



Vážení rodiče, vstup do mateřské školy je důležitým momentem pro celou rodinu, proto přinášíme pár rad a informací, které se Vám budou možná hodit ☺

Adaptační program MŠ spočívá v podstatě v postupném prodlužování docházky dítěte do mateřské školy. Ze začátku pobývá dítě v MŠ pouze pár hodin, později se účastní vycházky, zůstává na oběd, a až nakonec zůstává v MŠ i spát a pobývá zde až do odpoledních hodin. Každá tato fáze je libovolně dlouhá. *Adaptační program je přizpůsoben potřebám dětí a možnostem rodičů.*

Vstup do mateřské školy je významná událost v životě dítěte. Mnohé děti byly doposud zvyklé jen na maminku s taťkou, sourozence, či prarodiče. Mohou být vystrašené, někdy i pláčou, jiné se začlení do skupiny dětí bez větších problémů. Občas přijde krize až po několikadenním pobytu v mateřské škole. Adaptaci na MŠ ovlivňuje mnoho faktorů, např. minulé zkušenosti dítěte, jeho celková zralost, přístup rodiny apod. Každé dítě se projevuje jiným způsobem, je jedinečné, je osobnost.

Kdy probíhá?

Adaptační program je uplatňován převážně v září, kdy nastupuje do MŠ většina dětí poprvé, ale i s každým dalším nástupem nových dětí v průběhu školního roku.

Jak dlouho?

Doba adaptace je individuální, závisí na mnoha faktorech. Optimální je, pokud se dítě zadaptuje během prvního měsíce. Většina dětí to zvládne během 2-3 týdnů. Pokud v tomto období dojde k přerušení docházky například z důvodu nemoci, může se doba adaptace prodloužit.

Promluvte si s učitelkami ve vaší třídě o možnostech postupné adaptace dítěte – první dny pobyt dítěte omezit na dvě hodiny, další týden postupně prodloužit do oběda, další týden připravit dítě na odpolední spaní. Konzultujte s nimi včas případné časové prodloužení docházky vašeho dítěte.

OSAMOSTATŇUJTE SVÉ DÍTĚ – CO BY MĚLO TŘÍLETÉ DÍTĚ UMĚT PŘED VSTUPEM DO MŠ

Chcete, aby se vaše dítě cítilo v mateřské škole dobře? Chcete mu usnadnit přechod z domova do kolektivu?

Máme pro vás několik základních informací:

Hygiena

Samostatně používat toaletu (na toaletu si řekne..)

Umýt si ruce mýdlem a samo se utřít

Používat kapesník, vysmrkat se

Oblékání

Obléknout a svléknout s malou dopomocí dospělého (natáhnout tepláčky, nazout bačkorky, ..)

Poznat si své oblečení(nejlepší bude, pokud oblečení dětem označíte třeba nažehlovacím jménem, jsou i jiné varianty..)

Obout a vyzout si boty (je lepší pořídit dítěti do školky boty na suchý zip či jiný způsob zapínání, který dítě samo zvládne)

Dát si svoje oblečení na hromádku

Stolování

Pít z hrníčku (v MŠ mají děti svůj z domova, můžete si na hrníček doma zvykat..)

Držet lžíci, umět s ní jíst

Při jídle sedět u stolu, udržovat čistotu

Komunikace a spolupráce

Znát základní pravidla slušného chování (pozdravit, poděkovat, poprosit)

Poznat si svojí značku

Uklidit si po sobě hračky

Odloučit se na chvíli od rodičů

Jiné dovednosti

Chodit za ruku po chodníku (některé děti nesou zvyklé se držet za ruce, nastává pak problém při vycházce, pamatujte na to ☺)

Ujít kratší vzdálenost (cca 30 min.), nevozit dítě jen na kole a v autě ☹

Zvládat chůzi po schodech, samozřejmě dle individuálních zvláštností

ADAPTAČNÍ MĚSÍC

První týden

Snažíme se, aby první týden v září byly, pokud možnou obě paní učitelky první dny v týdnu na ranní směně, aby si dítě vytvořilo stejný vztah k nim oběma.

Probíhá vzájemné seznamování, seznamování dětí s hračkami, se značkou, třídou, prostředím, uložením osobních věcí dětí v šatně, plněním společenských a hygienických požadavků, seznámení se stolováním apod.

Druhý týden V druhém týdnu můžeme po dohodě s učitelkou prodloužit pobyt dítěte v MŠ na celé dopoledne – tedy včetně vycházky a oběda. Některé děti

špatně snáší každou změnu v denním režimu – přechod ze třídy do umývárny, do šatny. Opět je rozdíl v chování jednotlivých dětí — některým změny nevadí, některé se rychle přizpůsobí, jiným trvá adaptace déle.

Třetí týden Třetí týden je dobré pro úspěšné zvládnutí adaptace pokračovat v docházce do MŠ pouze v dopoledních hodinách. Některé děti již zvládnou pobyt v MŠ po celý den. Pokud je ale v možnostech rodiny vyzvedávat dítě po obědě, je pro dítě tato varianta lepší. Nemá smysl spěchat na prodlužování doby pobytu dítěte v MŠ. Délka pobytu závisí především na psychice dítěte a jeho zvládnutí režimu v MŠ a odloučení od rodiny. V úvahu jsou brány také možnosti rodičů.

Čtvrtý týden, případně později Největší obavy mají děti z odpoledního odpočinku. Jakmile získá dítě pocit bezpečí, je sebejisté a spokojené, přichází poslední fáze adaptace tj. zvyknout si na myšlenku, že bude spát jinde, než ve své „postýlce“. Tento úkol bývá pro dítě těžký a je nutné ho na jeho zvládnutí dostatečně připravit. Nejen učitelka, ale především rodiče by měli s dítětem o spaní předem mluvit, vybrat doma vhodnou hračku a pyžamo. Měli bychom společně vytvořit takovou atmosféru, kdy se dítě bude na spaní v MŠ těšit.

Během adaptace umožňujeme nově nastoupivším dětem, aby byli rodiče přítomni po nezbytnou dobu ve třídě. Pamatujte prosím na to, že nesmíte v žádném případě paní učitelce zasahovat do výuky. A pokud již ve třídě jste, pomozte např. při úklidu hraček, při tvoření s dětmi apod. Rozhodně adaptace neprobíhá tak, že rodiče sedí v rohu třídy a dítě konejší.

Uvědomte si milé maminky a tatínkové, že náladu na své děti přenášíte, dítě vycítí, že je Vám smutno a pláče s vámi. Pobyt v třídě naruší pohodu a klid dětem, které již maminku či tatínka ve třídě nemají a mohou začít opakovaně plakat také. Buďte důslední, a pokud se rozloučíte, neprodlužujte loučení. Pokud jsou pro Vás začátky v MŠ těžké, pověřte někoho z rodiny (třeba babičku a dědu), kdo rozloučení a předání dítěte v MŠ zvládne za Vás. Začátky jsou všude těžké a je potřeba se obrnit trpělivostí. **Teprve odchází-li dítě ráno do MŠ s radostí, teprve tehdy můžeme prohlásit, že adaptace je úspěšná**

Vaše paní učitelky ☺