

ADAPTAČNÝ PLÁN

Adaptačný program

Vstup do materskej školy predstavuje pre dieťa významnú životnú zmenu. Odlúčenie od rodičov, rodiny a známeho domáceho prostredia, ako aj adaptácia na nové sociálne prostredie, prinášajú dieťaťu zvýšenú psychickú záťaž. Každé dieťa reaguje na túto zmenu individuálne. Adaptácia dieťaťa, teda prispôsobovanie sa novým podmienkam života v materskej škole, je prirodzený, no náročný proces nielen pre dieťa, ale aj pre jeho zákonného zástupcu a pedagogických zamestnancov.

Cieľom adaptačného programu je vytvoriť dieťaťu bezpečné, podnetné a podporujúce prostredie, ktoré mu umožní postupne si zvyknúť na nové prostredie, nadviazať pozitívne vzťahy s učiteľkami a rovesníkmi a úspešne sa začleniť do kolektívu.

Predadaptačné obdobie:

Predadaptačné obdobie je čas od prijatia dieťaťa do materskej školy až do začiatku jeho pravidelnej dochádzky.

V tomto období má dieťa možnosť oboznámiť sa s prostredím materskej školy. Po dohode s riaditeľkou alebo triednou učiteľkou môže zákonný zástupca navštíviť materskú školu spolu s dieťaťom počas pobytu detí na školskom dvore alebo počas hier a hrových činností v triede. Takéto stretnutia pomáhajú dieťaťu postupne spoznávať nové prostredie, kolektív detí i pedagogických zamestnancov. Zároveň umožňujú zákonnému zástupcovi získať dôveru v prostredie materskej školy a pripraviť sa na obdobie odlúčenia od dieťaťa. Pozitívny prístup rodičov významne ovplyvňuje úspešný priebeh adaptácie.

Adaptačné obdobie:

Adaptačné obdobie sa začína prvým dňom dochádzky dieťaťa do materskej školy. Každé dieťa ho zvláda individuálnym tempom. Niektoré deti sa prispôbia novému prostrediu veľmi rýchlo, iné potrebujú na adaptáciu dlhší čas.

Odporúča sa postupná adaptácia. Dieťa spočiatku navštevuje materskú školu kratší čas a podľa jeho individuálnych potrieb sa dĺžka pobytu postupne predlžuje po dohode so zákonným zástupcom.

Najčastejšie prejavy dieťaťa počas adaptácie

- plač pri lúčení so zákonným zástupcom,
- plač pri zmene činností,
- plachosť, neistota alebo strach,
- ostych pri kontakte s deťmi alebo dospelými,
- neodpovedanie na otázky,
- odmietanie komunikácie,
- vyhýbanie sa kontaktu s ostatnými,
- schovávanie sa,
- strnulé alebo nehybné sedenie,
- cmúľanie prstov alebo iné upokojujúce stereotypné prejavy,
- odmietanie očného kontaktu, odmietanie jedla

- nezapájanie sa do hier a aktivít,
- odmietanie popoludňajšieho odpočinku,
- agresívne prejavy (krik, kopanie, hryzenie, hádzanie sa o zem),
- vyhľadávanie blízkosti pedagogického zamestnanca.

Uvedené prejavy sú prirodzenou reakciou dieťaťa na nové prostredie. Ich intenzita a dĺžka trvania sú individuálne. Postupne, v priebehu úspešnej adaptácie, sa zmierňujú alebo úplne ustupujú.

Faktory sťažujúce adaptáciu

Adaptáciu dieťaťa môžu negatívne ovplyvniť najmä:

- úzkosť alebo neistota zákonného zástupcu pri odlúčení,
- negatívny postoj rodičov k materskej škole,
- nepravidelná dochádzka dieťaťa,
- častá chorobnosť,
- nedostatočne osvojené sebaobslužné návyky,
- predchádzajúce negatívne skúsenosti dieťaťa,
- nerešpektovanie odporúčaní pedagogických zamestnancov,
- veľký počet novoprijatých detí,
- obavy dieťaťa zo spánku alebo stravovania,
- zmeny v rodinnom prostredí (narodenie súrodenca, sťahovanie a pod.),
- nezrelosť dieťaťa odpútať sa od rodiča a rodiny

