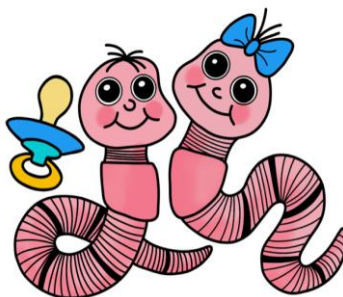


Adaptační plán **dětské skupiny Žížalky**

(aktualizovaná verze s účinností od 1.9. 2024)

Adaptační plán znamená postup, který pomáhá nově přichozím dětem i jejich rodičům bezproblémově zvládnout přechod z rodinného prostředí do kolektivního zařízení – dětské skupiny.



Dětská skupina ŽÍŽALKY je provozována na základě registrace Ministerstvem práce a sociálních věcí podle zákona 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině.

Základní údaje	
Název zařízení	Dětská skupina ŽÍŽALKY
Adresa zařízení	Bratří Čapků 2775, Žatec
Poskytovatel	Mateřská škola Žatec, Bratří Čapků 2775, okres Louny
IČO	60275898
Bankovní účet	1801225714/0600
Odpovědná osoba poskytovatele	Mgr. Šárka Jílková, ředitelka MŠ
Telefonní číslo provozovatele	415 741 051; 774 808 151
Telefonní číslo dětské skupiny	601 538 152
e-mail	msalergo@msalergo.cz
Webové stránky	www.msalergo.cz
Vedoucí pečující osoba – chůva v DS	Tereza Mašková, Dis.
Pečující osoba – chůva v DS	Renata Čopiková
Pečující osoba – chůva v DS	Andrea Phan
Pomocná pečující osoba, úklid	Nikola Šťastná
Kapacita zařízení	24 dětí (od 1,5 roku do 3 let)
Provozní doba	Pondělí – pátek 6:00 – 16:00
Zahájení provozu zařízení	1.9.2023

Adaptační proces začíná vstupem dítěte do dětské skupiny a končí, když dítě zvládá pobyt ve skupině bez větších emocionálních výkyvů, chápe, že je časově omezený a rodič si ho vyzvedne po určité době. **Délka** tohoto procesu je individuální, nejčastěji v rozmezí **4 týdnů až 3 měsíců**. Délka pobytu v DS může být zpočátku kratší, než je uvedeno ve smlouvě. Doba pobytu dítěte v DS se prodlužuje **dle individuálních potřeb dítěte**.

Předpokladem pro dobrý průběh adaptace dětí v naší dětské skupině Žížalky pro děti od 1,5 roku do 3 let věku je **komunikace**. Pro pečující osoby je důležité mít informace o dítěti od rodičů. K získání nejdůležitějších informací o dítěti nám dobře slouží „*Vstupní dotazník o dítěti*“ a dále také samozřejmě poskytnuté informace rodičem pečujícím osobám při každodenním ranním příjmu dítěte. U dítěte s odlišným mateřským jazykem to pak platí dvojnásobně.

Počítejte s tím, že se může dítě v době adaptace začít chovat na přechodnou dobu jinak, než tomu bylo před nástupem do dětské skupiny. Jsou děti, které první dny bývají z návštěvy DS nadšené. Avšak po několika dnech může, ale i nemusí nastat první krize. Dětem totiž dochází, že docházka do skupiny je napořád a to v nich vyvolává obrannou reakci, jako je pláč, znovu počůrávání, nebo vztekání cestou do kolektivu. Někdy se obtíže objeví až po několika týdnech bezproblémové docházky a nemusí to mít žádnou objektivní příčinu. Tímto prochází velká část dětí a je to zcela přirozená součást adaptačního cyklu.

Informace v průběhu adaptace i celého školního roku jsou důležité pro obě strany. Chůvy by měly vědět, zda se u Vás doma zrovna neděje něco mimořádného, třeba se stěhujete nebo očekáváte dalšího potomka a podobně. To jsou všechno faktory, které mohou ovlivnit chování dítěte natolik, že i po úspěšné adaptaci může taková rodinná situace dítě rozhodit a adaptační proces začne nanovo.

Berte dětskou skupinu jako partnera, se kterým je potřeba komunikovat. Podílíme se také na výchově dětí a potřebujeme od vás informace stejně jako vy očekáváte informace od zaměstnanců dětské skupiny.

Pokud se objeví adaptační problémy, budeme společně hledat individuální řešení v zájmu dítěte.
Ne každé dítě reaguje na odloučení pláčem, ale to neznamená, že je dítě adaptované.
Prosíme, hlídejte si změny v chování dítěte doma a řekněte to pečujícím osobám.



