

ADAPTAČNÝ PROGRAM MATERSKEJ ŠKOLY BUDAPEŠTIANSKA 1

V pedagogike sa pojem adaptácia používa v súvislosti s otázkami prispôsobivosti a prispôsobovania dieťaťa podmienkam rodinného školského a mimoškolského prostredia, v ktorom dieťa žije. Prostredníctvom adaptácie sa vylučujú a zoslabujú negatívne vplyvy prostredia alebo sa umožňuje pôsobenie pozitívnych vplyvov.

Psychológovia pod adaptáciou rozumejú zmenu citlivosti, ktorá nastáva následkom prispôsobenia sa zmyslového orgánu vplyvom naň pôsobiacim. Ide o vzťahy: vonkajšie prostredie – subjekt živého a neživého sveta – jeho reakcie na podnety vonkajšieho prostredia.

Z hľadiska didaktického ide o prispôsobovanie vyučovacieho postupu individuálnym a vekovým zvláštnostiam dieťaťa.

Vstup do materskej školy je prvým krokom do spoločnosti. Táto udalosť so sebou neprináša problémy len pre dieťa ale i pre zákonných zástupcov a učiteľky. Mnoho rodičov zistí, že sa ich dieťa správa v materskej škole úplne inak ako doma a kladie si otázky – Je toto správanie normálne? Zvládne naše dieťa dochádzku do materskej školy? Ako môžeme dieťaťu pri vstupe do materskej školy pomôcť?

Podobné problémy majú aj učiteľky. Obávajú sa nového školského roku, pretože väčšina nováčikov má pri začleňovaní ťažkosti. Každé dieťa zvláda adaptačný proces inak. Adaptačný proces je podmienený viacerými faktormi ako sú: zrelosť vyššej nervovej sústavy, výchovný štýl v rodine, zdravotný stav dieťaťa, vek dieťaťa, predchádzajúci pobyt v kolektívnom zariadení.

Pri pokusoch uľahčiť nováčikom prechod z rodiny do materskej školy sa môžu učiteľky oprieť o svoje profesionálne skúsenosti ale rodičia nie. Aby pomoc deťom bola účinná, je pre učiteľky a rodičov potrebná znalosť procesov, ktoré prebiehajú pri vstupe do materskej školy.

Čím môžu rodičia a učiteľky podporiť dieťa v jeho snahe začleniť sa?

Z uvedeného vyplýva, že rodičia a učiteľky by sa mali spolu dohodoriť ako dieťa čo najúčinnejšie podporiť. Spolupráca je veľmi dôležitá a mala by trvať po celú dobu dochádzky do materskej školy.

Je dobré začať spolupracovať s rodičmi z dôvodu adaptácie už pred začiatkom pravidelnej dochádzky.

V našej materskej škole začíname spolupracovať s rodičmi už pri podávaní prihlášky dieťaťa do materskej školy. Uvítame, ak dieťa príde spolu s obidvomi rodičmi. Vtedy už vlastne začíname s adaptáciou dieťaťa na materskú školu. Rodič a dieťa sa oboznámia s prostredím školy. Od tohto dňa si rodič môže dohodnúť návštevu s dieťaťom v čase pobytu vonku na

školskom dvore či v triede v čase hier a hrových činností. Tým sa dieťa zblízuje s kolektívom detí a s učiteľkami v materskej škole. Rodičia často využívajú túto možnosť. Týmto spôsobom sa uskutočňuje vlastne aj prvá príprava rodičov na materskú školu, pretože to často býva rodič, ktorý prenáša na dieťa vlastnú úzkosť z odlúčenia. Skúšobné návštevy dieťaťa sprostredkujú prvé dojmy. Dieťa má príležitosť zbierať pre neho dôležité informácie a zároveň má možnosť materskú školu opustiť, podľa vlastného rozhodnutia. Má možnosť odhadnúť aké očakávania a aké nároky budú na neho kladené v materskej škole. Takto získava istotu, ktorá sa pozitívne prejaví v procese začleňovania.

Nástupom dieťaťa do MŠ má dieťa náhle zmeniť rodinné prostredie, ktoré preň predstavuje životnú istotu a bezpečie, za iný menej známy a cudzí systém. Nie je jednoduché malému dieťaťu vysvetliť, prečo sa musí náhle odlúčiť od matky. Ťažko mu môžeme objasniť, že je to dočasná zmena, pretože sa ešte nedokáže orientovať v čase. Preň je najdôležitejší a najsilnejší okamžitý zážitok tu a teraz, a ten je silne nepríjemný. Strata pocitu bezpečia je často násobená ďalšími neobyčajnými alebo traumatizujúcimi zážitkami.

