

ADAPTAČNÍ PLÁN DĚTSKÉ SKUPINY DUBÍNEK

Adaptační proces

Cílem adaptačního procesu je usnadnit dítěti přechod z rodinného prostředí do dětské skupiny a podpořit jeho postupné a přirozené začlenění do kolektivu. Začátek docházky může být pro dítě spojen s obavami, nejistotou či potřebou větší podpory. Proto je důležité vytvořit dítěti bezpečné a důvěrné prostředí, ve kterém si může postupně zvykat na nové prostředí, režim i kolektiv.

Významnou roli v průběhu adaptace hraje vytvoření důvěry mezi dítětem a pečující osobou, která dítěti poskytuje pocit bezpečí a jistoty. Délka i průběh adaptace jsou individuální a přizpůsobují se potřebám konkrétního dítěte.

Společným cílem je, aby se dítě v dětské skupině cítilo bezpečně, spokojeně a přijímané.

Adaptační období

Adaptačním obdobím rozumíme čas, kdy se dítě seznamuje s novým prostředím, kolektivem a pravidly fungování dětské skupiny. Osvojuje si základní pravidla a zároveň si zvyká na odloučení od rodičů. Délka adaptace je individuální – záleží na věku, psychickém vývoji i povaze dítěte a vychází především z jeho potřeb.

Úspěšná adaptace znamená, že dítě zvládá pobyt v dětské skupině, těší se na kamarády, je spokojené, rozvíjí své schopnosti a vytváří si vztahy nejen s ostatními dětmi, ale také s pečujícím personálem.

V naší dětské skupině respektujeme jedinečnost každého dítěte a jeho individuální potřeby.

První den:

rodič může zůstat s dítětem v dětské skupině do svačinky. Pomůže mu zorientovat se v novém prostředí, společně najdou jeho značku a postupně se seznámí s pečující osobou i novými kamarády. Čas mohou využít ke společné hře a poznávání prostředí dětské skupiny.

Předání dítěte do třídy:

ranní loučení by mělo být krátké, klidné a laskavé. Není vhodné v dítěti posilovat obavy z odloučení nebo dávat najevo vlastní nejistotu. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Děti velmi citlivě vnímají emoce a nejistotu rodičů a odloučení pro ně může být někdy náročnější. Delší loučení může být pro dítě ještě náročnější. Neodcházejte však bez rozloučení – odchod „na tajno“ může v dítěti vyvolat nejistotu. Důležité je také dávat dítěti pouze takové sliby, které budete moci splnit (přijdu za chvíli, po obědě, po spinkání,..)

Adaptační desatero pro rodiče

Cílem adaptace je, aby se dítě ve skupině cítilo bezpečně a přijímané. Postupně si také osvojilo denní režim dětské skupiny a naučilo se v něm orientovat. Není třeba se znepokojovat drobnými obtížemi v adaptačním procesu, například počátečními potížemi při loučení s rodiči. Tyto projevy jsou zcela běžné.

V naší dětské skupině nám záleží především na tom, aby si dítě budovalo zdravé sebevědomí, cítilo se důležité a jedinečné. Chceme mu dát prostor rozvíjet se podle svých možností a zájmů. Naším přáním je, aby k nám přicházelo i odcházelo s úsměvem.

1. **Komunikujte s pečujícím personálem** – sdílejte své obavy, potřeby dítěte i zpětnou vazbu.
2. **Začínajte pozvolna** – první dny doporučujeme kratší pobyty a jejich postupné prodlužování.
3. **Loučení udržujte krátké, ale laskavé** – neodcházejte tajně, dítě to spíše znejistí.
4. **Bud'te klidní a jistí** – dítě velmi citlivě vnímá vaše emoce.
5. **Dodržujte sliby** – pokud řeknete, že přijдете po obědě, opravdu přijďte.
6. **Podporujte dítě pozitivně** – chvalte ho, ale neslibujte odměny za každý den docházky.
7. **Dovolte dítěti vzít si oblíbený předmět** – plyšák či hračka pomáhá navodit pocit bezpečí.
8. **Dodržujte pravidelnou docházku** – rutina dítěti pomáhá cítit se jistě.
9. **Respektujte individuální tempo adaptace** – neporovnávejte dítě s ostatními.
10. **Bud'te trpěliví a důslední** – obtíže jsou běžnou součástí adaptace, dítě za ně netrestejte.

Naše doporučení

Pokud plánujete nástup dítěte v batolecím věku, doporučujeme neplánovat současně více velkých životních změn. Dítě by mohlo více změn najednou zvládat obtížněji.

Na nástup dítěte se připravujte s předstihem. Povídejte si s ním o dětské skupině, o tom, co se tam dělá a jak to v ní chodí. Pokud je to možné, navštivte dětskou skupinu společně ještě před zahájením docházky.

Kdykoliv budete potřebovat, neváhejte kontaktovat pečující osoby, a to osobně, telefonicky či e-mailem. Následovat může schůzka, na které společně probereme vaše obavy a potřeby vašeho dítěte.

Dopřejte čas i sobě – i rodiče se potřebují na změnu připravit a být si svým rozhodnutím jistí.