

ADAPTAČNÍ PLÁN DÍTĚTE

Dětská skupina Barvička

Prostřednictvím adaptačního plánu nabízíme možnost, jak zvládnout bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu dětské skupiny (DS). Jsme si vědomy toho, že vstup každého dítěte do DS patří k významným událostem v životě dítěte i celé rodiny a je zásadním zásahem do dosavadních zvyklostí. Dítě přestává být středem dění ve své rodině a stává se součástí společenství, ve kterém bude muset společně s ostatními dětmi dodržovat určitá pravidla.

Pomáhá nám, když od rodičů víme, čeho se dítě bojí, co ho baví, v čem je šikovné. K tomuto nám slouží dotazníky, které rodiče obdrží spolu s dalšími dokumenty.

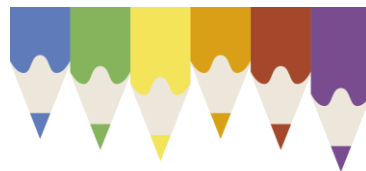
Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku a psychickém vývoji dítěte a je u každého dítěte individuální. U někoho může trvat několik dní, u jiného i několik týdnů. Při samotném nástupu doporučujeme dobu strávenou v DS postupně prodlužovat, dle možností rodičů, a hlavně psychických limitů dítěte.

1. Rady pro rodiče při adaptaci dítěte

Používejte stejné rituály

- vodte dítě do DS vždy ve stejném čase a vyzvedávejte je, pokud možno ve stejnou hodinu;
- používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete – po obědě, po svačince (nejen obecné např. brzy, za chvíli, po práci apod.)





Předání dítěte pečující osobě (tetě)

- zbytečně neprodlužujte ranní loučení a nevyvolávejte v dítěti lítost nad vzájemným odloučením;
- při pláči dítěte buďte přívětiví, ale i rozhodní;
- děti vycítí emoce (nejistotu rodičů) a někdy je to pro ně náročnější;
- prodlužováním loučení prodlužujete pláč dítěte;
- neodcházejte tajně, bez rozloučení;
- není vhodné slibovat odměny typu: když nebudeš plakat, tak
- je důležité dávat sliby, které splníte (přijdu po obědě...)

Přibalte dítěti mazlíčka

- dovolte dítěti, aby si s sebou vzal do DS svou oblíbenou hračku, např. „plyšáka“;
- existence pevného bodu, známé osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí.

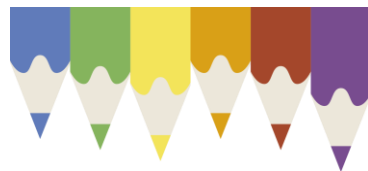
Předávání dětí rodičům

- pečující osoby při předávání dítěte rodiče informují, jak dítě pobyt v DS prožilo a je již na rodičích, zda budou chtít položit doplňující otázky o prožitém dni jejich dítěte v DS;
- dítě za zvládnutý pobyt v DS pochvalte, pozitivně motivujte, vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.

Vyzvedávání dětí

- při vyzvedávání dítěte z DS se může stát, že dítě reaguje pláčem (je to naprosto přirozená reakce);
- dítě nelitujte, že muselo být přes den samo bez vás;
- buďte citliví a trpěliví;
- vyprávějte si o tom, co dítě ve skupince dělalo a co nového se naučilo;
- ujistěte dítě, že je do DS neodkládáte;
- vysvětlete mu, že ho máte rádi a že nechodí do DS proto, že na něj nemáte čas, nebo že s ním nechcete být doma (každý má své povinnosti – vy práci, vaše dítě skupinku).





2. Co zajišťujeme pro co nejlhadsí adaptaci dítěte

Úvodní schůzka s rodiči

- týká se informací o provozu DS;
- předání potřebných dokumentů k nástupu do DS (včetně dotazníků o dítěti);
- rady, jak pomoci dítěti k nástupu a zodpovězení otázek rodičů;
- při této příležitosti mohou být děti přítomny v DS a seznamovat se s jejím prostředím.

Individuální přístup

- nově přichozím dětem věnujeme zvýšenou individuální péči;
- nenutíme děti do společných aktivit ani do jídla;
- individuální přístup k dětem, citlivé přijetí, klidné vystupování, tolerance, vcítění se do situace dítěte;
- dítě je třeba získat, zaujmout, nadchnout, upoutat, a usnadnit mu novou situaci tak, aby pečující osobu (tetu) přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získá důvěru.

Konzultace

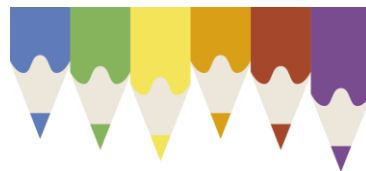
- kdykoliv budete potřebovat, stačí zavolat do DS, napsat SMS nebo e-mail a můžeme se sejít a probrat, co trápí Vás nebo Vaše děti;
- samy píšeme u nových dětí maminkám informační SMS, aby neměly obavy;
- stejně tak se Vám můžeme ozvat my, pokud bychom se s Vámi potřebovaly poradit.

3. První týden s úsměvem a pak slzičky

První dny bývají děti v DS nadšené. Zhruba po pár dnech může, ale nemusí nastat první krize. Dítěti dochází, že docházka do DS je napořád. To v dětech vyvolává obrannou reakci, jako je například ranní pláč, znovu pomočování či vztekání cestou do DS nebo v šatně. Někdy přijdou adaptační obtíže až po pár týdnech bezproblémové docházky a nemusí to mít žádnou objektivní příčinu.

Nebojte se, tímto prochází velká část dětí a je to zcela přirozená součást adaptačního cyklu na DS.





Pokud se objeví adaptační problémy, budeme hledat společně individuální řešení v zájmu dítěte. Toto by mělo nejdéle do 3 měsíců odeznít (při každodenní docházce dítěte). Při přetrvávajících potížích s adaptací a po konzultaci s pediatrem je doporučen odklad docházky. K tomuto dochází zcela výjimečně.

Bohužel při nástupu do DS mohou dětem ztěžovat adaptaci opakující se nemoci, kdy dítě přijde z rodinného kruhu do dětského kolektivu po delší době. Míra stresu je po nástupu do nového prostředí vysoká. Dítě je psychicky oslabené a nemá ještě dozrálý imunitní systém a je tedy vůči nemocem méně odolné. Počítejte tedy předem s tím, že dítě bude ještě potřebovat Vaši zvýšenou pozornost a promyslete, jak budete řešit ošetřování dítěte v případě nemoci. Nedoléčené děti přispívají k nekonečnému koloběhu nemocí, a tím k prodlužování adaptačního procesu. Navíc nedoléčenému dítěti není ve školce dobře a nepřispívá to k jeho dobré zkušenosti s DS.

Dětská skupina je přes veškeré případné problémy při adaptaci obrovským přínosem do života. Dítě se tu naučí sociálním dovednostem, díky nimž bude schopnější obstát v kolektivu, uhájít si své místo, spolupracovat, soupeřit i uznávat jinou autoritu. Dětská skupina vlastně představuje první krok k osamostatnění vašeho dítěte, který vede do plynulého a bezproblémového přechodu do mateřské školy.

V Miroslavi 24. 8. 2026

Vypracovaly:

Anna Tinková

Lenka Demková

Sabina Matyšková

Michaela Saletová

Bc. Jana Vyoralová

ředitelka