PRE RODINU Z ADAPTÁCIE VYPLÝVAJÚ ÚLOHY :

- adaptácia je povinnosťou každého rodiča ,
- 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 ,
- po ďalšie dni sú to 3 hodiny , ktoré sa úmerne zvyšujú podľa individuálnych osobitostí každého dieťaťa
- matka v triede nesmie dieťa od seba poslať preč, iniciatíva vzdialiť sa od matky musí prísť od samotného dieťaťa .

Rodičia svojmu dieťaťu môžu uľahčiť vstup do materskej školy tým, že mu umožnia zbierať už vopred skúsenosti a pomôžu mu vyrovnáť sa s požiadavkami postupne. Preto je dobré , ak rodičia :

- trénujú odlúčenie,
- umožnia kontakt dieťaťu s rovesníkmi ,
- oboznámia dieťa s materskou školou,
- berú ohľad na telesnú záťaž,
- zabránia vzniku ďalších záťaží.

Po čase dieťa zostáva počas celého dňa v MŠ, aj počas popoludňajšieho odpočinku. V tomto prípade rodič hneď po popoludňajšom odpočinku prichádza pre dieťa a postupne predlžuje čas adaptácie. Dĺžku adaptácie je potrebné prispôbiť na základe konzultácie so zákonným zástupcom dieťaťa.

Čo by malo dieťa pred nástupom do materskej školy vedieť

- mať osvojené základné hygienické návyky – umývať sa, používať WC,
- čiastočne sa obliekať, obúvať,
- samostatne jesť lyžicou, piť z pohára,
- zaobísť sa bez cumlíka a dojčenskej fľaše,
- požiadať o pomoc

Dieťa nemusí vedieť všetko urobiť samé, ale napr. pri obliekaní sa správa aktívne a pani učiteľka mu "len" pomôže zapnúť gombičky, bundičku, zaviaže šnúrky a pod. Rodičia by tiež mali u dieťaťa rozvíjať samostatnosť.

PRE UČITEĽKU Z ADAPTAČNÉHO PROCESU VYPLÝVA :

- kroky adaptácie prejednať s každým rodičom vopred, najlepšie po zápise dostať rodičovi do povedomia, že je to ich základná povinnosť pri zaškolení dieťaťa do MŠ
- vysvetliť všetky kroky adaptácie i postoj učiteľky v adaptačnom procese nie je zásada, že všetky deti musia do MŠ nastúpiť naraz, doporučuje sa postupná adaptácia nových detí
- prvý deň adaptácie nesmie byť učiteľka aktívna smerom k dieťaťu, nesmie sa mu vnucovať, skôr má zaujať tzv. „nevšímavé stanovisko“
- druhý a ďalší deň sa mu prihovára akoby „inému“, nie ho oslovovať menom
- priniesť mu nenápadne hru, s ktorou sa ostatné deti hrajú
- pomaly bez slovného oslovenia „posúvať“, dieťa tam, kde ho chce mať organizovať činnosti tak, aby mohli prinášať pocity úspešnosti a aby podnecovali dieťa k činnosti,
- informovať rodičov o aktuálnych pokrokoch dieťaťa počas adaptácie.

Spôsob prijatia dieťaťa pedagógom považujeme za mimoriadne dôležitý krok pri jeho adaptácii na nové neznáme prostredie.

Adaptácia prebieha individuálne, ak sa po 6 týždňoch nepodarí dieťa adaptovať využitím uvedených krokov a dieťa nevie prijať život v MŠ, je potrebné po konzultácii s rodičom prerušiť jeho dochádzku do MŠ na nejaký čas, prípadne odložiť dochádzku na ďalší školský rok.

Ako prebieha deň v materskej škole

Výchova a vzdelávanie sa v MŠ uskutočňuje prostredníctvom nasledovných foriem denných činností, ktoré sú prispôbolené veku detí. Deň v MŠ po príchode dieťaťa sa začína **hrami a hrovými činnosťami**, ktoré organizuje učiteľka – predkladá a pripravuje pre deti rozmanité činnosti, ktoré pomôžu dieťaťu ráno sa správne naladiť do nového dňa.

