Adaptačný pobyt v Materskej škole vo Vyšnom Kubíne

Adaptačný pobyt sa vzťahuje najmä na deti, ktoré nemajú ŠVVP, u ktorých je predpoklad, že by mohli mať problémy zadaptovať sa na úplne iné podmienky, než na aké sú zvyknuté z domu (nemusí ísť len o deti napr. 3-ročné, lebo častokrát majú adaptačné problémy aj deti napr. 5-ročné, ktoré boli doposiaľ stredobodom pozornosti jeho blízkych).

Aj počas adaptačného pobytu môže dieťa navštevovať materskú školu celodenne, a to  
za predpokladu:  
- že tomu predchádzala buď postupná adaptácia alebo  
- dieťa si rýchlo „zvyklo“ na materskú školu.  
Predpokladom úspešného zvládnutia adaptačného pobytu je spolupráca zákonných zástupcov  
s pedagogickými zamestnancami materskej školy aj s odbornými zamestnancami materskej školy, ak v danej materskej škole pracujú. Po úspešnom ukončení adaptačného pobytu začne dieťa navštevovať materskú školu pravidelne v dohodnutom čase, t. j. buď na celodennú výchovu a vzdelávanie alebo na poldennú výchovu a vzdelávanie (ako je uvedené v rozhodnutí).  
**Podľa § 59 ods. 8 školského zákona nesmie byť adaptačný pobyt dieťaťa dlhší ako tri mesiace**;  **adaptačný pobyt nemožno predlžovať**.  
Upozornenie: Inštitút „predĺženia adaptačného pobytu“ podľa právnych predpisov neexistuje.  
Vždy ide buď o nové obdobie, počas ktorého trvá nový adaptačný pobyt alebo o nové prijatie  
s určením adaptačného pobytu najdlhšie na tri mesiace.  
V prípade zníženej adaptačnej schopnosti dieťaťa môže riaditeľ materskej školy podľa § 5 ods. 14 písm. c) zákona č. 596/2003 Z. z., po predchádzajúcom písomnom upozornení na túto možnosť,rozhodnúť o prerušení dochádzky dieťaťa do materskej školy, ale len ak nepôjde o dieťa, pre ktoré je predprimárne vzdelávanie povinné.

Upozornenie: Je nesprávne, ak riaditeľ materskej školy určí napr. pre všetky novo prijaté deti  
adaptačný proces v rozsahu 2 hodín denne na obdobie 1 mesiaca. Takýto postup nerešpektuje  
individuálne osobitosti jednotlivých detí a spôsobuje aj komplikácie zákonným zástupcom, najmä tým, ktorí nemajú možnosť inak zabezpečiť starostlivosť o svoje dieťa po uplynutí napr. dvoch hodín, pretože po rodičovskej dovolenke nastúpili do zamestnania.  
Niektoré deti vôbec nemusia mať určený adaptačný pobyt, pretože ich adaptácia na nové  
prostredie je rýchla, plynulá a bezproblémová od prvého dňa.  
V praxi môže nastať aj situácia, že dieťa nemá určený adaptačný proces vôbec, je riadne prijaté na celodennú výchovu a vzdelávanie, ale ukáže sa, že nie je schopné zvládnuť prechod z domu do materskej školy. Vtedy môže riaditeľ dodatočne dohodnúť so zákonnými zástupcami na určitý čas (niekoľko dní, týždeň, dva týždne atď.) proces adaptácie s konkrétnymi podmienkami bez vydávania ďalšieho rozhodnutia, len so zaznamenaním skutočnosti v osobnom spise dieťaťa. Ak je proces adaptácie úspešný a „rýchlejší“ ako sa predpokladalo, môže byť ukončený aj skôr a dieťa môže chodiť do materskej školy na celodennú výchovu a vzdelávanie.  
 **Riaditeľ materskej školy sa počas trvania adaptačného pobytu dieťaťa môže dohodnúť so zákonným zástupcom, že sa zmení čas pobytu dieťa v materskej škole z niekoľkých hodín, postupne, alebo aj od nasledujúceho dňa, na celý deň.**

