

## **Adaptační plán nově přijatých dětí do mateřské školy Polerady**

Vážení rodiče,

Vaše dítě dospělo do věku, kdy poprvé přichází do mateřské školy.

Rozhodli jsme se proto, připravit pro Vás několik informací, které Vám pomohou se lépe v novém prostředí orientovat.

### **Krátká charakteristika předškolního období**

Předškolní období je důležitým momentem v životě člověka, kdy dítě vývojově překračuje hranice své rodiny a vstupuje do širší společnosti ostatních dětí. Ochranná a výchovná funkce rodinného prostředí je nadále klíčová a neztrácí nic ze svého významu, dochází pouze k rozšiřování společenského obzoru dítěte. Vědecké výzkumy i praxe dokazují, že kontakty s ostatními dětmi se utváří, formují, kultivují a vzdělávají životně důležité vlastnosti jako je souhra, spolupráce, sounáležitost, součinnost, soucit – tedy vlastnosti, které nemohou být nikdy nahrazeny hierarchicky uspořádanými vztahy mezi rodičem a dítětem či mezi dítětem a sourozencem. Proto je z vývojového hlediska mateřská škola nutným zařízením pro děti, plnícím funkci společensky vzdělávací instituce se svým společenským posláním.

### **Několik rad rodičům pro usnadnění nástupu dítěte do mateřské školy**

- Povídejte si s dítětem, hrajte si s ním, věnujte se mu, vyprávějte si s ním o mateřské škole, vypravte se do jejího okolí na vycházku
- Nevychvalujte školku ani školkou nevyhrožujte, držte se reality
- Vysvětlujte dítěti vhodné a nevhodné chování, proč tomu tak je
- Navštěvujte s dítětem rodiny s jinými dětmi, mateřská centra, kamarády
- Nechávejte dítě na určitou dobu v péči jiného známého člověka
- Upevňujte u dětí dovednosti a vedte je k samostatnosti při oblékání, jídle i při osvojování hygienických návyků
- Nespěchejte na dítě, dopřejte mu čas, aby zvládlo věci samo
- Buďte důslední, vedte dítě k úklidu hraček
- Každý den si najděte čas na čtenou pohádku, společnou hru, povídání

### **Co je vlastně ADAPTACE ?**

Adaptace neboli adaptační režim spočívá v postupném prodlužování předškolní docházky. Je to proces, ve kterém si dítě postupně zvyká na odloučení od rodičů a vstupuje do širší společnosti ostatních dětí i dospělých, ke kterým se učí získávat důvěru, poznává nové lidi a kamarády, ale také se přizpůsobuje novým pravidlům i odlišnému režimu než na jaký bylo zvyklé v domácím prostředí v bezprostřední blízkosti užší rodiny. U každého dítěte je tento proces jinak dlouhý, obvykle trvá kolem 6 týdnů , u někoho i déle.

V prvních dnech doporučujeme počítat s dostatečnou časovou rezervou. Jakmile nastane moment Vašeho odchodu, dohodněte se s dítětem i učitelkou, kdy si dítě z mateřské školy vyzvednete. Pro usnadnění adaptačního režimu doporučujeme dítě v prvních dnech vyzvedávat po obědě. V průběhu prvních týdnů bude dítě spíše pozorovatelem celé situace, zcela výjimečně se dítě zapojí do hry ostatních, ale víc po dětech ani chtít nemůžeme. V dalších týdnech

se dítě seznámí s prostředím třídy, bude vědět, jak den ve školce probíhá, co se děje ráno, co následuje po svačině, kdy se chodí na procházku apod. Dítě postupně začne získávat důvěru v paní učitelky, začne se zapojovat do nabízených aktivit, začne projevovat zájem o aktivity druhých dětí a začne si hledat první kamarády.

## **Jak dítěti pomoci ?**

- **Budte citliví, trpěliví, ale i důslední**

Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo. Nenechte se dítětem obměkčit, když už se jednou rozhodnete, že dítě půjde do školky, nedejte se přemluvit a trvejte na svém.

- **Ujistěte dítě, že jej do školky neodkládáte**

Vysvětlíte mu, že je máte rádi a že nechodí do školky proto, že na něj nemáte čas nebo že s ním nechcete být doma. Každý má svět povinností – Vy práci, Vaše dítě školku.