Nasledujú **zdravotné cvičenia**, ktoré môžu mať formu motivovaného cvičenia, cvičenia s riekankou alebo je to hudobno-pohybová hra. Cieľom je rozohriatie organizmu a precvičenie jednotlivých svalových skupín, nácvik správneho držania tela a relaxácia.

Po **hygiene a desiate** učiteľka plynule prechádza k organizovanej časti dňa, ktorá má formu **vzdelávacích aktivít**. Poznatky, ktoré si deti osvojujú úzko nadväzujú na ich aktuálnu vedomostnú úroveň, sú z ich blízkeho okolia a ľahko formulované ich detskému chápaniu fungovania sveta. Nasleduje hygiena a pobyt vonku. V rámci **pobytu vonku** učiteľky dbajú o jeho primeranú dĺžku, nakoľko prispieva k otužovaniu detí a predchádzaniu chorobám. Pobyt vonku má organizovanú časť – vo forme vychádzky, pozorovania okolia a rekreačnú časť podľa poveternostných podmienok a momentálnych záujmov detí – športové, pohybové aktivity, hry v piesku, s prírodninami, so snehom...

Po návrate do MŠ z pobytu vonku nasleduje hygiena, obed, po ňom opäť hygiena a postupný pokojný prechod na **popoludňajší odpočinok, spánok**. Pri odpočinku detí učiteľka číta rozprávky, púšťa relaxačnú hudbu.

Po odpočinku, hygiene a olovrante majú deti možnosť zvyšnú časť dňa prežiť **v hrách a hrových činnostiach** podľa vlastnej aktuálnej nálady a záujmu

Prejavy správania dieťaťa počas obdobia adaptácie

1. Týždeň – OBDOBIE ORIENTOVARIA SA	
<p>Ako sa prejavuje dieťa v MŠ</p> <ul style="list-style-type: none"> - dieťa spoznáva prostredie MŠ, - získava informácie o novom prostredí, - pozoruje, nepokúša sa nadväzovať kontakty s ostatnými deťmi, - nezaujíma sa o aktivity detí, - nerozpráva o svojich zážitkoch, - nehrá sa intenzívne a vytrvalo, - rozpráva veľmi potichu. <p>Ako pomôže dieťaťu učiteľka</p> <ul style="list-style-type: none"> - rešpektuje úlohu pozorovateľa dieťaťa, - podporuje konanie dieťaťa, - citlivo pristupuje ak dieťa plače, - podporuje u dieťaťa poznávanie pravidiel, - podporuje poznávanie prostredia MŠ, - dieťa si môže ponechať obľúbenú hračku, - poskytnete podporu pre pobyt s kamarátom alebo súrodencom, - ku koncu týždňa pripraví príťažlivú aktivitu s pokračovaním v budúcom týždni. 	<p>Ako sa prejavuje dieťa doma</p> <ul style="list-style-type: none"> - je uzavreté , zdržanlivé - je unavené hlukom a množstvom podnetov, - relaxuje, - potrebuje spracovať dojmy a zážitky, - obmedzuje obľúbené aktivity <p>Ako pomôže dieťaťu rodič</p> <ul style="list-style-type: none"> - nelúči sa dlho s dieťaťom (dlhé lúčenie dieťa zneisťuje a podporuje strach), - ak má možnosť ponechá dieťa v MŠ len dopoludnia, - po návšteve MŠ nechá dieťa relaxovať, - nezaťažuje dieťa veľkými aktivitami (nákupy, prechádzky ...), - nezaťažuje dieťa životnými zmenami (sťahovanie, nehody rodičov ...), - zosúladí denný režim doma a v MŠ, - neprerušuje pobyt v MŠ.
2. Týždeň - OBDOBIE PRESADENIA SA	
<p>Ako sa prejavuje dieťa v MŠ</p> <ul style="list-style-type: none"> - prvé pokusy o kontakt s rovesníkmi - dieťa sa pokúša presadiť v skupine detí, - začína viac komunikovať, - pokúša sa upútať pozornosť všetkými prostriedkami, - hľadá ochranu u dospelých, ak má problémy s deťmi, - rýchlo sa unaví a ľahko sa rozplače. <p>Ako pomôže dieťaťu učiteľka</p> <ul style="list-style-type: none"> - podporuje poznávanie prostredia MŠ, - podporuje poznávanie pravidiel, - podporuje poznávanie ľudí v MŠ, - pomáha riešiť konflikty, - jednotné pôsobenie učiteliek, - dieťa si môže ponechať obľúbenú hračku. 	<p>Ako sa prejavuje dieťa doma</p> <ul style="list-style-type: none"> - pôsobí nevyrovnane, - často mení náladu, - pocit nespokojnosti, - pocit mrzutosti, únavy - odmietanie, - plačlivosť, únava, - snaha o pozornosť. <p>Ako pomôže dieťaťu rodič</p> <ul style="list-style-type: none"> - neprerušuje pobyt v MŠ, - postupne predlžuje pobyt dieťaťa v MŠ, - nelúči sa dlho s dieťaťom, - nezaťažuje dieťa aktivitami, - podporuje priateľstvá z MŠ, - rešpektuje správanie dieťa.
3. Týždeň - OBDOBIE UPOKOJENIA, VYROVNANIA SA	
<p>Ako sa prejavuje dieťa v MŠ</p> <ul style="list-style-type: none"> - dieťa sa istejšie pohybuje v MŠ, - prejavuje náklonnosť k deťom, - zaujíma sa o aktivity detí, - napodobňuje detské vzory. <p>Ako pomôže dieťaťu učiteľka</p> <ul style="list-style-type: none"> - podporuje aktivitu dieťaťa a poznávanie pravidiel, - podporuje priateľstvá. 	<p>Ako sa prejavuje dieťa doma</p> <ul style="list-style-type: none"> - je vyčerpané, - rýchlo sa unaví. <p>Ako pomôže dieťaťu rodič</p> <ul style="list-style-type: none"> - neprerušuje pobyt v MŠ, - predlžuje pobyt v MŠ, - podporuje priateľstvá z MŠ, - rešpektuje psychosomatickú záťaž