**Upozornenie**: Podľa § 59a ods. 5 školského zákona „povinné predprimárne vzdelávanie plní dieťa formou pravidelného denného dochádzania v pracovných dňoch v rozsahu najmenej štyri hodiny denne“. Doba denného pobytu dieťaťa, pre ktoré je predprimárne vzdelávanie povinné, počas adaptačného pobytu, je minimálne štyri hodiny, ale môže to byť aj viac. Závisí to od úspešnosti a rýchlosti adaptácie dieťaťa na prostredie materskej školy

Povaha dieťaťa a jej vplyv na priebeh adaptácie:  
Dieťa v druhom roku života nadväzuje stále vzťahy i s ďalšími známymi osobami, hoci matka je stále primárnym zdrojom istoty a bezpečia. Kritériom pre nadviazanie vzťahu s inými osobami je miera a charakter vzájomného kontaktu. Dieťa sa takto učí diferencovať ľudí vo svojom okolí na základe ich správania. Podstatné je, že dieťa dokáže prekročiť hranicu symbiotického vzťahu z matkou, ktorý má svoj vývinový zmysel.  
U dieťaťa možno vo viacerých situáciách pozorovať odlišnosti v povahe, ktoré sa prejavujú rôznym spôsobom. Ako príklad uvádzame tri typy správania:  
1. **Dieťa s agresívnym správaním** reaguje na nové okolnosti protestom. Tieto zmeny charakterizujú prudké citové reakcie. Negatívne naladenému dieťaťu chýba sebakontrola. Učiteľ stanoví jasné pravidlá, ktoré podporujú sebakontrolu dieťaťa a vedú ho k vnútornej zodpovednosti.  
**Ako postupovať pri adaptácii agresívneho dieťaťa?**Bezprostredná spätná väzba: Na neadekvátne správanie reagovať pokojne, dbať na bezpečnosť ostatných detí i samotného agresívneho dieťaťa.  
Zadávať zrozumiteľné a adekvátne pravidlá: Dieťa musí porozumieť tomu, čo sa od neho očakáva.  
Pravidelnosť: Je dôležité dbať na dodržiavanie postupnosti vo vykonávaní pravidelne realizovaných činností.  
Určiť a akceptovať osobné miesto/priestor: V triede má mať každé dieťa svoje stále miesto, ktoré prináleží iba jemu (stoličku pri konkrétnom stole, ležadlo, miesto na odkladanie svojej hračky, výkresu, oblečenia). Je prirodzené aj u dospelých, že sme „závislí“ na svojom mieste i priestore.  
2. Pasívne dieťa nerado spolupracuje alebo sa bojí spolupracovať s ostatnými. Adaptácia na nové prostredie u neho trvá dlhšiu dobu.  
Ako postupovať pri adaptácii bojazlivého dieťaťa?  
Akceptovať, že dieťa sa nezapája do spoločných činností: Vymedzenie miesta, odkiaľ dieťa môže pozorovať činnosť ostatných detí. Pozorovanie dieťaťu umožňuje prežívať spoločne realizované činnosti a správanie detí i učiteľa.  
Pravidelnosť: Aj v prípade bojazlivého dieťaťa platí, že potrebuje mať istotu, keď vie, kde sú uložené pomôcky aj to, kedy prebiehajú pravidelne realizované činnosti.  
Povzbudzovanie k spolupráci: Učiteľ môže dieťaťu posunúť hračku bližšie. Zadať spoločnú úlohu vo dvojici s iným dieťaťom, aby ľahšie nadviazalo kamarátstvo.  
Využívanie pozitívnej podpory: Tichý úsmev, prikývnutie alebo pohladenie môže byť efektívnejšie, ako prejav pochvaly pred veľkou skupinou. Dieťa nemusíme nútiť, aby sa zapájalo, skôr mu venujeme individuálnu pozornosť, aby nadobudlo dôveru, ktorú potrebuje, než sa pripojí k aktivitám .  
3. Nenáročné dieťa sa prejavuje vyrovnanou náladou. Reaguje pokojne, nemá problém byť v  
spoločnosti cudzích ľudí, ani s nimi komunikovať. U takéhoto dieťaťa je zrejmá vnútorná zrelosť v tom zmysle, že má vyvinutú dostatočnú citovú autonómiu vo vzťahu k matke, prípadne inej blízkej osobe. Znamená to, že dieťa neprepadá panike v prípade, že matku niekoľko hodín neuvidí.