Ako môžu pomôcť rodičia:

- zosúladiť usporiadanie dňa v rodine s usporiadaním dňa v MŠ
- brať ohľad na telesnú záťaž - dopriať dieťaťu viac odpočinku
- ráno ubezpečiť dieťa, kto ho vyzdvihne z MŠ
- čas lúčenia ráno v šatni zbytočne nepredlžovať
- niekedy pomôže, ak si dieťa prinesie nejakú "drobnosť", ktorá mu pripomína domov
- byť trpezlivý, nedať sa "zlomiť" dieťaťom, ak práve dnes nemá chuť ísť do MŠ

Ako môžu pomôcť zákonní zástupcovia

Odporúča sa, aby zákonní zástupcovia:

- zosúladiť denný režim dieťaťa s režimom materskej školy,
- hovorili o materskej škole pozitívne
- zabezpečili pravidelnú dochádzku dieťaťa,
- dopriali dieťaťu dostatok oddychu,
- každé ráno dieťa ubezpečili, kto ho príde vyzdvihnúť
- lúčenie zbytočne nepredlžovali,
- umožnili dieťaťu priniesť si obľúbenú hračku alebo inú drobnú vec z domu
- spolupracovali s pedagogickými zamestnancami
- boli trpezliví a dôslední.

Znaky úspešne adaptovaného dieťaťa

Dieťa:

- prichádza do materskej školy pokojne a s radosťou,
- bez väčších ťažkostí sa lúči so zákonným zástupcom,
- cíti sa bezpečne
- nadväzuje kontakty s rovesníkmi
- zapája sa do hier a aktivít,
- rešpektuje pravidlá triedy,
- primerane komunikuje s deťmi aj dospelými
- primerane zvláda odlúčenie od rodiny

Postup adaptačného procesu v materskej škole

Pedagogickí zamestnanci:

- vytvárajú bezpečné, pokojné a podnetné prostredie
- prístupujú ku každému dieťaťu individuálne,
- rešpektujú jeho potreby, tempo a osobnostné zvláštnosti,
- podľa potreby umožnia zákonnému zástupcovi krátkodobý pobyt s dieťaťom v materskej škole,
- postupne skracujú prítomnosť zákonného zástupcu,
- prijímajú dieťa s ústretovosťou, pokojom a pozitívnym prístupom,
- pozorne sledujú prejavy dieťaťa počas adaptácie,
- podporujú vytváranie pocitu bezpečia a dôvery,
- pravidelne komunikujú so zákonnými zástupcami,
- spolupracujú pri riešení prípadných adaptačných ťažkostí.

Dĺžka adaptačného obdobia sa určuje individuálne podľa potrieb dieťaťa po dohode so zákonným zástupcom.

Ak sa ani po primeranom adaptačnom období dieťa nedokáže úspešne adaptovať na prostredie materskej školy, môže riaditeľka po prerokovaní so zákonným zástupcom rozhodnúť o prerušení dochádzky na dohodnutý čas alebo o jej ukončení v súlade s platnou legislatívou.

Povinnosti riaditeľky materskej školy

Riaditeľka materskej školy:

- vytvára podmienky na úspešnú adaptáciu dieťaťa v spolupráci so zákonným zástupcom,
- zabezpečuje spoluprácu pedagogických zamestnancov so zákonnými zástupcami počas adaptačného obdobia,
- pri zníženej adaptačnej schopnosti dieťaťa po prerokovaní so zákonným zástupcom alebo na základe jeho písomnej žiadosti rozhoduje o prerušení alebo ukončení dochádzky dieťaťa do materskej školy v súlade s platnými právnymi predpismi,
- zabezpečuje, aby adaptačný proces prebiehal v súlade so zákonom č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) v znení neskorších predpisov a ďalšími všeobecne záväznými právnymi predpismi.

Beszoktatási program

Az óvodába való belépés jelentős változást jelent a gyermek életében. A szülőktől, a családtól és a megszokott otthoni környezettől való elszakadás, valamint az új közösséghez való alkalmazkodás fokozott lelki megterhelést jelenthet a gyermek számára. Minden gyermek egyéni módon reagál erre a változásra.

