**DOPORUČENÝ ADAPTAČNÍ PLÁN DÍTĚTE**

* Nástup do mateřské školy je pro dítě i rodiče velkým krokem a zásahem do dosavadních zvyklostí.
* Dítě tímto krokem přestává být středem dění ve své rodině a stává se součástí společenství, kde musí dodržovat určitá pravidla.
* Odměnou mu za to budou nové zážitky, zkušenosti a noví kamarádi.
* Příprava na vstup do školky je velmi důležitá a je potřeba na to dítě slovně připravit. Co se bude ve školce dít, jaké to tam asi bude? Rozhovory o školce a hry na školku mohou dětem výrazně pomoci s nástupem.

Každé dítě reaguje na tento velký krok jinak. Některé děti snáší nástup do MŠ naprosto v klidu, někdo pláče a je smutný, někdo se vzteká. Může se stát, že se dítě na chvíli vrátí ve vývoji a přestane dělat to, co už umělo (počůrávání, šišlání, dudlík,…).

Může se i stát, že dítě, které nastoupilo do MŠ bez problémů začne být lítostivé po pár dnech/týdnech a někdy i měsících. Podobné stavy během krátké doby vymizí. Pomocí může být domluvený pozdrav s rodičem, rychlý odchod rodiče anebo nějaký plyšák na spaní/do skříňky. Malá upomínka na to, že se rodič vrátí nebo že rodič na dítě stále myslí. Může to být i maminky/tatínka voňavka na rukávu trička dítěte.

Zpravidla je dítě mnohem více v klidu, když je v klidu rodič, který ho do školky odvádí.

Ve výjimečných případech se může stát, že je dítě z nástupu do MŠ natolik vystresované a nezralé na pobyt v předškolním zařízení, že je rodičům doporučeno docházku do MŠ o pár měsíců nebo dokonce o rok odložit.

**Adaptační program je návrhem, jak dítěti i jeho rodině zpříjemnit nástup do Mateřské školy.**

* V průběhu měsíce, který předchází nástupu do MŠ se můžou rodiče společně s dítětem přijít podívat do školky.
* Doporučujeme zůstat 1. den 1-2 hodiny dle zájmu dítěte a domluvy s učitelkou.
* Je důležité si prohlédnout prostory MŠ, dojít s dítětem na WC, umýt ruce, podívat se kde děti spí, kam chodí na zahradu, na hřiště, a prozkoumat školkové hračky.
* Nejvhodnější čas pro návštěvu první dny je mezi 8.-10. hodinou nebo odpoledne mezi 15. a 17. hodinou.
* NA termínech se rodič předem domluví s ředitelkou MŠ. **Při těchto společných návštěvách jsou za své dítě zodpovědní rodiče.**
* V prvních dnech doporučujeme postupné odpoutávání od rodičů.
* Zahrnuje to **včasný příchod do MŠ-ideálně do 8:00**, aby si dítě pohrálo a byl prostor i na chvilkovou přítomnost rodiče, kdy se pak může přirozeně rozloučit a odejít.
* První dny třeba jen do svačiny, aby si dítě vyklo, že se rodič opravdu vrátí, jak slíbil.
* Další dny, pokud je to možné, se pokuste dítě vyzvedávat po obědě.
* Doporučujeme prvních 14 dní. Pro některé děti je to vhodné i déle.
* Délku pobytu dítěte je ideální postupně upravovat.
* U každého dítěte je třeba domluvit postup, který bude odpovídat jeho individuálním potřebám a zároveň nebude nijak narušovat přirozený spád denního programu MŠ.

**Tip na závěr**: Pokud je dítě doma zvyklé na dudlík, doporučujeme vstoupit do školky bez něj (vyměnit třeba za plyšáka), a to s tím, že je to území bez dudlíku. Pokud se to jednou podaří, tak ve školce nebude s odbouráváním dudlíku problém a postupně se to podaří i doma. Během dne bude mít dítě tolik jiných podmětů, že si na něj ani nevzpomene. 😊 S sebou do školky je lepší dát oblíbeného plyšáka a klidně ho navoňte parfémem, který používáte a který dítěti připomene vás.

Neváhejte požádat o radu personál naší mateřské školy.

V Praze dne 2.4.2024 Anna Chudobová

 Ředitelka MŠ