Vzhľadom k nedostatočnosti diferenciácie možných variant správania i neschopnosti  
odhadu konečného výsledku vlastnej aktivity a nezrelej inhibície v podobe neschopnosti potlačiť vlastnú aktivitu, dochádza k prejavom vzdoru a negativizmu. Podľa Vágnerovej (2014) sa vo veku do troch rokov objavuje u detí emočný prejav v podobe hnevu a zlosti, pretože ešte nemajú rozvinutú schopnosť ovládať vlastné emócie. Tieto reakcie sú často prejavom aktuálnej frustrácie, ktoré sú individuálne variabilné a môžu mať rôznu intenzitu. K prejavom odporu dochádza najčastejšie v dvoch situáciách:  
• buď je dieťa obmedzované vo svojej činnosti,  
• alebo je k nejakej činnosti nútené.  
Nezrelosť, ktorá súvisí s nedostatočnou inhibíciou, je príčinou problémov v prerušovaní začatej činnosti, ale tiež príčinou vzniku afektívnej reakcie, rozčuľovania sa. Iným, veľmi charakteristickým prejavom negativizmu je negovanie úplne všetkého, čo navrhne niekto iný, až do úplnej absurdnosti, kedy dieťa odmieta nielen určitú činnosť, ale i jej pravý opak.  
**AKO MOŽNO REAGOVAŤ, KEĎ DIEŤA VZDORUJE?**• odpútaním pozornosti,  
• pokojným a neohrozujúcim prístupom,  
• dodržiavaním pravidelnosti - určitého poriadku, ktorému dieťa rozumie.  
(Pre dieťa je typické prehnané nástojenie na dodržiavaní určitých pravidiel, napr. na poradí  
úkonov pri jedení, obliekaní, príprave na odpočinok, pretože presné poradie je preň  
zrozumiteľné, a tým príjemné a upokojujúce.)  
Napriek tomu, že dieťa môže byť označované ako samostatný subjekt už v období raného veku, až v období druhého a tretieho roku života dokáže diferencovane emočne reagovať na rôzne situácie, čiastočne aj na prežívanie a potreby iných ľudí .  
**Ako vplýva na dieťa emocionálne prežívanie blízkej osoby? Dieťa na rozdiel od dospelých toľko nepremýšľa, ale zato intenzívne prežíva aktuálnu emocionálnu situáciu. Úzkosť mamy, ktorú si ona sama pri lúčení s dieťaťom neuvedomuje, v procese adaptácie dieťa intenzívne vníma a prežíva.**Vývin emócií je dôležitý z podhľadu rozvoja iných funkcií, ale aj z pohľadu porozumenia sebe samému a uvedomenia si vlastnej osoby. Typickým znakom sociálno-emocionálneho vývinu trojročného dieťaťa je to, že začína používať prvú osobu „ja“   
 Ako sa vytvára ,,ja“? „Ja“ je naučené, nie zdedené. Od prvých okamžikov svojho  
života si dieťa zhromažďuje údaje o sebe i okolitom svete. Sú to najmä rané detské zážitky, ktoré majú pre formovanie osobnosti dieťaťa rozhodujúci význam. Pre rozvoj identity, ktorá má základ v prijímaní dieťaťa jeho okolím, je kritickým obdobím práve obdobie od dvoch až troch veku života dieťaťa. Dieťa prijíma zrkadlovo informácie o sebe zo svojho okolia, ktoré mu poskytujú iní, na základe reakcií, postojov iných si vytvára koncept o sebe. Na potvrdenie vlastnej hodnoty potrebuje primerane časté pozitívne hodnotenie ako reakciu na vlastné konanie. Skúsenosť, ktorú dieťa získava v rodine a materskej škole mu postupne umožňuje akceptovať normy, ktoré obmedzujú jeho správanie a možnosti.

