka budou s dítětem o spaní (odpočívání) předem mluvit, vyberou doma vhodnou hračku a pyžamko. Snaží se společně vytvořit takovou atmosféru, kdy se dítě bude na spaní (odpočívání) v MŠ těšit. Teprve odchází-li dítě se samozřejmostí na lehátko, spokojeně z něj vstává a odchází si hrát, teprve tehdy můžeme prohlásit, že adaptace je úspěšně u konce.

- **Profesionální přístup pracovníků školy- pedagogických i nepedagogických**
Všechny pracovníce MŠ přistupují k dětem empaticky, vždy dodržují etický kodex pracovníků (klidné vystupování, citlivý přístup, vcítění se do nové situace a rodičů)

3.2 Postupy ze strany rodičů vedoucí k minimalizaci adaptačních problémů



- **Trénujte odloučení.** Příležitostná, jakákoliv krátkodobá odloučení umožní získat jistotu, že se vrátíte.
- **Zprostředkujte kontakt s jinými vrstevníky.** Využívejte programů pro matky na MD, kde se děti učí soužití ve skupině.
- **Zvyšujte nezávislost na okolí, proto uče děti samostatnosti**
 - při používání WC
 - ve stravovacích návycích (stolování, samo se najíst)
 - v sebeobslužných návycích (samo se obléknout, umýt)



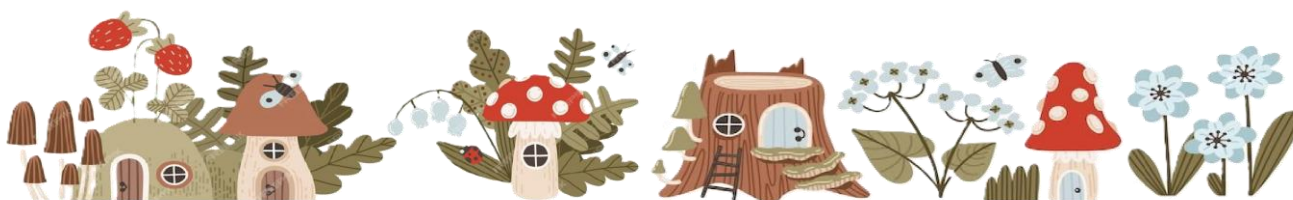


- vhodně zvolte druh oblečení (obutí-bez tkaniček, knoflíků)
- v objevitelských aktivitách
- pozorování a napodobování okolí
- dorozumívání se s ostatními (dospělými i dětmi)
- prosazování svého přání, názoru,
- uče děti respektovat běžné komunikační prostředky, jako jsou, doporučení, výzva, rada, či přání druhého
- tvořte spolu s dětmi pravidla, dbejte, aby je dodržovaly (dospělý stanovuje hranice, dítě je musí respektovat, pokud se Vám nepodaří u dítěte vytvořit návyk „poslechnout“ do 3 let, těžko jej to budete učit v 5, 6 letech)

Pravidla nejsou povídla – všichni musíme nějaká pravidla a řád v životě dodržovat, záleží na roli, kterou ve svém životě zastáváme, uče tomu i Vaše dítě

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

- **Používejte stejné rituály.** Přivádějte dítě do školky vždy ve stejný čas a vyzvedávejte je, pokud možno, ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete – po obědě, po spaní – nikoliv obecné názvy jako brzy, za chvíli, po práci apod.
- **Bud'te citliví a trpěliví.** Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo. Uče děti, těšit se na každý nový den.
- **Ujistěte dítě, že jej do školky neodkládáte.** Vysvětlete mu, že jej máte rádi a že každý máme svoje povinnosti – vy práci, Vaše dítě školku.
- **Dítě za zvládnutý pobyt ve školce pochvalte a pozitivně ho motivujte.** Neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké to muselo být strašné vydržet takovou dobu bez maminky. Naopak, vyzdvihněte jeho velikost, že je už velký a šikovný, a že obdivujete, co všechno sám dokáže a že se na něj už můžete spolehnout. Vzpomeňte pěkné zážitky, zahrajte si s ním hru, kterou se ve školce naučilo.





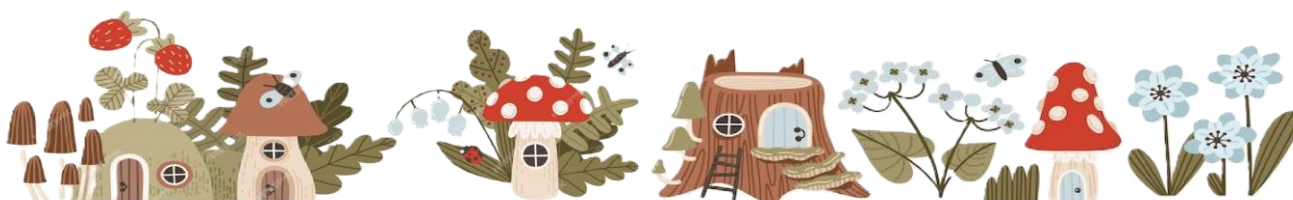
- **Zúčastňujte se akcí školy.** Např. v průběhu října probíhá společná akce – **Drakiáda** – společné pouštění draků, hry pro děti a opékání špekáčků umožní rodičům a dětem se navzájem poznat a navázat nová přátelství.
- **Informujte učitelky o zvláštnostech svých dětí.** Alergie, jídlo, co nezvládá apod. Realizace adaptačního programu je postavena na spolupráci učitelek s rodiči a předpokládá osobní zaujetí z obou stran. Odměnou za vynaložené úsilí v adaptačním období, budou spokojené děti a kvalitní vztah mezi rodinou a školou.

