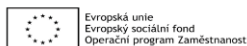


Název a číslo projektu:

Královská školička – dětská skupina Heřmaň
CZ.03.1.51/0.0/0.0/22_141/0017240



Motto:

“Oženit se, založit rodinu, přijmout všechny děti, jež přijdou, zachovat je na tomto nejistém světě a dokonce, bude-li to možné, je trochu vést, to je podle mého přesvědčení nejzazší meta, jíž může člověk dosáhnout.“ Franz Kafka



VNITŘNÍ PRAVIDLA – PLÁN ADAPTACE DĚTÍ KRÁLOVSKÁ ŠKOLKA-DĚTSKÁ SKUPINA

Milí rodiče, připravili jsme pro Vás plán adaptace, aby nástup Vašeho dítěte k nám byl pohodový pro něj i pro Vás.

Vstup dítěte do mateřské školy je významnou událostí nejen v životě dítěte, ale i v soužití celé rodiny. Děti, které se do té doby pohybovaly převážně v kruhu rodinném, najednou poznávají jinou společnost, nové kamarády i dospělé a nové prostředí. Některé děti se s touto změnou vyrovnávají snadno a s jistotou, jiné potřebují delší čas na přivyknutí nové situaci.

Naším velkým přáním je, aby se děti cítily ve školce spokojené a aby do ní chodily rády. .

Adaptační plán je součástí přijímacího řízení, slouží k posouzení možnosti přijetí dítěte do dětské skupiny (dále DS) a po skončení doby adaptace bude toto přijímací řízení ukončeno a dítě přijato nebo jeho nástup odložen po dohodě s rodiči a podle zralosti dítěte k pobytu v DS. O průběhu adaptace bude veden záznam v DS ve složce dítěte.

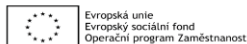
Plán adaptace je rozložen na dva měsíce a pokud dodržíme společně body níže, určitě se nám společně podaří adaptaci zkrátit a přijetí dítěte a jeho začátek v DS učinit příjemnějším.

1. týden – chodíte každý den na pár minut až ½ hodinu, nejprve buďte ve třídě s dítětem pár minut, poté třídu/ hernu opusťte a zůstaňte v šatně nebo někde poblíž, aby Vás dítě nevidělo
2. týden – na ½ hodinu až hodinu nechte dítě v herně s chůvami, zůstaňte buď v šatně nebo se jděte projít ven apod.
3. týden – pokud první dva týdny proběhnou dobře, tento týden můžeme začít s pobytem dopoledne a zapojením se dítěte do řízených činností v hernách, procházce a pobytu venku
4. týden – pokračujeme jako v třetím týdnu a pokud vše probíhá podle plánu, zkusíme spánek po obědě s vyzvednutím dítěte ihned po svačince
5. týden – zkusíme prodlužovat pobyt dítěte podle pracovní doby rodiče, aby si dítě zvyklo na dobu, kterou bude v DS během týdne - takto pokračujeme až do konce 2.měsíce adaptace

Název a číslo projektu:

Královská školička – dětská skupina Heřmaň

CZ.03.1.51/0.0/0.0/22_141/0017240



Dostatek času necháváme z důvodu individuálního přístupu. U některých dětí bude adaptace trvat měsíc, u někoho déle, každé dítě je jiné... Po ukončení adaptace obdrží rodič informaci ohledně přijetí dítěte nebo potřebného odkladu.

Zde několik našich doporučení před zahájením adaptace:

1. Nevracejte se

Zde se zastavte a podívejte se na to z pohledu dítěte. Dítě má strach a brečí, kvůli tomu rodič znejistí a pravděpodobně se bude chtít vrátit. Dítě má radost, že se rodič vrací a utiší se, nicméně už je ostražitě a nejspíš ze svého rodiče cítí nervozitu.

Už mu tolik nevěří a hlídá si ho a hledá sebemenší náznak, že se opět chystá odejít. Nervozita stoupá na všech stranách a přenáší se. Rodič je neklidný, dítě o to více a chůvy už také, protože tuší, že při druhém pokusu o odchod bude pláč ještě větší a bude je to stát více úsilí dítě utišit.

Navíc začne hrát roli čas, ve školce i v jeslích mají aktivity pevný řád. Ráno přivítání, hra, následované společným kruhem a aktivitami, potom svačina. Adaptace vyžaduje větší zapojení chůvy, protože se věnují dětem, co potřebují upokojit. Pokud protahujete loučení, nabourává to každodenní běh školky a jeslí a věřte, že úplně nejhorší je předávat dítě u svačiny nebo když se jde ven.

Zkuste si obsluhovat pět dětí u jídla a k tomu uklidňovat dítě, které dostane záchvat. Věřte, že to je hodně těžké pro každého sebezkušenějšího učitele. Chcete pomoci dítěti, ale nevědomky mu škodíte.

