Materská škola, Štúrova 197/53, 922 10 Trebatice

**ADAPTAČNÝ PROCES**

**dieťaťa v materskej škole**

**Charakteristika adaptačného procesu**

Vstup dieťaťa do MŠ je prvým krokom do spoločnosti. Táto udalosť prináša zmeny nielen v živote dieťaťa, ale aj rodičov.

**Cieľom adaptačného programu je:**

* uľahčiť dieťaťu vstup do materskej školy
* pomôcť rodičom pri vstupe dieťaťa do MŠ.

Z dôvodu ľahšej adaptácie na podmienky MŠ možno prijať dieťa na čas adaptačného pobytu. V čase trvania adaptačného pobytu môže zákonný zástupca privádzať dieťa do MŠ na kratší čas.

Rodič novoprijatého dieťaťa privádza dieťa najprv na jednu hodinu, na 2 hodiny, na tri hodiny spolu so stravou, najviac však na štyri hodiny v priebehu 5 dní. Dĺžku pobytu a počet dní určí riaditeľka v spolupráci s učiteľkou na triede a rodičom dieťaťa v závislosti od:

* psychickej pohody dieťaťa,
* podmienok MŠ,
* podmienok rodičov dieťaťa,
* zdravotného stavu dieťaťa.

Ak sa dieťa v MŠ adaptuje bez väčších ťažkostí, môže po dohode zákonného zástupcu dieťaťa s riaditeľkou pravidelne dochádzať do MŠ na dohodnutý čas.

Pri zníženej adaptačnej schopnosti dieťaťa môže riaditeľka po prerokovaní so zákonným zástupcom dieťaťa rozhodnúť o prerušení dochádzky dieťaťa do MŠ na dohodnutý čas. Na toto obdobie vydá riaditeľka MŠ rozhodnutie o prerušení dochádzky dieťaťa do MŠ. O prerušení dochádzky dieťaťa do MŠ môže riaditeľka rozhodnúť i na základe písomnej žiadosti zákonného zástupcu dieťaťa. Na toto obdobie môže riaditeľka prijať do MŠ ďalšie dieťa.

Ak sa počas adaptačného pobytu prejavia nezrovnalosti v oblasti zdravotného stavu dieťaťa (pomočovanie, poruchy duševného vývinu, poruchy správania a iné), alebo ak zákonní zástupcovia zamlčia tieto skutočnosti, po predchádzajúcom písomnom upozornení zákonných zástupcov ukončí riaditeľka pobyt dieťaťa v MŠ.

# Aktivity MŠ pre uľahčenie adaptácie dieťaťa

* zoznámenie rodičov so zameraním MŠ a kolégiom, pobyt rodičov a detí v materskej škole
* ukážka ponúkaných krúžkových činností v popoludňajších hodinách
* športové hry detí MŠ a novoprijatých detí
* ukážka foriem edukačnej činnosti MŠ, krátky pobyt detí v triede s ostatnými deťmi MŠ
* účasť novoprijatých detí na oslavách a sviatkoch – MDD, slávnostné ukončenie školského roka, narodeninové oslavy, karneval...
* celoročne účasť novoprijatých detí na detskom ihrisku s deťmi MŠ počas pobytu von

**Pre pokojný prechod dieťaťa z rodinného prostredia a plynulé zaradenie do predškolského zariadenia je potrebné:**

1. Vytvoriť pokojnú, príjemnú, pohodovú  atmosféru MŠ.
2. Pedagogickým majstrovstvom a individuálnym prístupom učiteľky poskytnúť radosť a uspokojenie vstupom a pobytom v MŠ.
3. Získať si dôveru detí aj rodičov i umožniť prítomnosť rodiča v MŠ s dieťaťom.
4. V rozhovoroch s rodičmi získať informácie o individuálnych osobitostiach dieťaťa,  jeho zdravotnom stave.
5. Umožniť dieťaťu postupne spoznávať prostredie MŠ
6. Vytvoriť v spolupráci s rodičom adaptačný plán pre dieťa.
7. Umožniť dieťaťu vziať si obľúbenú hračku, vec.
8. Po dohode s rodičom postupne predlžovať pobyt dieťaťa v materskej škole
9. Prijať dieťa s úsmevom, radosťou a plnou pozornosťou učiteľky

# Adaptácia dieťaťa na MŠ z pohľadu pedagóga

Podľa dĺžky pobytu dieťa v kolektíve má pedagóg možnosť sledovať vyzretosť dieťaťa a jeho silné a slabšie stránky:

* jednu hodinu – dieťa má voľnosť pri výbere hračiek a činností v MŠ, učiteľka sleduje jeho manipulačné a koordinačné schopnosti
* dve hodiny – pokúšať sa zapájať dieťa do telovýchovných a relaxačných aktivít, pohybových hier, sledovať možnosť spolupráce a podriaďovanie sa kolektívnym činnostiam
* tri hodiny – sledovať samostatnosť dieťaťa, stravovacie návyky
* štyri hodiny – pri pobytoch vonku sledovať jeho zmysel pre organizované činnosti, vedomosti dieťaťa, sebaobslužné činnosti pri obliekaní a vyzliekaní.

