ADAPTACE DÍTĚTE V DĚTSKÉ SKUPINĚ A RODINNÉM CENTRU CHALOUPKA Z.S.

Milí rodiče,

pro usnadnění adaptace Vašeho dítěte v naší dětské skupině (dále jen „DS“) bychom Vám rádi doporučili několik následujících pravidel (desatero), které proces adaptace pomohou lépe zvládnout dětem i Vám:

1. **Vytvořte si rituál pro loučení a ten se snažte dodržet**
   - když dítko ví, že vždy, když mu dáte pusu a zamáváte, tak odcházíte, je pro něj loučení jednodušší.

2. **Loučení neprotahujte**
   - pro dítko je mnohem snazší přijmout fakt Vašeho odchodu, když odcházíte jednou, když je to napotřetí, je to mnohem náročnější.

3. **Nevyvolávejte v dítěti lítost nad vzájemným odloučením**
   - je to pak pro všechny strany těžší.

4. **Oba se na den v dětské skupině připravte**
   - už předchozí den o tom mluvte, řekněte si přesně, jak bude probíhat loučení, co se bude dít – viz. týdenní informace v mailu, kdy přijdete.

5. **Co slíbíte, dodržte**
   - pokud není jistota, že stihnete přijít po obědě, tak raději neslibujte.

6. **Snaže se o pravidelnou docházku**
   - když se děti učí spát v dětské skupině, tak nevyzvedávejte po obědě (docházka jednou týdně bývá pro adaptaci nedostatečná, optimální frekvence pro úplný začátek je 2-3x týdně pro batolátka, 3-4x týdně pro děti od 3 let).

7. **Pro lepší zvládnutí adaptace můžete dítko podpořit „kotvou“ z domova**
   - plyšáček, muchláček, panenka, plenka….

Příčná 1604/3, Kravaře – Dvořisko 74721 | +420 732 338 700 | skupinka@chaloupkakravare.cz | www.chaloupkakravare.cz

8. **Dítko chvalte**
    - za samostatně obuté papuče, za vyprávění, za ochutnávání nového jídla, za nakreslený obrázek, za zapamatování jména kamaráda, tety atd.

9. **Mluvte s dítětem o tom, jaké to je v dětské skupině**
    - co se tam dělá, co nového se naučilo.

10. **Veďte své dítě k samostatnosti**
    - zvyšujete tím jejich sebevědomí a sebedůvěru, že zvládne i neznámé situace.

V průběhu adaptace lze dítko přivádět i na kratší časový úsek, průběh adaptačního procesu posuzujeme u každého individuálně, typicky postupujeme tímto způsobem:

Režim pro děti do 3 let (2-3x týdně):

1. Odchod před obědem (11:30)
2. Odchod po obědě (mezi 12:00-13:00)
3. Odchod po spánku (od 15:00)

Režim pro děti od 3 let (3-4x týdně):

1. Odchod po obědě (mezi 12:00-13:00)
2. Odchod po spánku (od 15:00)

Rodič si zvolí režim, který si myslí, že bude pro jeho dítě nejvhodnější. Adaptační proces dítěte zpravidla trvá 1 – 4 týdny, dle počtu dní v týdnu a zvoleného režimu.

O adaptačním procesu Vašeho dítka budete každý den informováni pečujícími osobami, ty Vám také podle jeho průběhu doporučí vhodné tempo.

Nástup dítěte do DS znamená velký životní předěl pro dítě i jeho rodiče. Každé dítě zvládá tuto změnu jinak, proto je adaptace založena především na individuálním přístupu, který odpovídá věku, vývoji a připravenosti dítěte. Starší děti adaptační proces většinou snášejí lépe a adaptace je rychlejší. Citlivé přijetí, klidné vystupování, tolerance, vcítění se do situace dítěte je základem pro

Příčná 1604/3, Kravaře – Dvořisko 74721 | +420 732 338 700 | skupinka@chaloupkakravare.cz | www.chaloupkakravare.cz

získání důvěry a zmenšení jeho obav z nového prostředí bez přítomnosti rodiče. Cílem adaptačního procesu je usnadnit přechod dítěte z rodinného prostředí do DS a předejít vzniku jeho deprivace.

V rámci adaptačního procesu jsou realizovány tyto aktivity:

1. **První návštěva a zároveň prohlídka DS pro rodiče a dítě**, během které poznají její prostory a zároveň mají možnost poznat i pečující osoby. Během prohlídky jsou rodičům zodpovězeny veškeré otázky týkající se chodu, denního režimu, péče i výchovy, aktivit a další. Dítko se může zapojit do hry dětí, které již školku navštěvují.

2. **Po domluvě s rodiči je stanoven individuální adaptační plán**, který určuje, jaká bude délka pobytu dítěte v prvních dnech v DS s ohledem na to, jak bude dítko adaptaci zvládat (např. vyzvednutí po hodině, dvou, před obědem, po obědě). **To vše může probíhat za přítomnosti rodičů, a to takovým způsobem, že prostory herny rodiče opouštějí nejpozději v 8:30 hod**, když začíná řízený program a můžou se posadit do šatny, a tak děti mají pocit jistoty a bezpečí, že se neocitly samy.

3. **V případě, že rodič zůstává po dobu pobytu dítěte v DS v šatně,** dítko může za rodičem přijít, zůstat tam s ním a poté se samovolně zase připojit k programu. Postupně se pobyt rodiče v prostorách šatny zkracuje, až se odboural úplně.

4. **Při adaptaci nám pomáhá individuální komunikace s rodiči každého dítěte,** jejímž cílem je získat o dítěti co nejvíce informací (oblíbené oslovení, hračka, jídlo, jaký je jeho temperament, rituály, zdravotní situace, osobnostní rysy atd. K tomuto slouží také Dotazník, který obdrží rodiče společně s ostatními formuláři k vyplnění).

5. **Dítko, které je plačtivé, se v první řadě snažíme utišit, obejmout, pohladit, u menších dětí ponosit.** Jakmile dítko nezaujme žádná aktivita a pláč přetrvává, voláme ihned rodičům.

6. **Na dítě netlačíme, nenutíme ho do činností,** necháme ho poznávat hračky, ostatní děti, pečující osoby atd. Postupně pak dítě učíme dennímu režimu, např. jak se vítáme, kdy je čas na svačinu, po obědě si čistíme zoubky atd.

Příčná 1604/3, Kravaře – Dvořisko 74721 | +420 732 338 700 | skupinka@chaloupkakravare.cz | www.chaloupkakravare.cz

7. **Dbáme na to, aby děti měly dostatek prostoru k adaptaci v novém prostředí,** mezi cizími dětmi i pečujícími osobami a vytváříme pro děti láskyplné a domácí prostředí, ve kterém se budou cítit bezpečně a spokojeně 😊

Naším cílem je, aby DS byla pro dítě zdrojem radosti, pohody, spokojenosti, ohleduplnosti, důvěry a bezpečí.

Za dětskou skupinu:

Zpracovala	Schválila
Bc. Michaela Valošková	Ing. Lucia Pištorová
Vedoucí pečující osoba	Ředitelka

V Kravařích dne 18.1.2022

Příčná 1604/3, Kravaře – Dvořisko 74721 | +420 732 338 700 | skupinka@chaloupkakravare.cz | www.chaloupkakravare.cz