Doporučení pro rodiče:

- Před adaptací **nechávejte dítě v péči i někoho jiného**, třeba tety nebo kamarádky (napomáhá to k rychlejšímu získávání důvěry k novému prostředí a lidem).
- Používejte **stejné rituály** – přicházejte s dítětem do skupiny vždy stejnou cestou, ve stejném čase a vyzvedávejte jej pokud možno ve stejnou hodinu.
- Rodiče by měli **dítě informovat** již ráno doma, že daný den půjde do DS. Pro možné separační obtíže je pro dítě více zátěžové, pokud se o „plánu“ na daný den dozví až bezprostředně přede dveřmi DS či třeba po zaparkování autem. Tato situace může být pro dítě velmi frustrující. Naším společným cílem přece je, aby dítě bylo v pohodě.
- Zbytečně **neprodlužujte ranní loučení** a dbejte na to, aby předávání dítěte proběhlo v klidu, bez nervozity z vaší strany. Děti z Vás vycítí negativní emoce a je to pak pro ně náročnější. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví ale i rozhodní. **Určitě nikdy neodcházejte od dítěte bez rozloučení.**
- **Přibalte dítěti do DS oblíbeného plyšáka, látkovou plenku nebo mazlíčka na spaní.** Bude se cítit jistěji a v bezpečí.
- **Dodržujte sliby**, které dítěti dáte. (Když slíbíte, že přijdete hned po spinkání, přijďte po spinkání. Děti si velmi dobře pamatují, co jste slíbili!)
- Dítě za zvládnutý pobyt v DS **pochvalte a povzbudte** jej k další docházce, vyzdvihněte pozitivní vzpomínky. **Není však vhodné slibovat dítěti předem odměny, jelikož se ze strachu z nového prostředí a lidí se přidá i strach ze selhání a neobdržení slíbené odměny. Navíc poté bude onu odměnu vyžadovat pravidelně.**
- **Respektujte individuální proces adaptace** – nesrovnávejte s jinými dětmi, každé dítě je jiné a každému adaptační období trvá jinou dobu.
- **Komunikujte s pečujícími osobami** – pokládejte jakékoliv dotazy, které máte. Pokud se Vám chůva nemůže okamžitě věnovat z důvodu péče o ostatní děti, mějte pro to pochopení a **domluvte si schůzku.** Důležité informace Vám budou sděleny a vykomunikovány hned, ale

pro delší rozhovor je vhodné najít prostor, kdy se Vám může chuva plně věnovat. Je to o vzájemné domluvě a především **v zájmu zajištění bezpečnosti dětí.**

- Prosíme o dodržování pravidla **předávání a vyzvedávání dítěte v šatně**. Děti, které jsou již ve třídě, mohou na přítomnost rodiče (další neznámé dospělé osoby) reagovat plačtivě.
- **Mějte na paměti**, že se v případě přerušení adaptačního procesu z důvodu nemoci dítěte adaptace adekvátně prodlouží. Pravidelná docházka zmírňuje stres a usnadňuje adaptaci. (Pokud dítě dochází do DS např. pouze 2 dny v týdnu a do toho je každý druhý týden nemocné, adaptační proces se prodlužuje.)
- **Obrňte se trpělivostí**, nesnažte se adaptaci urychlit a buďte na příjmu.



Myslete na to, že dítě při nástupu do DS musí překonat spoustu nového:

- Vyrovnat se s odloučením od rodičů a navázat nové vztahy s pečujícími osobami, které se zároveň věnují i jiným dětem, tím pádem přestávají být středem zájmu, jako bývalo v rodině.
- Přizpůsobit se pravidelné docházce (jindy vstávat a usínat), přizpůsobit se novému pravidelnému režimu a rytmu dne. Naučit se pravidelnosti stravování, novým chutím podávaných jídel, společnému stravování a jisté míře samostatnosti v sebeobsluze (osobní hygiena, oblékání, stolování).
- Zvládnout si říct o pomoc (např. při hygieně, oznamování pocitu žízně či hladu, při stolování apod.)
- Přijmout nová pravidla a omezení.
- Poznat nové prostředí, hernu, ložnici, zahradu.

Z naší strany vám zajistíme individuální přístup – nenutíme děti do společných aktivit ani do jídla. Individuální přístup k dětem, citlivé přijetí, vcítění se do jeho situace, klidné vystupování a tolerance mu pomohou usnadnit novou situaci tak, aby pečující osobu přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získává důvěru.

