**Adaptační období v mateřské škole Rumburk V Podhájí**

V případě potřeby může být rodič v době adaptace ve třídě s dítětem. První den tak hodinku, postupně se prodlužuje doba setrvání dítěte ve školce, „maminka se posílá na nákup“ a dítě se už pomalu osamostatňuje. Jen malé procento dětí vše zvládne bez slziček, tak se proti nim obrňte a důvěřujte pí. učitelce. Většinou netrvají déle než pět minut a pak si jdou hledat lepší zábavu. Důležité je, aby rodič rychle odešel, neloučil se dlouho s dítětem, nestál za oknem, kde by ho mohlo dítě spatřit.

Adaptace trvá až týden, pak už by to mělo dítě zkoušet samo, aby si nezvyklo, že je tam rodič stále s ním. Z praxe víme, že odloučení snáší ještě hůře a jednou bude muset zůstat ve školce samostatně.  
Pokud chcete, aby dítě spalo, učiňte tak po domluvě s učitelkou, ale alespoň čtrnáct dní choďte jen na dopoledne, aby to pro dítě nebylo moc dlouhé odloučení.  
Pokud má Vaše dítě nějaká omezení (zdravotní problémy, alergie…), obeznamte s tím učitelky. Čím více o dítěti vědí, tím lépe.   
O školce doma mluvte hezky. Nestrašte s ní dítě, neznechucujte mu ji („ve školce to budeš muset dělat, počkej, paní učitelka tě naučí, děti se ti budou smát…“). Tím si může dítě vytvořit přirozený odpor, který je pak těžké překonat.

**První dny ve školce**

Už první den ve školce by měl probíhat standardně, aby i nejmenší děti od samého začátku věděly, na čem jsou a jak to bude ve školce vypadat – jistota a opakování je tím, co adaptační období usnadňuje. Počáteční tři měsíce jsou pro dítě víceméně seznamovací, dítě si zvyká na nový režim, na nové kamarády, prostředí, vstřebává pravidla… Není žádná ostuda, že třeba nekreslí žádné obrázky nebo se nezapojuje do činností. Důležité je, že si hraje, navazuje kontakty a nachází své místo ve skupině dětí. To ostatní se dostaví samo, až přijde ten správný čas.

Mohou přetrvávat potíže typu „já dneska nechci“. Většinou je to jen zkouška nervů rodiče, dítě dobře ví, jak rodiče obměkčit. Je důležité zatnout zuby a nepovolit. Jakmile jednou rodič ustoupí, bude to dítě zkoušet další a další dny. Rodiče a děti pak prožívají ranní stresy a dohadování s dítětem, zda přijdete „po obědě“. Stejné problémy se můžou objevovat i po nemoci, kdy bude opět nějaký čas trvat, než se dítě aklimatizuje na školku.

**Jak předcházet úzkostnému chování dítěte před nástupem do MŠ?**

Umožněte dítěti získat pozitivní zkušenosti s odloučením od rodičů (např. hrami u sousedů bez přítomnosti rodičů). Vytvářejte dítěti možnost kontaktu s ostatními dětmi. Podporujte dítě v samostatnosti v sebeobsluze, protože v začátcích je pro dítě každá prosba o pomoc, kdy musí komunikovat s neznámými dětmi a paní učitelkou přítěží.

Po nástupu do školky stanovte pravidlo, kdy si dítě budete vyzvedávat (např. vždy po spaní a v pátek po obědě) a pak to dodržujte a neměňte. Až si dítě zvykne, případné zdržení rodiče nebo prodloužení času ve školce bere v pohodě.

**Jaký „recept“ mají učitelky mateřské školy na zmírnění dětského pláče při ranním loučení?**

Každá pedagogická pracovnice je odborně připravena na svou profesi natolik, že dokáže porozumět dítěti a respektovat jeho individuální potřeby, kterým přizpůsobí průběh adaptace na MŠ. Pomáhá přítomnost kamaráda nebo sourozence ve třídě, hračka z domova, kterou si dítě přináší s sebou apod. Na loučení si dítě zvyká postupně a většinou po odchodu rodičů přestává plakat, protože ho učitelka dokáže zajímavou činností nadchnout a zabavit.

Recept: úsměv učitelky, přivítání se s dítětem, projevení radosti, že dítě opět přišlo do školky, vyprávění o tom, nač se dnes může těšit… a ujištění, že maminka brzy pro něj přijde, jen co si ve školce pohraje…

**Adaptační plán má dvě fáze**  
1/ základní  
2/ doplňkovou  
  
**Základní fáze je rozvržena do dvou týdnů**, **vždy po domluvě s paní učitelkou**  
  
1. týden  
1. den v MŠ za účasti rodičů - přivítání, vzájemné seznámení – maximálně 1 hod.  
do konce týdne docházka dítěte nejdéle do 10 hod. - možnost s rodiči

Časové rozvržení: od 8-9 hod nebo od 9 -10 hod

2. týden  
dopolední docházka – nejlépe bez rodičů:  
odchod nejdéle před obědem - 11,30 hod.

Časové rozvržení: dle domluvy s učitelkou max. 3 hod.  
  
**Doplňková fáze:**  
Od třetího týdne, pokud probíhá adaptace bez obtíží, je možné vyzkoušet celodenní pobyt dítěte v MŠ s odchodem po 15 hod.  
  
U dítěte, které si zvyká pomaleji, si domluví rodiče s učitelkami na třídě další individuální průběh adaptace.

  Vstup dítěte do mateřské školy patří k významným událostem v životě dítěte. Našim cílem je, aby adaptační období (zkušební doba-nejdéle tří měsíce viz. vyhláška 35/92 Sb.) sloužící k ověření schopností dítěte přizpůsobit se podmínkám v mateřské škole proběhlo úspěšně a dítě mohlo dále pokračovat v pravidelné docházce do MŠ.

***Hodně úspěchu a trpělivosti přeje ředitelka a kolektiv mateřské školy Rumburk, V Podhájí 277/12, p. o.***

V Rumburku 28. 6. 2019 Bc. Michaela Tejnorová

**S procesem ADAPTACE v naší škole** **byli seznámeni všichni zaměstnanci.**