



Adaptační plán pro nově příchozí děti do Dětské skupiny ČTYŘLÍSTEK



Zřizovatel: Obec Skopytce, Skopytce 44, 392 01 Skopytce ,

IČ: 00252875

Vážený rodiče,

prostřednictvím adaptačního plánu Vám nabízíme možnost, jak zvládnout bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu dětské skupiny (dále jen DS).

Věříme, že spokojené dítě, přicházející a odcházející z DS, šťastné a těšící se na každý den, bude radostí naší i Vaší. Jsme si vědomi toho, že vstup každého dítěte do DS patří k významným událostem v životě dítěte i celé rodiny a je zásadním zásahem do dosavadních zvyklostí.

Čím dítě na začátku adaptačního cyklu prochází?

- Máma a táta nejsou po určitou část dne k dispozici.
- Dítě se musí naučit respektovat nová pravidla.
- Učí se sžít s novým kolektivem a prostředím.
- Učí se důvěře k jiným dospělým než k rodičům.

Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku a psychickém vývoji dítěte. Při samotném nástupu doporučujeme dobu strávenou dítětem v DS postupně prodlužovat dle možností rodičů, a hlavně psychických limitů dítěte. Určitě NEDOPORUČUJEME dát dítě bez přípravy do DS na celý den!

Několik doporučení pro rodiče první den adaptace:

- První den nastavte podle možností příchod do DS nejlépe do 8:30 hodin.
- Najděte s dítětem šatně „svou“ značku.
- První adaptační den tráví dítě v DS čas pouze v dopoledních hodinách (doporučujeme), pokud máte možnost s Vaší přítomností. Po domluvě může dítě i další dny trávit čas v DS v téže denní době, tedy dopoledne. Délka adaptace je u každého dítěte individuální.

Další doporučení pro hladký nástup a odloučení rodiče a dítěte

- Úvodní schůzka s rodiči. Týká se informací o provozu školky, předání potřebných dokumentů k nástupu do DS, jak pomoci dítěti k nástupu a zodpovězení otázek rodičů. Při této příležitosti

mohou být děti přítomny v DS a seznamovat se s jejím prostředím. Úvodní schůzka s rodiči se uskutečňuje vždy po vzájemné dohodě, kdy je dohodnut termín.

- Rozvrhněte čas tak aby dítě nebylo stresováno spěchem při příchodu ani odchodu z DS.
- Další dny adaptace se doporučuje větší a delší časový odstup od rodiče. Dohodněte si prodlužování samostatně tráveného času dítěte v DS s pečující osobou. Například druhý den na dvě hodiny, pokud není problém další den na dopoledne atd. U někoho může adaptace trvat několik dní, u jiného i několik týdnů. Proto je důležitý individuální přístup ke každému dítěti.
- Používejte stejné rituály- voďte 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 obecně jako brzy, za chvíli, po práci apod.
- Předání dítěte pečující osobě zbytečně neprodlužujte dlouhým ranním loučením a nevyvolávejte v dítěti lítost nad vzájemným odloučením. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale i rozhodní. Děti hodně vycítí emoce, nejistoty rodičů a někdy je to pro ně náročnější. Prodlužováním loučení prodlužujete pláč dítěte. Neodcházejte však bez rozloučení.
- Není také vhodné slibovat odměny typu: když nebudeš plakat, tak a je důležité dávat sliby, které splníte (přijdu za chvíli, po obědě...).
- Pokud rodič nese předávání dítěte těžce, je lepší na pár dní-týdnů posílat klidně druhého rodiče.
- Pečující osoby při předávání dítěte rodičům povypráví, jak dítě pobyt v DS prožilo a je již na rodičích, zda budou chtít položit doplňující otázky o prožití jejich dítěte v DS. Možná se dozvíte, že když ze školky po nervy drásající scéně odejdete, vaše plačící dítě se rázem uklidní a jde si spokojeně hrát.
- Dítě za zvládnutý pobyt v DS chvalte, pozitivně motivujte, vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.
- Při vyzvedávání dítěte z DS se může stát, že dítě reaguje pláčem. To je naprosto přirozená reakce. Hlavně dítě nelitujte, že muselo být přes den samo bez vás – to mu rozhodně neprospěje. Buďte citliví a trpěliví. Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce 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 školičku.
- Dovolte dítěti, aby si s sebou vzal do DS svou oblíbenou hračku, např. plyšáka. Existence pevného bodu, známe osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí.
- Nově příchozím 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 přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získá důvěru.
- Kdykoliv budete potřebovat, stačí zavolat do DS nebo napsat SMS nebo e-mail a můžeme se sejít a probrat, co trápí Vás nebo Vaše děti. Sami píšeme u nových dětí maminkám informační

SMS, aby neměly obavy. Stejně tak se Vám můžeme ozvat my, pokud bychom se s Vámi potřebovaly poradit. Adaptační proces je náročný nejen pro dítě, ale i pro samotné rodiče.

- První týden bývají děti v DS nadšené. Zhruba po pár dnech může, ale nemusí nastat první krize. 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 přetrvávajících potížích s adaptací a po konzultaci s pediatrem je doporučení vedoucí DS odklad docházky. K tomuto dochází zcela výjimečně.

- Počítejte předem s tím, že dítě bude ještě potřebovat Vaši zvýšenou pozornost a promyslete, jak budete řešit ošetřování dítěte v případě nemoci, která se příchodem do DS objeví a může se častěji opakovat. Nedoléčené děti přispívají k nekonečnému koloběhu nemocí, a tím k prodlužování adaptačního procesu. Navíc dítěti nedoléčenému není ve školce dobře a nepřispívá to k jeho dobré zkušenosti se školičkou.

STRUČNÉ OPAKOVÁNÍ PRO RODIČE

1. Budte dítěti oporou a poskytněte mu pocit bezpečí.
2. Přibalte mazlíčka (např. oblíbenou hračku)
3. Používejte stejné rituály.
4. Rozlučte se krátce.
5. Budte citliví a trpěliví.
6. Komunikujte s pečujícím personálem.
7. Dítě za zvládnutý pobyt v DS pochvalte a pozitivně ho motivujte.
8. Nenechte se obměkčit, buďte důslední.
9. Za problémy s přivykáním nikdy dítě netrestejte.
10. Nepřiznávejte lítostivě, že je vám také smutno a že se vám stýská

Závěr

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, uhájit si své místo, spolupracovat, soupeřit i uznávat jinou autoritu. Dětská skupina vlastně představuje první krok k osamostatnění vašeho dítěte. S jakýmkoliv dotazy, připomínkami, problémy, náměty se obračejte na pečující osoby. Je přeci v našem společném zájmu, aby byly děti ve školce šťastné a spokojené. Jedině tak budou v naší školičce zdravé a schopné se přirozenou cestou rozvíjet.

Příloha č.1 – Podpisový arch zákonného zástupce dítěte, který stvrzuje, že byl s Adaptačním plánem pro nově přichozí děti do Dětské skupiny Čtyřlístek seznámen.

Zpracováno ve Skopytcích 15.12.2025