**Ďalšie faktory, ktoré pozitívne ovplyvňujú adaptačný proces:**

* umožniť zákonnému zástupcovi  podľa jeho priania pobyt s dieťaťom v materskej škole s postupným skracovaním času jeho pobytu / poznávať dieťa v prirodzených interakciách s matkou /
* prijať dieťa s obľúbenou hračkou, s úsmevom, radosťou a plnou pozornosťou
* dbať na súhru všetkých zamestnancov materskej školy, na tvorivú prácu, výber vhodných foriem, metód a prostriedkov pri výchovno-vzdelávacom pôsobení na dieťa
* vytvoriť dieťaťu milé, príťažlivé, podnetné prostredie
* pôsobiť na pokojný priebeh adaptácie vytvorením estetického a podnetného prostredia
* využiť dané okolnosti na pozvoľné a citlivé začleňovanie dieťaťa do prostredia, aby to bolo preň príjemné alebo aspoň prijateľné
* sledovať prejavy dieťaťa : ako prežíva svoje návraty, či sa nebojí vstúpiť do triedy, aký vzťah má k dospelým...
* nechať dieťa vybúriť sa, vyplakať sa, až potom  sa usilovať o zblíženie
* na základe zistených poznatkov  spolupracovať a komunikovať so zákonnými zástupcami detí
* pristupovať  k dieťaťu individuálne, rešpektovať potreby dieťaťa
* poznať dieťa, jeho zdravotný stav, úroveň rozvoja jeho osobnosti

**Dĺžku adaptácie je potrebné prispôsobiť na základe konzultácie so zákonným zástupcom dieťaťa. Ak dieťa nevie prijať život v materskej škole, je potrebné po konzultácii so zákonným zástupcom dieťaťa prerušiť jeho dochádzku do materskej školy na nejaký čas, prípadne odložiť dochádzku na ďalší školský rok.**

V prípade, že zákonný zástupca dieťaťa odmietne adaptačný pobyt dieťaťa a bude žiadať dochádzku na dohodnutý čas od prvého dňa prijatia, záznamy o správaní sa dieťaťa bude viesť učiteľka v triede až do ukončenia adaptačných ťažkostí dieťaťa. O výsledkoch adaptácie informuje riaditeľku MŠ a všeobecnú správu podá na pedagogickej  rade.

O výsledkoch adaptačného programu informuje zákonných zástupcov dieťaťa v rámci konzultačných dní – ak o to zákonní zástupcovia požiadajú.

# Charakteristika rozvojových možností detí predškolského veku

Adaptáciu dieťaťa na materskú školu ovplyvňuje okrem vnútorných vývinových predpokladov dieťaťa aj výchovný štýl, sociálny status dieťaťa v rodine a množstvo iných faktorov.

 **Adaptačné procesy sú u detí rôzne a netrvajú rovnako dlho.**  **V predškolskom období prebiehajú u detí podstatné zmeny v perceptuálno - motorickej, kognitívnej a sociálno-emocionálnej sfére psychického vývinu osobnosti.** **Vzhľadom na rozdielne vnútorné predpoklady a odlišné podmienky rodinného výchovného prostredia s rôznou kultúrnou a socioekonomickou úrovňou sa dieťa vyvíja odlišným individuálnym tempom.**

**Preto sú aj medzi deťmi rovnakého veku prirodzené individuálne rozdiely v dosiahnutej rozvojovej úrovni**. Keďže **každé dieťa má svoju jedinečnú a neopakovateľnú osobnosť**, **rešpektuje učiteľka vývinové špecifiká, uplatňuje individuálny prístup, rešpektuje psychologické predpoklady dieťaťa, zváži a hľadá možnosti ako dieťa v prípade potreby upokojí /pohladenie, úsmev, náruč.. /, zabezpečí pocit istoty, bezpečia a citovej stability.V pedagogickej praxi a pri správnych výchovných postupoch nám pomáha správna orientácia v základných rozvojových možnostiach detí.**

