

# Plán výchovy a péče

## Dětská skupina Lipánek

---

### 1. Identifikační údaje o dětské skupině

Název dětské skupiny: **Dětská skupina Lipánek**

Adresa provozovny dětské skupiny: Lipová 700, Markvartovice, 747 14

Sídlo: Šilheřovická 430, Markvartovice, 747 14

Provozovatel: Obec Markvartovice

Kapacita dětské skupiny: 24 dětí (věk 2–6 let)

Provozní doba: pondělí – pátek 7:00 – 16:00

Odpovědná osoba: Mgr. Martina Kubec Vjačková

Web: [www.msmarkvartovice.cz](http://www.msmarkvartovice.cz)

Telefon: +420 733 659 440 (DS Lipánek), +420 721 638 690 (vedení)

E-mail: [martina.kubec@msmarkvartovice.cz](mailto:martina.kubec@msmarkvartovice.cz)

### 2. Charakteristika dětské skupiny Lipánek

Dětská skupina Lipánek je určena pro děti od 2 do 6 let. Poskytuje péči a výchovu, která podporuje jejich rozvoj, samostatnost a sociální začlenění. Zařízení vzniklo s cílem umožnit rodičům návrat na trh práce a nabídnout dětem bezpečné a podnětné prostředí.

Dětská skupina Lipánek staví na respektujícím přístupu k dětem a individuálnímu zohlednění jejich potřeb i osobnostních zvláštností. Podporuje přirozený rozvoj dítěte prostřednictvím zapojení do každodenních činností a situací, které pomáhají osvojit si potřebné návyky a dovednosti hravou a přirozenou formou. Velký důraz je kladen na partnerskou spolupráci a vzájemnou důvěru s rodiči, která je považována za klíčový prvek kvalitní péče a výchovy.

Prostory DS Lipánek splňují hygienické a bezpečnostní normy dle vyhlášky č. 160/2024 Sb. Součástí je denní místnost, výdejna jídla, šatna, koupelna, úklidová místnost a zahrada s dětským hřištěm. Vybavení odpovídá věku a potřebám dětí.

DS Lipánek je umístěna na okraji obce Markvartovice v klidném prostředí, které nabízí dětem dostatek prostoru pro bezpečný pohyb a hry. Součástí zařízení je zahrada s dětským hřištěm a herními prvky, kde mohou děti trávit čas na čerstvém vzduchu, rozvíjet své pohybové dovednosti, poznávat přírodu a zapojovat se do různých činností. Prostředí je koncipováno tak, aby podporovalo spontánní hru, pohyb i tvořivost dětí.

### 3. Zásady výchovy a péče

- Individuální přístup k dítěti s ohledem na jeho potřeby a vývojové zvláštnosti.
- Respektující komunikace a partnerský vztah mezi pečující osobou a dítětem.
- Podpora zdravého životního stylu a hygienických návyků přirozenou a nenásilnou formou.
- Spolupráce s rodinou, respektování výchovy v rodině.
- Vedení k osvojení základních společenských hodnot, postojů a pravidel chování.
- Rozvoj řečových a komunikačních dovedností.
- Vytváření pozitivního vztahu k přírodě, prostředí a životu.
- Rozvoj představitosti a vnímání časové posloupnosti.
- Rozvoj poznávacích schopností a smyslového vnímání.
- Rozvoj kooperace mezi dětmi a podpora spontánního sociálního učení.
- Vedení k osvojení základních společenských hodnot, postojů a pravidel chování.
- Pestrý a vyvážený denní program.

### 4. Psychosociální podmínky

K dětem je přístupováno jako k jedinečným osobnostem, které mají již ve svém věku právo být samy sebou a rozvíjet se vlastním tempem. Vztah mezi pečujícími osobami a dětmi je založen na důvěře, respektu a pozitivní motivaci, což vytváří prostředí duševní pohody bez strachu a stresu. V tomto prostředí mají děti možnost svobodně se projevat, vyjadřovat své názory, učit se spolupracovat i samostatně rozhodovat a přijímat odpovědnost za své chování.

Je kladen důraz na rozvoj individuálních schopností každého dítěte, přičemž prostor dostávají všechny děti. Výchovné působení podporuje empatii, ohleduplnost, solidaritu a prosociální vztahy mezi dětmi, zároveň je zaměřeno na prevenci šikany a dalších nežádoucích jevů.

Osobní volnost a svoboda dětí je vyvažována jasně nastavenými pravidly a přiměřeným řádem, který jim poskytuje jistotu a bezpečí. Adaptace je plánována tak, aby dětem usnadnila plynulý přechod z rodinného prostředí do kolektivu a zároveň je postupně připravovala na nároky školní docházky

## 5. Adaptační plán

Adaptační plán je považován za důležitý nástroj, který umožňuje dětem vstoupit do nového prostředí s co nejmenším stresem a obavami. Dnem nástupu dítěte do dětské skupiny začíná i jeho adaptační období, jež spočívá v postupném zvykání si na prostředí, režim a nový kolektiv. Toto období je nastaveno tak, aby dítě zvládlo přechod z rodinného prostředí do kolektivního zařízení přirozeně a plynule a aby na jeho konci přijímalo pobyt ve skupině s radostí, jistotou a očekáváním nových zážitků, her a setkání s kamarády i pečujícími osobami.