**UČITEĽ V PROCESE ADAPTÁCIE**

V tomto období sa vytvára vzťah dieťaťa aj s inými ľuďmi, ktorí netvoria okruh známych a blízkych osôb. Učiteľ by pre dieťa nemal byť ohrozujúcou autoritou. Vzťah medzi nimi by mal byť založený na dôvere a akceptácii. Dieťa by nemalo byť vystavované strachu a úzkosti, pretože je vysoko pravdepodobné, že sa bude vedome vyhýbať situáciám, ktoré v ňom strach vyvolávajú. Malo by zažívať vzájomnú podporu a pomoc učiteľa. Súlad medzi dieťaťom a učiteľom sa označuje ako „dobrá zhoda“ (angl. goodness of fit) – ide o kompatibilitu medzi temperamentom dieťaťa a jeho prostredím, kam patrí aj prostredie materskej školy. Učitelia by mali posilňovať dobrú zhodu vo vzťahu k deťom a prispôsobovať svoj výchovný prístup, ktorý by mal byť v súlade s psychickými ukazovateľmi, vrátane temperamentu každého dieťaťa.  
Učitelia materskej školy napomáhajú prekonávať sťaženú adaptáciu dieťaťa viacerými spôsobmi, ktoré súvisia najmä s vytváraním pozitívnej atmosféry a klímy:  
• **prejavmi záujmu učiteľa o dieťa napr. privítaním dieťaťa v triede úsmevom, pohladením, vyjadrením potešenia z opätovného stretnutia,  
• krátkym rozhovorom s dieťaťom o ponuke hier a činností s cieľom motivovať dieťa k nim,  
• orientáciou na hrové záujmy dieťaťa, odpútaním pozornosti dieťaťa od prejavov negatívnych emócií,  
• pozitívnym hodnotením dieťaťa za pozitívne prejavy správania a ochotu spolupracovať, hraním sa s inými deťmi,  
• zabezpečením bezpečného prostredia triedy.**

Učitelia pre dieťa vytvárajú prostredie, ktoré je tolerantné, podporujúce a neodsudzujúce. Pocit stálosti pre dieťa v procese adaptácie znamená, že vie, čo sa od neho očakáva. Znamená to aj, že dieťa je oboznamované s pravidlami, čo sa spája s pocitom ich prijímania a začleňovania sa do komunity ďalších detí v triede. K pocitu stálosti prispieva nielen zrozumiteľná komunikácia, ale aj jednotnosť pravidiel, stabilný denný režim, dodržiavanie rituálov, predvídateľné správanie, dôslednosť a v prípade navštevovania materskej školy možnosť byť so svojimi učiteľmi a vo svojej triede. Potreba pravidiel prispieva k formovaniu osobnosti dieťaťa a jeho socializácii. Dieťa predškolského veku potrebuje  
vedieť, čo je v jeho správaní prijateľné a čo už nie. Požiadavky kladené na dieťa by mali byť učiteľom formulované jednoznačne a zrozumiteľne, aby informácii porozumelo a bolo si vedomé toho, čo sa od neho očakáva. Tým sa zabráni nedorozumeniam a pocitom krivdy.  
Vnímanie času sa u dieťaťa rozvíja postupne. Okolo troch rokov dieťa začína rozlišovať časové pojmy predtým a potom, dokáže vyjadriť aj svoje priania súvisiace s blízkou budúcnosťou. Napriek tomu platí pre celé obdobie predškolského veku, že dieťa žije predovšetkým prítomnosťou, to znamená vo svete tu a teraz. Pokiaľ je dieťa plne zaujaté nejakou činnosťou, nezaujíma sa o to, čo sa deje okolo neho. Dieťa však vníma plynutie času na základe udalostí, ktoré sa pravidelne striedajú. Uvedomovanie  
si jednotlivých časových úsekov je však subjektívne, skreslené a závislé od prežívania aktuálnej situácie.  
Tým, že si dieťa pamätá zážitky z blízkej minulosti a fixuje sa na zaužívanú postupnosť – typický priebeh pravidelne realizovaných činností (príprava na stolovanie, pobyt vonku, cvičenie a pod.), môže narušenie tohto scenára vyvolať prejav protestu   
Čo môže nastať v prípade, ak dieťa nepozná sled činností v období adaptácie? Dieťa stráca pocit istoty a bezpečia, pretože to čo sa okolo neho deje, situácie a požiadavky nepozná, nevie, čo má očakávať.  
S plynutím času však súvisí aj vnímanie časovej postupnosti, ktorá sa spája aj s uvedomovaním si príčiny a následku, začiatku a konca. Dieťa si dokáže zo sledu udalostí vyvodiť nasledujúce situácie, ktoré očakáva a môže byť na ne pripravené. Takýto algoritmus mu uľahčuje zvládanie každodenných činností, dokonca mu dáva pocit istoty a bezpečia.  
Prečo by mali byť s deťmi v období adaptácie kmeňoví učitelia? **Neodporúča sa, aby sa pri deťoch v období adaptačného pobytu striedali rôzni učitelia, prípadne sa deti premiestňovali do iných tried, napr. v prípade, ak počet detí v materskej škole výrazne poklesne a deti sa musia preradiť do inej triedy.**Vhodná organizácia života dieťaťa mu umožňuje vytvárať pozitívny vzťah k materskej škole. Na zabezpečenie úspešnej adaptácie detí je potrebné správne zorganizovať výchovno-vzdelávací proces.  
Pre emočne namáhané deti je dobré používať hry a cvičenia zamerané na emočnú relaxáciu.  
Prispievajú k bližšiemu vzájomnému spoznávaniu detí a učiteľov vzniku pozitívnych emócií u detí a súdržnosti skupiny. Hra umožňuje spontánne uvoľnenie citového napätia, tak pozitívneho, ktoré sa prejavuje radosťou a vzrušením, ako aj negatívneho, ktoré sa prejavuje plačom, zlosťou (Fleer, 2017).  
Aktivita je základnou podmienkou rozvoja osobnosti. Všeobecná potreba aktivity počas činnosti sa výrazne prejavuje tak v poznávacej, ako aj sociálnej sfére. V prípade iniciácie hry učiteľom ide skôr o hry frontálne, aby sa žiadne z detí necítilo vynechané. Hry by nemali byť príliš dlhé – je lepšie hrať sa s deťmi kratšiu hru niekoľkokrát denne. Hlavnou úlohou hier v tomto období je vytváranie emocionálneho kontaktu. Samotná dôvera detí k učiteľovi vzniká na základe spoločných činností sprevádzaných úsmevom, jemnou intonáciou, prejavom starostlivosti a pozornosti každému dieťaťu.  
Aké sú pravidlá zmiernenia stresu dieťaťa prostredníctvom hry?  
• Dobrovoľná, beznátlaková účasť dieťa v hre.  
• Dospelý je priamym účastníkom hry.  
• Dôraz na opakovanie identických hier.  
• Používanie názorných pomôcok (hračky, rekvizity, predmety.  
• Vytvárať dieťaťu priestor prejaviť sa.