**2 a 3-ročné deti**

**sú málo samostatné** a preto aj závislé na dospelých osobách. V adaptačnom období, ale tiež krátko po chorobe či víkende, sú odkázané na pomoc a citovú podporu dospelého. Prevláda silná citová väzba na matku. Pozornosť dieťaťa je nestála, vnemy majú syntetický ráz a zároveň sú celkové a nepresné. Postupne s automatizáciou pohybových činností sa pozornosť dieťaťa prenáša na cieľ a výsledok činnosti. **Imitácia činnosti dospelého, jeho napodobňovanie je najzákladnejší spôsob učenia sa detí v tomto veku,** intenzívne sa osvojuje a rozvíja reč dieťaťa, zlepšuje sa celková zrozumiteľnosť reči. **Reč dieťaťa nie je len prostriedkom sociálnej komunikácie ale aj dôležitým prostriedkom komunikácie citov.**

**3 a 4- ročné deti**

sú stále málo samostatné.Postupne sa táto situácia mení, pretože v tomto veku **prudko prebieha osamostatňovací proces dieťaťa,**najmä pri utváraní a osvojovaní návykov a zručností sebaobsluhy, no i v iných činnostiach. **Proces sebauvedomovania úzko súvisí s vývinovou zvláštnosťou – detský negativizmus** **/ detský vzdor /**. Tieto prejavy správania postupne doznievajú, dieťa sa stáva osobnosťou, postupne nadobúda vlastnú identitu. City sa vyznačujú protichodnosťou, z toho dôvodu býva dieťa citovo nestále, náladové a rozrušia ho aj úplné maličkosti. Preto dieťa potrebuje mať  vytvárané prostredie plné istoty a bezpečia. Zlepšuje sa hrubá motorika a celková  koordinácia pohybov, manipulácia s predmetmi, utvárajú sa základy jemnej motoriky.  Výrazne sa utvárajú a zdokonaľujú kultúrno-hygienické a mravné návyky, sebaobslužné návyky a elementárne pracovné zručnosti. Na vykonanie týchto činností však dieťa  potrebuje primeraný čas. Pozornosť je ešte stále nestála a krátkodobá, dieťa rýchlo mení predmet svojich záujmov. **Hra dieťaťa trvá krátko a je pomerne jednoduchá.** Udržiava si  individuálny ráz aj napriek tomu, že sa súbežne hrá niekoľko detí vedľa seba. Skupinky utvárajú deti v závere tretieho roku a objavujú sa náznaky skupinovej hry.

**4 až 5- ročné deti**

**deti sú už samostatnejšie a pohotovejšie.** Majú pomerne dobre osvojené hygienické, niektoré pracovné a mravné návyky ako aj základy kultúrneho správania. **Rozkolísanosť citových stavov postupne ustupuje** a začínajú sa objavovať náznaky vyšších citov, poznávacích, morálnych, estetických a sociálnych citov. **Dieťa sa v tomto veku lepšie prispôsobuje prijatým pravidlám správania sa v skupine a ľahšie nadväzuje kontakty s inými deťmi.** Zapájajú sa  do skupinových činností  a objavujú sa u nich náznaky kooperatívneho správania. Čas zotrvávania v individuálnej alebo hre a činnosti sa predlžuje. Zdokonaľuje sa pohybová koordinácia, hrubá motorika , postupne sa zlepšuje aj jemná motorika a automatizujú sa pohybové návyky. **Myslenie dieťaťa sa v tomto veku spája s konkrétnym cieľom** ku ktorému smeruje konanie. Rozvoj predstavivosti a fantázie,  rýchle pokroky v reči a myslení umožňujú dieťaťu nastoľovať stále nové problémy, na ktoré samo nedokáže nájsť odpoveď, preto sa ich pokúša riešiť kladením množstva otázok dospelým. **Reč** postupne stráca situačný ráz  a **stáva sa nástrojom myslenia a prostriedkom sociálnej komunikácie.** Senzomotorické a rozumové skúsenosti dieťaťa sú čoraz širšie .**Poznanie okolitej skutočnosti je však stále povrchné pretože dieťa ešte nechápe mnohé logické vzťahy, ktoré  fakty a udalosti spájajú.** **Tento proces s sa** kvalitatívne mení a postupne **zdokonaľuje v období piateho až šiesteho roka veku a jeho úroveň určuje stupeň zrelosti pred vstupom na primárne vzdelávanie.**