A beszoktatás, vagyis az óvodai élethez és az új szociális környezethez való alkalmazkodás természetes, ugyanakkor összetett folyamat, amely nemcsak a gyermeket, hanem törvényes képviselőjét és az óvoda pedagógusait is érinti.

A beszoktatási program célja, hogy biztonságos, szeretetteljes és ösztönző környezetet teremtsen a gyermek számára, elősegítse az óvodai közösségbe való fokozatos beilleszkedését, valamint támogassa a pozitív kapcsolat kialakulását a pedagógusokkal és a kortársakkal.

A beszoktatást megelőző időszak

A beszoktatást megelőző időszak a gyermek óvodába történő felvételétől a rendszeres óvodába járás megkezdéséig tart.

Ebben az időszakban a gyermeknek lehetősége van megismerkedni az óvoda környezetével. Előzetes egyeztetés alapján a törvényes képviselő gyermekével együtt ellátogathat az óvodába a szabadtéri játékok idején vagy a csoportszobában zajló játékos tevékenységek alatt.

Az ilyen látogatások segítik a gyermeket abban, hogy fokozatosan megismerje az óvoda környezetét, a gyermekközösséget és a pedagógusokat. Ugyanakkor a törvényes képviselő számára is lehetőséget nyújtanak arra, hogy bizalommal forduljon az óvoda felé, és felkészüljön a gyermekétől való átmeneti elválásra. A szülők pozitív hozzáállása jelentősen hozzájárul a sikeres beszoktatáshoz.

A gyermek leggyakoribb reakciói a beszoktatás során

- sírás a születtől vagy törvényes képviselőttől való elváláskor,
- sírás a tevékenységek váltásakor,
- félénkség, bizonytalanság vagy szorongás
- visszahúzódó magatartás,
- a kérdésekre való válaszadás elutasítása vagy a kommunikáció hiánya,
- a felnőttekkel és a gyermekekkel való kapcsolatfelvétel kerülése,
- elbújás
- mozdulatlan, merev ülés
- ujjszopás vagy más önnyugtató viselkedés,
- a szemkontaktus kerülése
- az étkezés elutasítása
- a játékokba és tevékenységekbe való be nem kapcsolódás,
- a pihenőidő elutasítása,
- agresszív megnyilvánulások (kiabálás, rugdosás, harapás, a földre vetődés),
- a pedagógus közelségének, biztonságának keresése.

Ezek a reakciók természetes velejárói annak, hogy a gyermek új, számára ismeretlen környezetbe kerül. Erősségük és időtartamuk gyermekenként eltérő lehet. A sikeres beszoktatási folyamat során fokozatosan enyhülnek, majd megszűnnek.

A beszoktatást nehezítő tényezők

A gyermek beszoktatását kedvezőtlenül befolyásolhatják az alábbi tényezők:

- a szülő vagy a törvényes képviselő szorongása az elválás miatt
- a szülők negatív hozzáállása az óvodához,
- a gyermek rendszertelen óvodalátogatása,
- gyakori megbetegedések,
- nem megfelelő önkiszolgálási készségek,
- korábbi negatív élmények,
- a pedagógusok ajánlásainak figyelmen kívül hagyása,
- nagyszámú újonnan felvett gyermek egyidejű beszoktatása,
- a pihenéstől vagy az étkezéstől való félelem,
- a családi környezetben bekövetkezett változások (pl. testvér születése, költözés)
- a gyermek érzelmi éretlensége, amely megnehezíti a szülőtől és a családtól való elszakadást

Hogyan segíthetnek a szülők?