Ako pomáha materská škola v adaptácii dieťaťa

1. Umožniť spoznávať prostredie MŠ.
2. Vytvoriť adaptačný plán pre dieťa v spolupráci s rodičom.
3. Umožniť prítomnosť rodiča v materskej škole s dieťaťom.
4. Po dohode s rodičom umožniť predlžovanie pobytu dieťaťa v MŠ bez prítomnosti rodiča.
5. Umožniť dieťaťu vziať si obľúbenú hračku z domu.
6. Vytvárať príjemnú, pohodovú a priateľskú atmosféru.
7. Jednotný prístup učiteliek, vhodný výber metód a foriem práce s deťmi, prítomné prostredie pre deti, zaujímavé aktivity.
8. Rešpektovať individuálne osobitosti detí.
9. Vytvoriť partnerský vzťah s rodičmi.

Choré deti nepatria do kolektívu

Rodičia by nemali do materskej školy vodiť deti s liekmi, ktoré vraj nie sú choré len treba doužívať liek..., choré deti - nakoľko prenášajú chorobu na zdravé deti. Po každom infekčnom ochorení dieťaťa je potrebné odovzdať triednej učiteľke potvrdenie od lekára, že dieťa môže nastúpiť do kolektívu alebo vyhlásenie zákonného zástupcu dieťaťa o bezinfekčnosti domáceho prostredia.

Podľa školského poriadku má učiteľka právo odmietnuť prijať do kolektívu choré dieťa, podávať lieky v MŠ je zakazané.

Povinnosti riaditeľky materskej školy:

1. **Riaditeľka školy** vytvorí podmienky na dochádzku dieťaťa do materskej školy, pričom so **zákonným zástupcom dieťaťa dohodne dĺžku pobytu dieťaťa** v materskej škole.
2. V čase **adaptačného pobytu dieťaťa** v materskej škole pedagogickí zamestnanci spolupracujú so zákonným zástupcom dieťaťa. **Dĺžku adaptačného pobytu** dohodne riaditeľka so zákonným zástupcom dieťaťa s prihliadnutím na individuálne osobitosti dieťaťa.
3. V prípade **zniženej adaptačnej schopnosti dieťaťa** a v záujme jeho zdravého vývinu **môže riaditeľ** po prerokovaní so zákonným zástupcom dieťaťa alebo **na základe jeho písomnej žiadosti rozhodnúť o prerušení dochádzky dieťaťa** do materskej školy na dohodnutý čas alebo ukončení tejto dochádzky.
 1. Riaditeľka školy je povinná dodržiavať platnú legislatívu a najmä postupovať v zmysle zákona č. 245/2008 Z.z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. Vykonávacím predpisom k školskému zákonu vo vzťahu k materským školám je vyhláška MŠ SR č. 306/2008 Z.z. o materskej škole v znení vyhlášky č.308/2009 Z.z. (ďalej len „vyhláška o materskej škole“).