# Ako môže rodina uľahčiť adaptačný proces

Nástupom dieťaťa do MŠ má dieťa náhle zmeniť rodinné prostredie, ktoré preň predstavuje životnú istotu a bezpečie

**Pre rodinu z adaptácie vyplývajú úlohy:**

* rodič musí s adaptáciou počítať časom 4-6 týždňov
* prvýkrát by dieťa malo prísť do MŠ s rodičom - matkou, niektorý deň i s otcom
* prvý deň má dieťa v MŠ pobudnúť iba krátky čas, maximálne 2 hodiny
* matka v triede nesmie dieťa od seba posielať preč, iniciatíva vzdialiť sa od matky musí prísť od samotného dieťaťa.
* Trénujte odlúčenie. Už pred vstupom do MŠ by malo dieťa vydržať krátku dobu bez mamy. Príležitostné odlúčenie mu umožní získať istotu, že mu matka neutečie, ale že sa po určitej dobe vráti. Tieto prvé skúsenosti sa však pozitívne prejavia len vtedy, keď sa rodičia vrátia len v dohodnutú dobu. Pre matku môže byť tiež ťažké odlúčiť sa od dieťaťa a nechať ho v starostlivosti „cudzích“ osôb. Dlhé lúčenie matky s dieťaťom je pre oboch bolestné a nepomáha. Dlhé lúčenie dieťa zneisťuje, pretože zvláštne správanie sa matky podnecuje a potvrdzuje strach.
* Umožnite dieťaťu stretávanie sa s vrstovníkmi. Sprostredkujte dieťaťu kontakt s vrstovníkmi (napr. na detskom ihrisku), aby sa naučili s nimi vychádzať.
* Zoznámte deti s materskou školou. Rozprávajte deťom o škôlke. Usilujte sa však byť reálny, čiže žiadne „fantázie“ o tom, aké krásne hračky a skvelí kamaráti ich tam čakajú. Pri dnešnom zariadení detských izieb sa môže stať, že sa vášmu dieťaťu v škôlke na prvý pohľad žiadna z hračiek nezapáči, a to znamená sklamanie. V inom prípade sa môže stať, že s hračkou, ktorá sa vášmu dieťaťu páči, sa bude hrať iné – smelšie dieťa. Sklamaniu z prvých dojmov pristúpi aj presvedčenie, že mama alebo oco klamú, veď predsa povedali, že... Je vhodné vyjsť si na vychádzku k areálu MŠ. Nezáväzne, len tak cez plot, obzrite si dvor, preliezky, hojdačky... Ak uvidíte pani učiteľku s deťmi vonku a vaše dieťa má záujem, pripojte sa k ich hrám, radi Vás privítajú.
* Berte ohľad na telesnú záťaž. Začiatok v materskej škole je pre deti telesne náročný. Deti rýchlo vyčerpajú svoje sily, pretože deň v MŠ je pre ne únavný. Bezprostredne po návšteve materskej školy dieťa potrebuje čas na odpočinok. Väčšie aktivity, napr. veľký nákup, prechádzku, návštevu ihriska a pod. by ste mali odložiť.
* Rozprávajte sa s ním o tom, že onedlho pôjde medzi iné deti, že si tam  budú spolu hrať, kresliť, veľa sa naučia a vždy pre neho prídete. A ešte pred nástupom sa choďte s dieťaťom poprechádzať do blízkosti materskej školy a preskúmajte s ním okolie.
* Nestrašte ho nástupom do materskej školy a ani nedovoľte nikomu z okolia, aby ho podobným spôsobom zastrašoval. Dieťaťu  sa tým už dopredu podsúva strach a obavy. Ak nechcete, aby vaše dieťa vnímalo škôlku ako niečo, čo je „za trest“, musíte si dávať pozor na to čo hovoríte. Pred dieťaťom by ste mali o škôlke hovoriť len pozitívne.
* Dieťa si môže so sebou nosiť obľúbenú hračku alebo hračku s ktorou zvykne spávať.
* Vždy je lepšie, ak o zvláštnostiach dieťaťa už dopredu poinformujete učiteľku, ako keby vás mala ona upozorniť na veci, ktoré sú vám známe, len ste ich nepovedali (napr. alergie, zlozvyky, palček v ústach, obhrýzanie nechtov a pod.)
* Komunikujte s učiteľkou s úsmevom. Ak máte výhrady k jej prístupu  k dieťaťu, nikdy to neriešte v jeho prítomnosti.
* Nepúšťajte sa do dlhých rečí s učiteľkou hneď ráno. Ak vás zaujíma, ako sa darí vášmu dieťaťu, informujte sa radšej popoludní, pred odchodom z materskej školy.
* Pri nástojčivom plači až afektoch sa snažte dieťa odovzdať učiteľke čo najrýchlejšie, bez zbytočného dlhého lúčenia, tíšenia, prehovárania. Dajte mu na vedomie, že viete, že sa mu to nepáči, ale ubezpečte ho, že určite poň prídete.
* Rodič by určite nemal prežívať pocity  viny  z toho, že dieťa je v materskej škole, ale vnímať ento moment z pozitívnej strany. Vyvarovať sa musí aj prezentovaniu svojich obáv z toho, či dieťa vstup do materskej školy zvládne. Budúci škôlkar totiž napätie a strach vycíti a bude reagovať podobne ako jeho ustráchaná a vystresovaná mamička.
* Pre uľahčenie vstupu do materskej školy okrem emocionálnej pripravenosti je potrebné, aby bolo dieťa čo najviac samostatné aj v sebaobslužných činnostiach.