- **Komunikujte s učitelkou, důvěřujte jí**

Možná se dozvíte, že když ze školky po nervy drásající scéně odejdete, Vaše plačící dítě se rázem uklidní a jde si spokojeně hrát. V mateřské škole pracují kvalifikované učitelky s bohatými zkušenostmi a praxí, věřte, že si s Vaším dítětem poradí a najdou společnou cestu.

- **Potomka 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 / tatínka. Naopak – vyzdvihněte jeho pěkné zážitky, zahrajte si s ním hru, kterou se ve školce naučilo, naslouchejte mu, jaké má zážitky – informace si však nevynucujte.

- **Používejte stejné rituály**

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

- **Slibte dítěti vždy pouze to, co můžete splnit**

Pokud dítěti při ranním loučení slíbíte, že ho vyzvednete po obědě, splňte to. Nepoužívejte lež k tomu, abyste ráno plačící dítě uklidnili – ztráta důvěry může na delší dobu dítě opět znejistět.

- **Rozlučte se krátce a stále neopakujte dítěti, že má být hodné**

Loučení dlouze neprotahujte, někdy totiž loučení představuje větší problém pro rodiče než pro dítě samotné, proto je zbytečně nestresujte. Věřte, že v kolektivu ostatních bude Vaše dítě hodné.

## **Jak to u nás chodí – režim dne v MŠ**

- 7.00 – 8.30 příchod dětí do MŠ, předávání dětí pedagogickým pracovníkům, volné ranní hry
- 8.30 – 9.10 pohybové aktivity, osobní hygiena, dopolední svačina
- 9.10 – 9.40 samostatné, individuální, řízené činnosti pedagogickými pracovníky, spontánní hra
- 9.40 – 11.40 pobyt venku, osobní hygiena
- 11.50 – 12.10 oběd
- 12.10 - 12.30 vyzvedávání dětí, předčítání / poslech pohádek
- 12.30 – 14.00 odpolední odpočinek
- 14.00 – 14.30 osobní hygiena, odpolední svačina
- 14.30 – 16.30 samostatné, individuální, řízené činnosti pedagogickými pracovníky, spontánní hra, zájmové činnosti a pohybové aktivity, v případě příznivého počasí pobyt na školní zahradě

### **Co dítě potřebuje do mateřské školy**

- pohodlné oblečení do třídy
- bačkory nebo obuv s pevnou patou ( ne pantofle )
- pyžamo
- pohodlné oblečení na ven – kalhoty nebo tepláky ( legíny )
- vhodnou obuv na ven
- náhradní oblečení – tepláky, tričko, ponožky, spodní prádlo – uložení v šatně

Všechny věci musí být podepsané jménem a příjmením.

### **Co by dítě mělo umět před nástupem do mateřské školy ?**

- nepoužívat v průběhu dne ani odpoledního odpočinku pleny, dudlík, kojeneckou lahev
- umýt si ruce a samostatně používat WC
- umět si svléknout a navléknout kalhoty, tričko – pomůžeme se zipy, knoflíky, punčocháči
- umět se vysmrkat, utřít si nos, používat papírové kapesníky
- aktivně hlásit své potřeby
- samostatně jíst, pít z hrnečku a skleničky
- sedět u stolu u jídla, jíst polévku, hlavní jídlo, svačinu
- umět ukusovat chléb včetně kůrky – nekrájet na kousky
- dítě by mělo být zvyklé na pestrnou stravu – ovoce, zelenina, maso, přílohy...
- mělo by zvládat chůzi bez použití kočárku
- poznat si svoje oblečení, bačkory, boty
- poznat svoji značku, kterou bude označeno jeho místo v šatně, botník, místo na ručník
- umět chodit po schodech – nahoru i dolů
- umět si uložit svoje věci na hromádku na svoje místo
- obout a vyzout boty i bačkory
- orientovat se v jednoduchých pokynech, v krátkém vyprávění
- reprodukovat krátké písničky a říkanky, popsat jednoduše obrázek

## **Co říci závěrem**

V případě jakýchkoli dotazů, připomínek, námětů a problémů jsou Vám třídní učitelky Vašich dětí k dispozici, proto se neváhejte na ně kdykoli obrátit.

Naší snahou i odměnou jsou a budou spokojené děti, které budou schopné obstát ve škole i v běžném životě, rovněž i spokojení rodiče, kteří nám své děti svěřují.

V Poleradech dne 13.8.2021