Vítejte v Adaptační třídě Pružné školky!

Průvodce klidným zabydlováním bez slz, bez spěchu a vaším vlastním tempem

---

Víme, že první vstup do dětské skupiny je velký krok nejen pro vaše dítě, ale i pro vás. Naše zabydlování probíhá v klidu, s respektem k emocím dítěte a bez tlaku na rychlost.

> **Praktické informace**
> • Kdy jsme tu pro vás: Úterý, středa a čtvrtek od 7:30 do 15:30 (příchod kdykoliv do 10:00).
> • Jak často chodit: Počet dnů si volíte podle svých možností – stačí si den předem rezervovat místo v našem rezervačním systému.
> • Kolik to stojí: Školné je díky státní podpoře zcela ZDARMA.
> • Jídlo a pití: Svačinku a případně oběd přinášíte z domu

Jakou roli máte v prvních dnech? Činnost dospělých probouzí zvědavost u dětí.

V Pružné školce děti nelákáme na dospělé osoby ani je nepřemlouváme slovy „Podívej, tady je teta, pojď si s ní hrát“. Děti si cestu do nového prostředí hledají nejpřirozeněji přes smysluplnou činnost. Stejným způsobem u nás pracují chůvy i vy v prvních dnech:

- **1. V první fázi si sami vezměte tácek a pracujte:** V prvních dnech nesedíte stranou v rodičovském koutku. Posaďte se v prostoru třídy ke stolku nebo na koberec, vyberte si na polici tácek s pomůckou a začněte s ní sami tiše a soustředěně hrát/pracovat (přelévat, třídit, skládat, stavět).
- **2. Nelákejte a nekomentujte:** Dítě k sobě nezvěte, nevysvětlujte mu, jak je to skvělé, a neptejte se ho, jestli to chce zkusit. Stačí, že vidí váš skutečný, klidný zájem o činnost.
- **3. Přenechte mu prostor:** Jakmile se dítě samo přiblíží, natáhne ruku nebo projeví o pomůcku zájem, klidně mu ji přenechte. Neopravujte ho, nezasahujte mu do soustředění a tiše přihlížejte – nebo si vezměte jiný tácek kousek dál.
- **4. Kdy přichází čas na kávu v rodičovské zóně:** Jakmile si dítě začne pomůcky vybírat samo a nechá se zaujmout i táckem, se kterým zrovna pracuje náš mentor, uděláte krok zpět. Přesunete se do rodičovského koutku (na kávu nebo ke knížce) a necháte dítě pracovat v prostoru samostatně.

Jak probíhá postupné odloučení?

Na první krátký odchod (15–30 minut) se společně s mentorem domluvíte až ve chvíli, kdy je dítě ve třídě uvolněné, ponořené do činnosti a s mentorem spolupracuje u svačiny či pobytu venku.

- **Nikdy neodcházejte tajně:** Vždy se s dítětem krátce, jasně a klidně rozlučte („Jdu teď na chvilku vedle vyřídit telefonát, po svačině jsem zpátky“). Tajné vytracení narušuje důvěru a adaptaci zbytečně vrací zpět.
- **Máte jistotu, že nezůstane v úzkosti (Pravidlo 3 minut):** Pokud by dítě bylo po vašem odchodu silně rozrušené a nešlo ho během několika minut utišit, okamžitě vám zavoláme a vrátíte se zpět. Nic nelámeme přes koleno.
- **Plynulý přechod do kmenové třídy:** Až dítě zvládne dopoledne (a případně i spánek) v klidu bez vás, přijde za námi do adaptační třídy na návštěvu jeho budoucí kmenová chůva. Stejným způsobem si vezme tácek a bude pracovat v prostoru, aby přestup do nové třídy proběhl přirozeně a bez stresu.

Co vzít s sebou na první návštěvy

- **Pro dítě:** Pohodlné oblečení na převlečení, bačkorky, náhradní prádlo/plenky a jednu „kotvu z domova“ – oblíbeného plyšáka, malou rodinnou fotku nebo třeba váš šátek či tričko s vaší vůní. Svačinku, případně oběd, pití.
- **Pro vás:** Čisté přezůvky a vyplněný dotazník Všechno o mně, který si spolu v klidu projdeme hned při první návštěvě.

> **Potřebujete se na něco doptat?**
> Jsme v tom s vámi jako partneři. Kdykoliv si nebudete jistí dalším krokem, proberte to přímo s naším mentorem ve třídě nebo nám napište. Těšíme se na vás i vaše dítě!