

Adaptační plán 2025/2026

Informace a akce k adaptačnímu procesu

- **Dny otevřených dveří** (duben) – návštěva rodičů s dětmi – seznámení s podmínkami dětské skupiny, informace o jejím chodu, zodpovězení dotazů, blíže [Dny otevřených dveří v DS - SSČ AV ČR](#) (DS AV ČR – Pro rodiče – Dny otevřených dveří)
- **Informace na webu** viz [Průběh adaptace v Dětských skupinách AV ČR - SSČ AV ČR](#) (DS AV ČR – O nás – Adaptace)
- **Informáček** – brožura určená rodičům nově nastupujících dětí s řadou informací a doporučení, vč. adaptačního procesu, blíže [Informáček](#) (DS AV ČR – O nás – Nejčastější dotazy)
- **Vstupní dotazník** – otázky pro rodiče přijatých dětí k získání cenných informací pro pečující osoby, zvláště pro dobu adaptačního procesu, blíže [Informáček](#) (DS AV ČR – O nás – Nejčastější dotazy)
- **Schůdek do DS** (poslední týden v srpnu) – návštěva rodičů s dětmi dětské skupiny k získání konkrétních informací pro nástup dítěte, seznámení s pečujícími osobami, rozhovor nad Vstupním dotazníkem, administrativní úkony, volná hra dětí, blíže [Informáček](#) (DS AV ČR – O nás – Nejčastější dotazy)
- **Okénko s rodiči** – záznam přednášky Mgr. Elišky Kotrbaté k podpoře adaptačního procesu určené rodičům ke zhlédnutí před zahájením docházky dětí (na základě zaslaného elektronického odkazu)
- **Osobní schůzka** s pečujícími osobami o průběhu adaptace dítěte na podkladě jejich denních záznamů a vyhodnocení, dohoda o další možné spolupráci
- **Třídní schůzky** (říjen)
- **Souhrn doporučení pro rodiče** – příloha tohoto dokumentu

Organizace adaptačního procesu

- **Adaptace začíná prvním dnem příchodu dítěte** do dětské skupiny, který je stanoven ve Smlouvě o poskytování služby péče o dítě v Dětské skupině AV ČR (dále jen Smlouva).
- Adaptační proces je možné **v případě potřeby upravit dle individuálních potřeb dítěte** na základě dohody s pečujícími osobami nebo s vedením dětských skupin.
- Při nástupu docházky **v průběhu školního roku** probíhají setkání s rodiči a dětmi i předávání informací individuálně. Adaptační proces nelze zahájit v měsících červenci a srpnu.
- Omlouvání a zdůvodnění **absence v době adaptace** se řídí tak jako v jiném období, tj. dle Vnitřních pravidel (čl. V. odst. 13 a 14).
- Pro počáteční komunikaci s dětmi s **odlišným mateřským jazykem** jsou pečující osoby vybaveny metodicky (např. komunikačními kartami) a pro komunikaci s rodiči jsou některé z nich vybaveny jazykově (anglický, případně německý či jiný jazyk).

Průběh adaptačního procesu

- Pobyt dítěte v dětské skupině v adaptačním procesu se řídí dle **přidělených časových slotů** tak, aby počet přítomných dětí dovozoval pečujícím osobám intenzivněji se věnovat adaptujícím se dětem.
- **První 2 dny** doporučujeme pobyt dítěte **za přítomnosti rodiče, dále podle potřeb dítěte.**
- Za **přítomnosti rodiče** je délka pobytu prvních dní v dětské skupině - **60 minut, bez rodiče 30 minut.**
- Pokud již rodič není přítomen u adaptace, řídí se pobyt dítěte časovým harmonogramem dohodnutým s pečujícími osobami, který se podle možností dítěte postupně **prodlužuje*** až **do oběda.**
- **V prvních dvou týdnech** je docházka **každodenní.** Následující dva týdny lze v každodenní docházce pokračovat nebo dny dohodnout s pečujícími osobami dle individuálních potřeb dítěte.
- **Dny docházky se od druhého měsíce řídí Smlouvou.** Je-li s rodiči v systému Twigsee stanovena **celodenní docházka**, zahajuje se až **v druhém měsíci.**
- V průběhu adaptačního procesu pečující osoby intenzivněji **spolupracují s rodiči a vzájemně se informují** o projevech dítěte. Na základě pozorování dítěte si pečující osoby pořizují denní záznamy, vyhodnotí je a **v závěru prvního měsíce** rodiče vyzvou k **osobní schůzce**, kde je s výsledky seznámí a je-li třeba, dohodnou s nimi další společnou podporu dítěte.