Z toho důvodu po vás chůvy chtějí, abyste předali dítě v šatně včas, co nejrychleji a nechodili s ním do třídy. Potřebují prostor na ztišení dítěte, což se opravdu podaří. Pokud ne, bývají s vámi domluveny, že se ozvou, aby vás informovaly. Jako provozovatelé školky a jeslí nemáme zájem dítě zlomit, chceme v něm strach odbourávat postupně po malých dávkách, dát mu potřebný pocit jistoty a bezpečí.

2. Mluvte s dětmi o tom, co je čeká

Navodte dětem stereotyp a dokolečka vysvětlujte, proč do školky chodí. Motivujte dítě například tím, že si ve školce bude hrát s dětmi, budou tam nové hračky a zábava a že si pro něj přijdete. Měli byste zůstat klidní a projevovat svou spokojenost s paní učitelkou, vybavením školky i bezvadnými dětmi, mezi kterými si vaše dítě najde kamarády.

U větších dětí byste měli vyjádřit své očekávání, co se ve školce dítě naučí a co může pak naučit rodiče. Nové básničky, písničky, rukodělné práce. Důležité je vyjádření, že školka je vaše společná záležitost, že občas půjdete do školky na besídky a společné akce.

3. Kvalitní personál – je to základ dobré adaptace

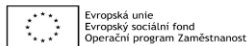
Co se děje po Vašem odchodu? Chůva se ujme plačícího dítěte a určitě ho nenechá bez povšimnutí. Chůvy v Královské školce jsou proškolené přístupem Respektovat a být respektován.

Umí dobře pochopit emoce dětí a hlavně jim umí dát patřičnou dávku pochopení. Někdo by plačícímu dítěti řekl například: „Nebreč, maminka přijde za chvíli.“ Nebo „Vidíš, ostatní přece taky nebrečí.“ Nebo by se snažil dítěti nabídnout různé podněty, aby odvedl jeho pozornost od myšlenky na maminku. Představte si sebe, když jste rozladěni a ostatní se vám snaží radit, litovat nebo dokonce ignorovat Vaše emoce.

Název a číslo projektu:

Královská školička – dětská skupina Heřmaň

CZ.03.1.51/0.0/0.0/22_141/0017240



Jak byste se při tom cítili? Nic moc, že? Chůva dá nejprve dítěti vědět, že rozumí jeho pocitům a ví, že je smutné, že maminka odešla. Dítě pomůže utiřit například tak, že mu ukáže pravidelné dýchání nebo ho vezme do náruče. Dítě dobře vnímá, že mu někdo rozumí a neignoruje jeho pocity.

Dále chůva vysvětlí, že se maminka brzy vrátí. Děti ještě moc nechápu pojem brzy nebo chvilka, takže je jim několikrát zopakováno, že si teď budou hrát nebo něco společně dělat, pak půjdou na svačinu a maminka přijde po svačině. Řeč u batolat bývá ještě nesrozumitelná, to však není překážkou, aby se chůva nemohla vcítit do potřeb dítěte.

4. Přístup k chůvám a učitelkám

Když toto vše pochopíte, přestanete chůvy vnímat jako bezcitné osoby, které Vám rvou plačící dítě z rukou. Vědí totiž dobře, že rychlé loučení je neúčinnější. Dokážou dítě rychleji utiřit. V našich dětských skupinách máme za sebou více jak 260 adaptací dětí ve věku od 1,5 roku do 3 let. Jen velmi malá část dětí neplakala, protože byly zvyklé na kolektiv a neměly silnou fixaci na rodiče.

Často jsem ze začátku naší práce měla pochyby, zda je normální, aby děti proplakaly téměř celý první měsíc, kdy začnou do školky chodit.

Pak mi s postupem času začalo docházet, že to není naší vinou, ale jde o proces adaptace. Zjistila jsem, že i kdybych měla zaměstnankyně s největší empatií a sebelepší nabídku služeb, dítěti pocit strachu zmizí až s postupem času, když si zvykne.

„Zvyknout si“ - co to vlastně pro dítě znamená?

1. Seznámit se s cizím prostředím, cizími lidmi - a že jich kolem něj najednou není málo, spoustou zvuků, věcí a barev
2. Získat k tomu všemu důvěru – což je to nejdůležitější
3. Přijmout nějaký řád, který se bude trochu lišit od toho domácího
4. Přijmout to, že už není to jediné a nejdůležitější na světě, že jsou tu i ostatní, stejně důležití a že tu není ten rodič, co mu pořád chrání záda
5. Vyrovnat se s tím, že se mu stýská

Představte si, že jedete na týden na dovolenou bez dětí, nejdřív se těšíte, že si odpočinete. Po příjezdu Vám však děti začnou chybět a vy litujete, že je tu nemáte, i když je to na dovolené fajn. Jste na dítě tak fixovaní, proto se nedivte, že děti nejsou první dny šťastné, když odcházíte.

