



DĚTSKÁ SKUPINA BODLINKA

Registrační číslo projektu: CZ.03.01.02/00/23_049/0001637

ADAPTAČNÍ PROGRAM K NÁSTUPU DO DĚTSKÉ SKUPINY

Platnost: od 1.7.2024

Název: Dětská skupina Bodlinka

Provozovatel: Obec Hradec, Hradec 54, 584 01 Ledec nad Sázavou

Dětská skupina (dále jen DS) zajišťuje primárně péči o děti ve věku od 2 do zahájení povinné školní docházky.

DS má zpracovaný adaptační program, který napomáhá všem účastníkům - rodičům, dětem i pečujícím osobám, zvládnout adaptaci na nástup do dětské skupiny. Tento adaptační program je v souladu s publikací MPSV „Adaptační program pro děti v DS s akcentem na věková a vývojová specifika“, PhDr. Hana Sotáková a PhDr. Pavla Presslerová, PhD.

Nástup dítěte do DS je velkou změnou nejen pro dítě, ale i rodiče. Ze začátku můžete přicházet do DS s jistou mírou nejistoty a obav. Je i pravděpodobné, že dítě s nástupem do DS zažije první odloučení od rodiče. Proto je důležité, aby dítě prošlo adaptačním procesem, ve kterém mají svou nezastupitelnou pozici a vliv i rodiče a pečující osoby.

Co dítě zažívá na začátku adaptačního období

- Rodiče nejsou po určitou část dne k dispozici.
- Dítě se musí naučit respektovat nová pravidla.
- Učí se sžít s novým kolektivem, v novém prostředí.
- Učí se důvěře k jiným dospělým, než jsou rodiče.

Adaptační období

Adaptačním obdobím se rozumí období nástupu dítěte do DS, kdy se dítě seznamuje s fungováním zařízení, jeho prostředím a osvojuje si základní pravidla a zároveň si postupně zvyká na odloučení od rodičů. Pro dítě je zásadní vědět, že pobyt v DS je časově omezen a rodiče si jej vždy vyzvednou. Toto adaptační období může trvat u dětí různě dlouho, zpravidla se uvádí doba mezi cca 4 týdny až 3 měsíci. Trvání je závislé na osobnostních faktorech dítěte, přístupu rodičů a pečujících osob. Výsledkem úspěšné adaptace dítěte na DS se vyznačuje tím, že dítě zvládá pobyt v DS, je zde spokojené, rozvíjí své schopnosti a dovednosti, tvoří si vazby s pečujícími osobami a ostatními dětmi.

Zásady pro rodiče

- Určitá míra obav a strachu je u dítěte batolecího věku zcela v pořádku a svědčí to o jeho dostatečném naplňování jeho potřeb ze strany rodičů a také citové vazbě k nim.
- Neplánujte pokud možno příliš mnoho významných změn v životě dítěte (např. nástup do zaměstnání v úplně stejný termín, narození sourozence apod.) - dítě by mohlo všechny změny těžce zvládat a adaptace by probíhala delší dobu.



- Na nástupu dítěte do DS pracujte s dostatečným časovým předstihem, již před samotným zahájením docházky. S dítětem si povídejte o DS, o tom, jak to v ní chodí apod. Pokud je to možné, spolu s ním dětskou skupinu navštivte, aby dítě mělo konkrétní představu, co to DS je. Velmi důležité je vždy ujistit dítě, že si pro něj opět přijdete.
- Věnujte podobný čas i sobě, i Vy rodiče se potřebujete na tuto změnu dostatečně připravit a své rozhodnutí vnímat jako správné. Pokud si je rodič nejistý, nedůvěřuje pečujícím osobám, dítě to z něj vycítí, a může se třeba bát jít do dětské skupiny (maminka má strach, tak já taky), a tyto pocity určitě u dítěte nechceme vyvolat.
- Adaptace dítěte je individuální proces, každé dítě si může zvykat jinou dobu, překonávat různé počáteční potíže. Může se ukázat, že dítě není na vstup do dětské skupiny vůbec zralé či připravené a pro jeho zdravý vývoj je lepší počkat s nástupem o několik měsíců. Důležité je pracovat s tím, že adaptační období může trvat 1 až 3 měsíce, a to při pravidelném docházení dítěte do dětské skupiny. Pokud dítě dochází do dětské skupiny například pouze 2 dny v týdnu a do toho je každý druhý týden nemocné, adaptační proces se stále prodlužuje. Neměli byste tudíž dělat předčasné závěry a možné adaptační problémy porovnávat se zkušenostmi jiných rodičů.
- Je důležité vnímat změny v chování dítěte, komunikovat s dítětem, ne každé dítě reaguje na odloučení a stres pláčem. Projevy v adaptačním procesu mohou být také nechutenství, změny v komunikační potřebě, uzavření se do sebe, strhávání pozornosti na sebe. Vše je nutné konzultovat s pečujícími osobami, aby mohly dát dítěti tu správnou podporu a ulehčit celý proces adaptace.
- Základem zvládnutí adaptačního období je intenzivní komunikace rodiny a pečujících osob dětské skupiny, zpětná vazba a hledání individuálních řešení.