*Aby pro dítě probíhala adaptace citlivě, mohou pečující osoby v případě časové proluky v docházce (např. nemoc, svátky) navrhnout vrátit se na kratší časový úsek s jeho plynulým prodlužováním.

Ukončení adaptačního procesu

- **Formálně** je adaptační proces ukončen na konci měsíce, v jehož začátku dítě zahájilo docházku, a to v návaznosti na **sníženou sazbu úhrady** za službu péče o dítě. **Reálně** se však dítě může adaptovat **déle**, tj. až do doby, kdy se dokáže odloučit od rodičů bez výrazných známek stresu, projevuje orientaci v prostředí, vykazuje známky pocitu bezpečí a zapojuje se do aktivit dětské skupiny. Do té doby je dítěti věnována zvýšená individuální podpora pečujících osob.
- Pokud **adaptační proces** ani po jeho prodloužení **neprobíhá příznivě** a dítě v dětské skupině psychicky strádá bez známek zlepšení nebo není schopné své chování přizpůsobit životu v dětské skupině, a tak negativně ovlivňuje pobyt, zdraví či bezpečí ostatních dětí, může být rodičům doporučeno **přerušit docházky** do doby, kdy dítě bude pro nástup zralější, nebo může být ze strany dětské skupiny jeho **docházka ukončena** dle čl. VII Smlouvy.

Kontakty:

Mgr. Lucie Havelková, DiS.

vedoucí Dětských skupin; 604 293 671; havelkova@ssc.cas.cz

Ing. Barbora Kurkinová

koordinátorka DS; 739 381 860; kurkinova@ssc.cas.cz

Ing. Michaela Předotová

asistentka vedení; 737 798 033; predotova@ssc.cas.cz

Mgr. et Mgr. Dagmar Vorlíková

metodička DS; 737 798 033; vorlikova@ssc.cas.cz

Webové stránky:

O nás - SSČ AV ČR (avcr.cz)

Adaptační proces – souhrn doporučení po rodiče

Vážení rodiče, adaptace se netýká pouze dítěte, ale je změnou pro celou rodinu. Dovolujeme si vám nabídnout některá doporučení pro dobu před nástupem docházky a pro dobu jejího zahájení a průběhu.