3.3 Čeho se vyvarovat

- **Nenechte se obměkčit – buďte důslední.** Když už se jednou rozhodnete, že půjde dítě do školky, nedejte se přemluvit a trvejte na svém.
- **Nestrašte své dítě školkou!** „Počkej, ve školce ti ukážou“, „Jestli budeš zlobit, půjdeš do školky.“ Děti se budou díky Vám školky obávat a dopředu si budou vytvářet negativní náhled. Za problémy s přivykáním jej v žádném případě netrestejte!
- **Nepřiznávejte, že je vám také smutno a že se vám stýská.** Když zvládnete své emoce vy, dítě je zvládne také. Rodič musí být oporou.
- **Netvrďte dítěti cestou do školky, že jdete jenom na procházku. Nelžete mu také o tom, v kolik je přijdete vyzvednout.**

3.4 Co všechno by mělo umět tříleté dítě

- chodit a samostatně se pohybovat,
- samo se najíst, umět používat lžici, používat WC z vlastního podnětu, obléknout se a obout (s lehkou pomocí), umýt si ruce, používat kapesník,
- 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,





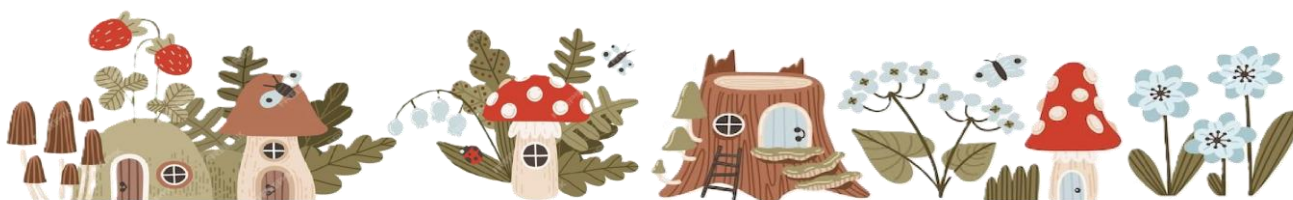
- být přístupné výzvám, návodům a domlouvám, používat pro sebe zájmeno „já“.
- vyjádřit srozumitelně svou vůli (svoje chtění),
- přizpůsobit se přítomnosti druhého dítěte při hře a případně si hrát dohromady,
- přijmout a řídit se pokyny paní učitelek mateřské školy a ostatních zaměstnanců školy.



Dosažené kompetence tříletého dítěte

7

Motorika	Hrubá motorika: běhá, chodí po špičkách, pokouší se postavit na jednu nohu, ale dosud se na ni neudrží, chodí po schodech nahoru a dolu a střídá nohy, seskočí snožmo ze schodu Jemná motorika: staví z kostek věže /8 kostek a více/ a mosty, navléká korálky, často střídá obě ruce Kresba: napodobí kruh a svislou čáru, postavu člověka kreslí jako hlavonožce, samo si kreslí, kresby jsou záměrné, dovede pojmenovat, co maluje /nevadí, že se to nepodobá realitě/
Řeč	Obsahová stránka: umí říkadla a písničky, pojmenovává obrázky i jejich části, na obrázku pochopí a vyjádří děj, mluví v jednoduchých větách, v řeči rozumí dobře běžné komunikaci, rozumí pokynům Formální stránka: dosud nevyslovuje hlásky správně, normální je i nahrazování hlásky jinou, přehození slabik, atd.





Sebeobsluha	Oblékání: obleče si ponožky, kalhoty, triko, nazuje si boty, zkouší zapnout velké knoflíky Stravování: jí lžící samo z vlastního talíře Udržování čistoty: je bez plen ve dne, v noci i odpoledne
Činnosti	Soustředění: zatím krátce, ale vydrží 5 minut u řízené činnosti, sedí u stolku s ostatními Pravidla: respektuje jednoduchá pravidla, dbá na jejich dodržování /domino, jednoduché pexeso/ Pohádky: poslouchá krátké pohádky, sleduje posloupnost obrazové pohádky, rozumí obsahu
Sociální oblast	Odloučení od matky: snáší odloučení, ale mohou být adaptační problémy až dva měsíce Přijetí pravidel: respektuje důležitost jednotlivých lidí, poslouchá pokyny a příkazy dospělých, okamžitě reaguje na přímý zákaz a příkaz /stůj, nesmíš/ Kontakty s vrstevníky: děti si zatím hrají více vedle sebe než spolu, půjčí hračku na požádání druhého a samo o hračku požádá, nebere ji druhému Rituály: chápe význam rituálu při loučení, vítání, usínání
Rozumový vývoj	Chápání vztahů: menší, větší, méně, více, nahoru, dolů, stejný jako, chápe význam předložek – na, pod, za, před, po, chápe rozdíl den x noc, teď x potom Vědomosti: zná zvířátka a některá mláďata, základní barvy, základní části těla /hlava, ruka, noha/ a části obličeje, své jméno a příjmení a místo bydliště, chápe jednoduchý humor