A sikeres beszoktatás érdekében ajánlott, hogy a szülők:

- igazítsák a gyermek napirendjét az óvoda napirendjéhez,
- pozitívan beszéljenek az óvodáról,
- biztosítsák a gyermek rendszeres óvodába járását,
- gondoskodjanak arról, hogy a gyermek elegendő pihenésben részesüljön
- minden reggel nyugtassák meg a gyermeket, és mondják el neki, ki fog érte jönni az óvodába,
- a reggeli búcsúzkodást ne nyújtsák el szükségtelenül,
- szükség esetén engedjék meg, hogy a gyermek magával vigye kedvenc játékát vagy más, számára biztonságot nyújtó tárgyat,
- működjenek együtt az óvodapedagógusokkal, és fogadják el szakmai javaslataikat,
- legyenek türelmesek, következetesek és bizalommal támogassák gyermeküket a beszoktatás időszakában.

A sikeresen beszokott gyermek jellemzői

A gyermek:

- szívesen jár óvodába, kiegyensúlyozott és jól érzi magát,
- könnyen elbúcsúzik a szülőtől vagy törvényes képviselőjétől,
- biztonságban érzi magát az óvodai környezetben,
- baráti kapcsolatokat alakít ki társaival,
- aktívan bekapcsolódik a játékokba és a szervezett tevékenységekbe,
- együttműködik a pedagógusokkal és társaival,

- betartja a csoportban kialakított szabályokat,
- életkorának megfelelő önállóságot mutat a mindennapi tevékenységek során.

A fokozatos beszoktatás folyamata az óvodában

Az óvodapedagógusok feladatai a beszoktatás során:

- a törvényes képviselő kérésére lehetőséget biztosítanak arra, hogy a gyermekkel együtt rövid időt tölthessen az óvodában,
- fokozatosan csökkentik a törvényes képviselő jelenlétének időtartamát,
- szeretettel, mosollyal, türelemmel és teljes figyelemmel fogadják a gyermeket,
- szükség esetén lehetővé teszik, hogy a gyermek magával hozza kedvenc játékát vagy más, számára biztonságot nyújtó tárgyat,
- biztonságos, nyugodt, szeretetteljes és ösztönző környezetet teremtenek,
- figyelembe veszik a gyermek egyéni szükségleteit, fejlődési ütemét és személyiségét,
- fokozatosan, érzékenyen segítik a gyermeket a közösségbe való beilleszkedésben,
- folyamatosan megfigyelik a gyermek viselkedését, érzelmi állapotát és alkalmazkodását,
- elegendő időt biztosítanak a gyermek érzelmeinek kifejezésére és megnyugvására,
- rendszeresen együttműködnek és kommunikálnak a törvényes képviselővel,
- a gyermek fejlődésének és beszoktatásának támogatása érdekében egységes pedagógiai szemléletet alkalmaznak

A beszoktatási időszak hosszát a gyermek egyéni szükségleteihez igazítják, a törvényes képviselővel történő egyeztetés alapján.

Amennyiben a gyermek a megfelelő támogatás ellenére sem tud alkalmazkodni az óvodai élethez, az óvoda igazgatója a törvényes képviselővel történt egyeztetést követően dönthet az óvodalátogatás meghatározott időre történő megszakításáról, illetve a jogszabályoknak megfelelő további eljárásról.

Az óvodavezető feladatai

Az óvodavezető:

1. biztosítja a gyermek sikeres óvodai beszoktatásának feltételeit, és a törvényes képviselővel egyeztetve meghatározza a gyermek óvodában töltött idejének hosszát a beszoktatási időszakban;
2. gondoskodik arról, hogy a beszoktatási időszak alatt az óvodapedagógusok a gyermek egyéni szükségleteinek figyelembevételével együttműködjenek a törvényes képviselővel;
3. amennyiben a gyermek beszoktatása nehézségekbe ütközik, a törvényes képviselővel történt egyeztetést követően vagy annak írásbeli kérelme alapján dönthet a gyermek óvodalátogatásának meghatározott időre történő megszakításáról, illetve – a hatályos jogszabályoknak megfelelően – az óvodai nevelés megszüntetéséről;

4. biztosítja, hogy a beszoktatási folyamat a hatályos jogszabályokkal, különösen a **245/2008. sz. köznevelési törvénnyel** és annak későbbi módosításaival, valamint az egyéb vonatkozó jogszabályokkal összhangban valósuljon meg.

Kiskövesd, 2026.08.24

Kidolgozta: az óvoda vezetője