Domácí příprava

- Nastavujte dítěti jasná **pravidla** (jejich nedodržování, časté změny, ústupky děti matou).
- Ved'te dítě k **samostatnosti**, zvláště v hygieně, oblékání a jídle.
- Nacvičujte s dítětem říkání si o **pomoc**.
- Hledejte příležitosti k **setkávání s dětmi** (dětská hřiště, návštěvy, koutky).
- Mluvte s dítětem **o dětské skupině pozitivně** – na co se může těšit (kamarádi, hračky), dívejte se a mluvte s dítětem o tom [Jak to u nás vypadá - SSČ AV ČR \(avcr.cz\)](#) (DS AV ČR – O nás – Jak to u nás vypadá).
- Zavádějte do režimu dne opakované postupy, tzv. **rituály**.
- Nastavte **podobný režim** jako v dětské skupině (čas vstávání, čas svačiny/oběda/spánku) ([Plan výchovy a pece 2024_25 web.docx](#) (DS AV ČR – Pro rodiče).
- Nacvičujte rituál odpoledního **usínání / odpočívání** (např. při pohádce, s plyškem).
- Připravujte dítě na **odloučení**. Zaveďte tzv. **loučící rituál** (např. pohlazení, pusinka), neodcházejte narychlo / tajně / rozzlobeně. Loučení neprotahujte, pokud dítě pláče, buďte přívětiví, ale rozhodní. Dlouhé loučení a vyjednávání neprospívá vám ani dítěti. **Dodržujte sliby**, aby vám dítě mohlo důvěřovat, že se vrátíte (např. po svačince).
- Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do dětské skupiny. Ujistěte ho, že mu věříte a že to zvládne. Zvýšíte jeho **sebedůvěru**.
- **Neplánujte více životních změn** než nástup do DS (stěhování, nástup do zájmového kroužku).
- **Připravte i sami sebe** – jistota o správnosti rozhodnutí umístit dítě do dětské skupiny, důvěra v personál pomáhají úspěšnému zvládnutí adaptačního období. Nejistota rodiče se přenáší na dítě.

Příprava na první den v DS

- Už večer se snažte být v pohodě, aby ráno probíhalo klidně.
- Ujistěte se, že dítě ví, kam jde a kdo a kdy si pro něj přijde.
- Po cestě do DS si spolu povídejte.
- Pro uklidnění dítěte s sebou vezměte oblíbenou (plyšovou) hračku nebo fotografii rodiny.

Průběh adaptace

Během adaptačního období dochází u dítěte k poznání, že již **není středem pozornosti** tak, jak tomu bylo doposud v rodině, ale stává se součástí kolektivu podobně starých dětí, kde společně musí **dodržovat určitá pravidla**. Dítě se během adaptačního období musí vypořádat s řadou **pocitů** a naučit se je zpracovat.

- Doporučujeme najít si **ranní rituál** např. zpívání písničky po cestě či vyprávění příběhu (pomůže lépe zvládnout příchod).
- **Nepřerušujte adaptační proces** zbytečnými absencemi (např. dovolená či plánovaná návštěva lékaře). Raději odložte nástup dítěte do dětské skupiny.
- Zachovávejte **klid**, buďte dítěti oporou (citlivý a trpělivý rodič je základ pro klid dítěte).
- Pokud nastane **krize**, přesměrujte pozornost na jinou, pozitivnější nebo neutrálnější myšlenku.
- Ujistěte dítě, že ho zase **brzy vyzvednete**.
- Neprotahujte **loučení**, nedoprovázejte je citovými projevy ("budeš mi taky chybět", "bude mi bez tebe smutno"), nevracejte se. I když dítě pláče, není třeba se nechat znejistit (zbavit se své úzkosti znamená zbavit úzkosti dítě). Pečující osoby tyto situace zvládnou. Můžete se také dohodnout, že dítě bude do dětské skupiny vodit ten, který má s odloučením menší problém.
- Nepodmiňuje pobyt dítěte v dětské skupině **úplatky** (hračkou, bonbóny atd.).
- **Plňte své sliby.**
- **Dítě vyzvedávejte včas podle dohody s pečujícími osobami.**
- **Neponechávejte** dítě v dětské skupině **déle, než je nutné**.
- Na potřebné informace se **ptejte při vyzvedávání** dítěte.
- **Naslouchejte dítěti**, až začne vyprávět, a uznávejte jeho pocity.
- **Mějte na dítě čas**, abyste spolu v klidu a pohodě prožili společné chvíle.
- **Mluvte hezky** o pečujících osobách.
- Adaptace dítěte na novou situaci je zásadní pro úspěšnou docházku do dětské skupiny, a proto si pro ni v rodině vyhradte **dostatečný časový prostor**. Ne každé dítě se ihned zapojí, je zapotřebí dopřát mu příležitost, aby se mohlo seznámit s novým prostředím, dětmi i pečujícími osobami, proto adaptaci **neuspěchejte**.