**RODIČ V PROCESE ADAPTÁCIE**

Okrem vývinových predpokladov dieťaťa adaptáciu ovplyvňuje aj výchovný štýl a sociálny status dieťaťa v rodine. Výchovné problémy vyplývajúce z adaptačného procesu majú u jednotlivých detí rôznu intenzitu. Niektoré deti dokážu zvládnuť prechod z rodiny do materskej školy bez väčších problémov, kým u iných detí je prechodné obdobie sprevádzané výraznými adaptačnými problémami.  
**Rodičia by si mali uvedomovať, že dieťa by malo byť pri nástupe do materskej školy úplne samostatné, najmä čo sa týka seba obslužných činností. Napríklad, že sa dokáže samo obliecť, prezliecť, obuť, prezuť, najesť sa, vysmrkať sa a pod.) Pokiaľ k svojej sebaobsluhe potrebuje dospelého, je v situácii, ktorá preň nemá riešenie, čím sa samotná adaptácia môže výrazne sťažiť.**Učitelia materských škôl si uvedomujú, že jedným z predpokladov úspešnej adaptácie dieťaťa na materskú školu je spolupráca rodičov a učiteľov materskej školy. Proces adaptácie dieťaťa na prostredie materskej školy je pre dieťa aj pre rodičov náročný Učitelia nemajú k dispozícii univerzálnu podobu, model, či návod bezproblémovej adaptácie dieťaťa  
na prostredie materskej školy.  
O forme adaptácie dieťaťa na materskú školu rozhodne riaditeľ materskej školy v spolupráci  
s rodičmi a v priebehu adaptačného procesu aj v spolupráci s učiteľmi, ale vždy s prihliadnutím na individuálne osobitosti dieťaťa. Konkrétna forma korešponduje s vypracovaným adaptačným plánom, ktorý v spolupráci s rodičom alebo zákonným zástupcom dieťaťa vypracováva triedny učiteľ.  
Informácie o priebehu adaptácie dieťaťa, o realizácii denných aktivít a odporúčania ohľadom ďalšieho postupu adaptácie na nasledovné dni poskytujú rodičom obaja učitelia v triede. Táto interakcia sa uskutočňuje denne pri preberaní dieťaťa a v čase určených konzultačných hodín.  
 S adaptačným programom materskej školy sú oboznámení rodičia novoprijatých detí ešte v čase pred nástupom dieťaťa do materskej školy. Adaptačný program materskej školy je rodičom alebo zákonným zástupcom dieťaťa spravidla sprístupnený prostredníctvom vývesiek v priestoroch materskej školy a aj na jej webovej stránke. Univerzálne odporúčanie určené každému rodičovi, ktorého dieťa sa adaptuje na materskú školu, predstavuje to, že rozlúčenie s dieťaťom pred vstupom do triedy by malo byť čo najrýchlejšie. Platí totiž, že čím dlhší je čas lúčenia, tým viac sa zvyšuje emocionálne napätie dieťaťa (a samozrejme aj samotného rodiča).