Pravidelně Vás budeme informovat o dítěti při odpoledním předávání a dále kdykoliv je to třeba. Přidáváme fotky s popisem aktivit na portál MáŠkolka z průběhu týdne, abyste věděli, co všechno Vaše děti dělaly.

Kdykoliv budete potřebovat, je možné si do dětské skupiny zavolat na telefonní číslo **601 538 152** a domluvit si osobní schůzku, na které můžeme probrat Vaše obavy, náměty, přání nebo se jen poradit.

PRVNÍ DEN VE SKUPINCE

- Udělejte si při příchodu dostatek času, aby dítě nebylo stresováno spěchem.
- Seznámíme dítě s jeho značkou – obrázkem, který bude označovat jeho místo v šatně, u stolečku, v postýlce atd. Zkontrolujeme dokumenty potřebné pro nástup (Dotazník, apod., pokud toto neproběhlo již při informační schůzce).
- Před nástupem dítěte do dětské skupiny je vhodné a doporučujeme domluvit se s pečujícími osobami a naplánovat si individuální setkávání. Například si přijít s dítětem pohrát na zahrádku mezi ostatní děti. Dítě tak získá první zkušenost s novým prostředím, pozná pečující osoby a první den pro něj nebude příchodem do úplně neznámého prostředí a setkáním s neznámými lidmi.
- Při prvním pobytu ve skupince bývá dítě přítomno maximálně hodinu a to od 8:30-9:30. Zatím se hlavně rozhlíží. První den můžete své dítě doprovodit do třídy a společně si prohlédnout prostředí a vybavení. Seznámíte se s celým týmem pečujících osob a s dětmi se kterými se bude vaše dítě ve skupince denně setkávat.
- Poté se vzdálíte, ale buďte neustále na příjmu, pořád v blízkosti DS, abychom dítě nevystavovali většímu stresu, než je třeba. Prosíme, nečekejte v šatně ani venku přímo před školkou, dítě se budeme snažit uklidnit třeba i pozorováním jevů z okna.
- Při adaptaci postupujeme individuálně dle reakcí dítěte a situaci vždy na konci pobytu vyhodnocujeme s rodičem. Domlouváme další postup.
- Další návštěvy dítěte ve skupině se snažíme dle reakcí dítěte postupně prodlužovat.
- Dalším krokem bývá, že pokud je již dítě v herně bez emočních výkyvů, jeho pobyt se prodlouží o venkovní procházku, až do oběda. Dítě pak odchází domů hned po návratu z venku (před obědem – přibližně v 10:30)
- Pokud se adaptace daří, při dalším pobytu s námi již dítě obědvá. Domů odchází cca v 11:30 hodin (po obědě).

- Pokud je již dítě dobře zadaptováno, při dalším pobytu spinká po obědě a domů odchází mezi 14:15 – 16:00 hodin.
- **Respektujeme individuální tempo dítěte!**



Jak mohu jako rodič pomoci?

1. **SEBEOBSLUHA – oblékání** – zkoušejte obouvat a vyzouvat boty, oblékat se a svlékat se s dopomocí dospělého.
2. **Jídlo** – seznamujte děti s příborem, dítě by mělo být zvyklé na tuhou stravu a umět jíst u stolu.
3. **Chodte pěšky na procházky** – ujít kratší vzdálenost po svých a chodit za ruku.
4. **Dodržujte pouze jedno spaní přes den** (po obědě, cca od 12:00)
5. **HYGIENA** – dítě by mělo mít povědomí, jak si mýt ruce mýdlem a samo se zkusit utřít do ručníku. Až bude dítě připraveno chodit na nočník/záchod a vy to začnete zkoušet, informujte nás o tom a my vás plně podpoříme. Přineste však dostatek náhradního oblečení.
6. Neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké to muselo být strašné vydržet takovou dobu bez rodičů. Naopak vyzdvihněte jeho pěkné zážitky, zahrajte si s ním hru, kterou se naučilo, naslouchejte mu, jaké má zážitky – informace si však nevynucujte.

Může se ukázat, že dítě není na vstup do dětské skupiny zralé či připravené a pro jeho zdravý vývoj je lepší počkat s nástupem o několik měsíců.

TĚŠÍME SE NA SPOLEČNÉ CHVÍLE PLNÉ HER, UČENÍ A NOVÝCH ZÁŽITKŮ, KTERÉ BUDEME SDÍLET V BEZPEČNÉM A PŘÁTELSKÉM PROSTŘEDÍ!

Chůvy z Dětské skupiny Žížalky