Desatero pro snadnější vstup do dětské skupiny

1. Mluvte s dítětem o tom, jak to v DS vypadá a co ho tam čeká.
2. Zvykejte dítě na odloučení. Při odchodu láskyplně a s jistotou řekněte, že odcházíte, ale ujistěte dítě, že se vrátíte. Dítě potřebuje vědět, že se na vás může spolehnout. Dodržování všech slibů, které dítěti dáme, je pro něj velmi důležité.
3. Vedte dítě k samostatnosti v hygieně, oblékání i jídle. Dítě by mělo být zvyklé na tuhou stravu a umět jíst u stolu.
4. Ráno se snažte o co nejrychlejší předání a rozloučení s dítětem, pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví a rozhodní. Prodlužováním loučení prodlužujete pláč vašeho dítěte. Důležitá je pozitivní motivace dítěte, ale bez nutnosti odměny (dárku) za každý den v DS. Pokud jeden z rodičů nese předávání dítěte těžce, je lepší (po nějakou dobu) předání ze strany druhého rodiče nebo prarodiče.
5. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného – oblíbenou hračku, plyšáka na spaní, látkovou plenku. Oblíbený předmět pomůže navodit dítěti pocit bezpečí.
6. Na začátku adaptačního období je velmi důležitá pravidelnost docházky v dohodnuté dny. Výjimky dělejte jen z opravdu zásadních důvodů. Pro úspěšnou adaptaci je důležitý pravidelný denní režim – opakující činnosti, které probíhají každý den. Voďte dítě do DS vždy ve stejném čase a vyzvedávejte je (pokud možno) také ve stejnou hodinu. Pomáhají i pravidelné rituály, pro dítě je důležitá bezpečná a předvídatelná rutina.
7. Dodržujte postupnou adaptaci dítěte v DS (doporučený adaptační plán). Postupné si zvykání na nové prostředí pomáhá, nejprve za přítomnosti rodiče (návštěva před nástupem mimo provozní dobu DS, kde si můžete společně prohlédnout zázemí DS a seznámit se s pečujícími osobami, případně první den může být rodič společně s dítětem přítomen v čase od 7.00 hod do 8.30 hod.). První dny pobytu se doporučuje docházka pouze na několik málo hodin, postupně se čas v dětské skupině



prodlužuje dle potřeb a věku dětí (odchod domů nejprve před vycházkou, potom po obědě, později celodenní režim se spinkáním).

8. Aktivně spolupracujte s pečujícími osobami DS, mějte důvěru v jejich kompetence. Průběžně Vás budou o průběhu adaptace informovat, po domluvě mohou i ze začátku posílat fotografie, aby Vás ujistily, že je dítě v DS spokojené.

9. Povídejte si s dítětem o tom, co v DS dělalo, jaké to pro něj bylo apod. Dítě za jeho zvládnutý pobyt v DS pochvalte a vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.

10. Respektujte individuální proces adaptace, je třeba trpělivost a citlivost. Neporovnávejte své dítě s jinými dětmi, každé dítě je jedinečné, stejně tak jeho situace.

Jak již bylo několikrát zdůrazněno, adaptační období může být klíčové pro úspěšné zařazení dítěte do DS. Pokud je dobře zvládnuté, dítě se naučí překonat odloučení od rodiny a může si začít užívat aktivity, které mu DS nabízí. Hlavním cílem je, aby se dítě cítilo bezpečně, cítilo se přijímané, pochopilo a přijalo denní režim zařízení. Není třeba se znepokojovat drobnými překážkami v adaptačním procesu (nemoc dítěte, obtíže při loučení s rodiči), jde spíše o to, snažit se je konstruktivně řešit.

Výsledkem adaptačního plánu je pak snadnější a rychlejší přizpůsobení se dítěte projevující se tím, že dítě zvládá pobyt v DS bez velkých emocionálních výkyvů a rozvíjí své schopnosti a dovednosti. Odloučení od rodičů není po dokončení adaptace dennodenním stresem, dítě rozumí tomu, že pobyt v DS je časově omezen a rodiče si jej vždy vyzvednou.

Co děláme pro hladší průběh adaptace

- **Úvodní schůzka s rodiči**

Úvodní schůzka s rodiči bývá zpravidla odpoledne po provozní době DS. Rodiče obdrží všechny informace o provozu DS, proběhne předání potřebných dokumentů k přijetí dítěte do DS a poskytnutí rad, jak projít bezproblémovým adaptačním obdobím. Rodiče a dítě má možnost seznámit se s prostředím DS.

- **Individuální přístup**

Nově přichozím dětem věnujeme zvýšenou péči, individuální přístup, citlivé přijetí, klidné vystupování, toleranci. Dítě je třeba získat, zaujmout, nadchnout, upoutat a usnadnit mu novou situaci tak, aby pečující osobu přijalo jako dalšího člověka, ke kterému si postupně získá důvěru.

- **Sledování vývoje dítěte**

Pečující osoby kontinuálně pozorují a vyhodnocují průběh adaptačního procesu a vývoj dítěte. Všechny poznatky pečující osoby průběžně sdělují rodičům, se kterými úzce spolupracují.

- **Konzultace**

Rodičům nabízíme konzultace telefonickou, emailovou i osobní formou. Sami voláme nebo píšeme rodičům nových dětí a sdělujeme, jak dítě pobyt v DS zvládá. Adaptační proces je náročný nejen pro dítě, ale i pro samotné rodiče, kteří mohou prožívat různé obavy. Ve chvíli, kdy své obavy zpracujete, usnadníte adaptaci i vašemu dítěti. Neváhejte proto být s námi v kontaktu a kdykoliv se informovat na to, co Vás zajímá.



Spolufinancováno
Evropskou unií



Naším cílem je bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu DS. Věříme, že společně nástup dětí do DS a jejich adaptaci zvládneme, a přejeme si, aby Vaše děti byly u nás šťastné a spokojené.

Vypracovala: Bc. Martina Šímová, DiS., vedoucí Dětské skupiny Bodlinka

V Hradci dne 13.6.2024

OBEC HRADEC

Hradec 54

584 01 Ledeč nad Sázavou

IČ: 00267503

.....
Za poskytovatele DS: Hana Hoskocová