Dôležitými vlastnosťami, ktoré vplývajú na plynulú adaptáciu dieťaťa v MŠ sú jednotnosť, dôslednosť a trpezlivosť zo strany rodičov i učiteliek materskej školy.

Adaptačný proces prebieha jednotlivými etapami:

**Dieťa v MŠ:**

* stavia sa do úlohy pozorovateľa
* spracováva množstvo podnetov a problémov
* nepokúša sa nadviazať kontakt s rovesníkmi
* nezaujíma sa o ich aktivity, nehrá sa
* rozpráva ticho, jednoslabične alebo vôbec
* je uzavreté a zdržanlivé
* dieťa trpí nechutenstvom, odmieta sa stravovať

**Dieťa doma:**

* prežíva to, čo dospelý po namáhavom dni
* je neisté, unavené hlukom a množstvom podnetov
* túži po kľude , chce si odpočinúť
* zje všetko čo mu predložíte, pretože v MŠ nepapalo
* potrebuje spracovať svoje dojmy a zážitky

**Úloha rodiča:**

* nelúči sa s dieťaťom dlho (pri dlhom lúčení dieťa zneistie, nakoľko neobvyklé správanie rodiča podporí jeho strach)
* rešpektuje u dieťaťa rolu pozorovateľa
* po návšteve v MŠ ponúkne dieťaťu možnosť odpočinku
* zosúladí denný poriadok doma s denným poriadkom v MŠ

Informácie o priebehu adaptácie dieťaťa, o realizácii denných aktivít a odporúčania ohľadom ďalšieho postupu adaptácie na nasledovné dni poskytnú rodičom po každom dni učiteľky.

Adaptačný pobyt a jeho navrhnuté fázy na obdobie september, október

1. pobyt dieťaťa na 4 hodiny + obed, podľa dohody s riaditeľkou
2. dieťa na dopoludnie s tým, že dieťa pozoruje činnosti pri ukladaní detí k odpočinku
3. skúška, či sa dieťa zadaptuje s popoludňajším odpočinkom a po spánku ihneď príde rodič dieťaťa
4. celodenný pobyt a po olovrante príde rodič ihneď po dieťa.

Ak sa dieťa zadaptuje v materskej škole, môže dieťa po dohode rodiča s riaditeľkou pravidelne navštevovať materskú školu v dohodnutom čase.

**Ako pomáha materská škola adaptácii dieťaťa na MŠ**

1. Umožnenie spoznávania prostredia MŠ,
2. Po dohode s rodičom umožnenie predlžovania pobytu dieťaťa v MŠ bez prítomnosti rodiča,
3. Umožnenie dieťaťu vziať si obľúbenú hračku, vec,
4. Vytváranie príjemnej, pohodovej a priateľskej atmosféry,
5. Jednotný prístup učiteliek, vhodný výber metód a foriem práce s deťmi, príťažlivé prostredie pre deti, zaujímavé aktivity,
6. Rešpektovanie individuálnych osobitostí detí a partnerský vzťah s rodičmi,

V MŠ sú rodičom poskytované odborné konzultácie a pohovory o výchove dieťaťa, ktoré sú zaznamenávané v zošite o adaptačnom procese novoprijatých detí, alebo metodicko-poradenskej činnosti.