**Budúci škôlkar by mal ovládať:**

* základné hygienické návyky v ich elementárnej podobe ( používanie WC, používanie mydla, umývanie a utieranie rúk, česanie, používanie vreckovky)
* nemá mať plienky
* mal by samostatne jesť a piť (nemusí však vedieť sám používať príbor)
* nie je nevyhnutné, aby sa vedel celkom sám obliecť, vyzliecť, uviazať si šnúrky
* mal by byť pri obliekaní aktívny
* má si poznať svoje veci
* má byť odučený od cumľa a pitia z fľaše

# Prejavy dieťaťa doma počas adaptačného obdobia

**1.týždeň**

**Uzavretosť a zdržanlivosť:**

Uzavretie sa do seba ,dieťa sa nesnaží nadviazať kontakty s druhými deťmi nerozpráva samo od seba o svojich zážitkoch, upúšťa od rôznych činností z prehnaného strachu pred všetkým novým, neukazuje ostatným deťom, že ich má rado

**2.týždeň**

**Vnútorná kríza:**

Dieťa pôsobí nevyrovnane, pokúša sa upútať pozornosť všetkými prostriedkami ( plač), na všetko odpovedá „nie“, tzn. chce vždy opak, alebo odvráva, je ráno unavené a ufňukané, i keď išlo večer skoro spať

**3.týždeň**

**Psychosomatické vyčerpanie**

Dieťa sa rýchlo unaví, nepokúša sa zostať dlho hore, je večer preťažené, pôsobí ako duchom neprítomné

# Prejavy dieťaťa v materskej škole počas adaptačného obdobia

**1.týždeň**

**Orientačné obdobie**

Nové dieťa sa nepokúša nadväzovať kontakty, sa nezaujíma o aktivity ostatných detí, neukazuje ostatným deťom svoje city, nerozpráva o svojich zážitkoch, činnosti sa venuje len veľmi krátko, hovorí potichu

**2.týždeň**

**Presadzovacie obdobie**

Nové dieťa sa pokúša upútať pozornosť všetkými prostriedkami, samo od seba rozdáva ostatným darčeky ( obrázky, cukríky a pod.), samo rozpráva o svojich zážitkoch, vyjadruje prianie náležitou formou, napr. sa pýta, či sa môže hrať, hľadá ochranou a pomoc u dospelých, keď má potiaže s deťmi, ľahko sa rozplače, rýchlo sa unaví

**3.týždeň**

**Zvláštne opatrenia**

 Nové dieťa samo rozdáva darčeky, neplače, ukazuje ostatným, že ich má rado, berie si za vzor iné deti, napodobňuje ich, sa zaujíma o aktivity ostatných detí, rozpráva o svojich zážitkoch, vyjadruje svoje priania náležitou formou, nadväzuje kontakty s ostatnými deťmi

# Faktory sťažujúce adaptáciu

* precitlivenosť rodiča pri lúčení sa s dieťaťom (stiesnenosť a úzkosť z odlúčenosti od
* dieťaťa sa prenáša z rodiča na dieťa)
* obavy matiek z odlúčenia
* nedostatočná pozornosť venovaná dieťaťu v rodine
* negatívne skúsenosti dieťaťa (napr. pobyt v nemocnici)
* nerešpektovanie odporúčaní učiteľa
* veľký počet detí v adaptačnom procese
* častá absencia dieťaťa
* ochorenie dieťaťa
* strach dieťaťa z odpočinku
* obavy dieťaťa z jedenia
* nezrelosť dieťaťa odpútať sa od matky, rodiny.

.....................................................................................................................................................