5. Začít musíte u sebe

Co tedy s tím? Vysvětlujeme rodičům, jak dítě bude reagovat a jak mu můžeme nejlépe pomoci. Protahováním stresu z loučení dítěti přihoříte. Dítě stejně tuší, že chcete odejít, Vy jste jako uzlík nervů, který se chystá utéct. Nejlepší je říct mu:

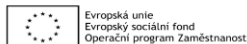
„Za chvilku se vrátím a pak spolu půjdeme ven.“ Odejít s jistotou a nevracet se, i když uslyšíte brečení. V dalších dnech se situace opakuje obdobně s tím rozdílem, že interval na utišení dítěte se zkracuje a dítě se začíná cítit bezpečně. Vidí, že chůvy o něj mají zájem.

6. Dejte dítěti čas na zvykání

Nové dítě potřebuje svůj prostor, poznává nové okolí pomaleji a většinou potřebuje být stranou, nezapojovat se. Ostatní děti kolem sebe toleruje, pokud mu ostatní neberou hračky, ale jinak si s nimi hrát nepotřebuje. Některé děti se intenzivně pokoušejí navázat kontakt, ale nové dítě se většinou stáhne.

Název a číslo projektu:

Královská školička – dětská skupina Heřmaň
CZ.03.1.51/0.0/0.0/22_141/0017240



Nejprve pozoruje, co se kolem něj děje, hračky si spíš prohlíží a vyčkává. Jsou také děti plaché, které i po delší pravidelné návštěvě jeslí/školky budí dojem, že jsou ve školce nováčci, to je ale spíš výjimkou. Nečekejte, že za týden si dítě na nové prostředí zvykne.

7. Informujte a informujte se

Pravidlo rychlého loučení zůstává u každé individuality dítěte stejné. Pokud máte dojem, že potřebujete přece jen delší čas, můžete se pět minut zdržet v šatně, ujistit dítě, že jste s ním a že ho v tom podporujete. V šatně je třeba být opatrný, neukazovat se zbytečně dítěti. Znáám zařízení, kde na nástěnce najdete upozornění, abyste se loučili při adaptacích rychle.

Funguje to zkrátka všude velmi podobně, jen ne všude vám o tom dají dostatek informací. Informace na začátku jsou důležité pro obě strany. Chůvy by měly vědět, zda se u Vás doma zrovna něco neděje, třeba se stěhujete nebo očekáváte dalšího potomka a podobně.

To jsou všechno faktory, které mohou ovlivnit chování dítěte. Berte dětskou skupinu jako partnera, se kterým je potřeba komunikovat. Podílíme se také na výchově dětí a potřebujeme od vás informace stejně, jako vy očekáváte informace od učitelek nebo paní ředitelky.

8. Ze začátku chodte pravidelně a co nejvíc

Ted' už chápete více, co se děje na každé straně, přejděme k praktickému doporučení, jak načasovat zvykání. U dětí, které ještě nikdy nikam nechodily, počítejte, že první týden bude dítě bez Vás nejvýše hodinku až dvě (spíše méně).

Po týdnu se čas natáhne o hodinu, a když to jde vše dobře, zkusíme ve třetím týdnu svačinu a procházku ven. Na první procházku ven můžete dítě doprovodit, další procházku již nechte na něm, ať to zkouší bez vás. Teprve na konci prvního měsíce by dítě ve věku do tří let mělo vydržet v klidu do oběda i se spaním a mělo by se rychle utiřit po odchodu rodiče.

Některí rodiče se domnívají, že již druhý týden zvládne dítě bez problému spinkání. To je urychlené a rozhodně to nedoporučujeme u dětí do 3 let, které jsou v dětském kolektivu poprvé bez rodičů.

Velmi důležitá je pravidelnost, abyste chodili včas a pokud možno co nejčastěji. 1-2x týdně nestačí a dítě si může zvykat i půl roku. Počítejte s tím, že adaptaci obětujete první dva měsíce. Zapojte třeba další členy rodiny, kteří dítě odvedou nebo vyzvednou. Tatínci obvykle bývají klidnější a dokážou se s loučením vyrovnat lépe.

Důležité je i komunikace se školkou, pokud se na něčem domluvíme, tak to platí.

Navázání vzájemné dobré spolupráce mezi personálem Královské školky a rodinou je základní podmínka pro kvalitní spolupráci.

Aktualizováno:

V Písku 01.08.2022

Mgr. Jaroslava Králová

Asociace jihočeských rodin z.s.

Jihočeské ženy z.s.

Královská školka

Název a číslo projektu:

Královská školička – dětská skupina Heřmaň

CZ.03.1.51/0.0/0.0/22_141/0017240