K adaptaci je přistupováno individuálně s ohledem na potřeby a projevy každého dítěte. Velký důraz je kladen na naslouchání a citlivé vnímání signálů dítěte, podle nichž je plán postupně upravován. Nedílnou součástí adaptačního procesu je úzká spolupráce a otevřená komunikace s rodiči. Rodiče mají možnost sdílet své poznatky o chování dítěte doma a zároveň dostávají zpětnou vazbu o jeho projevech a prožívání v dětské skupině.

První seznámení s prostředím naší dětské skupiny proběhne na "Dni otevřených dveří", kde jsou zváni všichni rodiče. Během adaptace mohou být rodiče s dětmi přítomni v dětské skupině do 9:00 hod, a to po dobu prvních 14. dní od nástupu dítěte. Mohou být součástí při jejich zvykání v dětské skupině.

### Desatero pro klidnou adaptaci

Přechod do dětské skupiny je velký krok pro vás i pro vaše dítě. Tyto tipy vám pomohou, aby byl co nejsnazší.

1. **Důvěřujte a nebojte se mluvit.** Věřte, že se o vaše dítě pečující osoby dobře postarají. Otevřená a upřímná komunikace s pečujícími osobami je klíčová pro hladký průběh adaptace. Pokud by se u vás objevily jakékoliv otázky nebo obavy, neváhejte se s nimi obrátit přímo na ně. Společným dialogem a spoluprací zajistíte svému dítěti pocit bezpečí a pohody.
2. **V rozloučení buďte struční.** Rozlučte se s dítětem krátce a s jistotou. Dlouhé loučení je matoucí a zbytečně prodlužuje stresovou situaci. Vytvořte si malý rituál, který dá dítěti pocit bezpečí, pak s klidnou myslí odejděte. Mějte na paměti, že ho pečující osoby hned převezmou a věnují se mu.
3. **Vytvořte si rituál.** Při loučení pomáhá dítěti pocit jistoty. Vytvořte si malý rituál, který budete před odchodem vždy dodržovat. Může to být zamávání z okna, speciální říkanka, nebo pusa na rozloučenou. Díky stálosti a předvídatelnosti rituálu se dítě bude cítit bezpečněji a snáze se vyrovná se změnou. Vždy ho dodržujte.
4. **Připravte dítě na změnu.** Doma si povídejte o tom, co se bude dít v dětské skupině. Používejte pozitivní slova a těšte se s ním na nové kamarády a hračky.

5. **Vemte dítěti z doma oblíbenou plyšovou hračku nebo dečku.** Známa věc z domova, jako je plyšák nebo malá dečka, může dítěti dodat pocit bezpečí a útulnosti.
6. **Bud'te důslední a trpěliví.** Dětská skupina se brzy stane běžnou součástí vašeho dne. I když to bude ze začátku náročné, nevzdávejte to. Vaše důslednost je pro dítě uklidňující.
7. **Pochvalte ho za každý pokrok.** Po návratu z dětské skupiny se zeptejte, co zažil, a pochvalte ho, jak to krásně zvládl. Pozitivní motivace je klíčová.
8. **Pamatujte, že pláč je normální.** Pláč na začátku adaptace není selhání. Je to způsob, jak se dítě vyrovnává s novou situací. Pečující osoby vědí, jak se o něj postarat.
9. **Nikdy dítě nestrašte.** Nepoužívejte věty jako: "Jestli nebudeš hodný, nechám tě tady." Dětská skupina musí být v očích dítěte bezpečné a příjemné místo.
10. **Dopřejte si čas na sebe.** Adaptace je náročná i pro vás. Je v pořádku cítit se smutně, ale důvěřujte pečujícím osobám. Váš klid a jistota se přenesou i na vaše dítě.

Pečující osoby jsou rodičům k dispozici pro konzultace a sdílení obav. Adaptace je náročným obdobím jak pro děti, tak i pro rodiče, proto je spolupráce a vzájemná otevřenost klíčová. Společnými silami lze proces zvládnout klidně a bezpečně.

### **Co zabalit s sebou do dětské skupiny**

Při přípravě věcí pro dítě je vhodné myslet na jeho celodenní pohodlí. Aby se předešlo ztrátám a záměnám s věcmi ostatních dětí, doporučuje se, aby byly všechny věci **podepsané či označené**.

- **Oblečení na převlečení:** Aby bylo dítě v pohodlí za každé situace, mělo by mít vždy k dispozici kompletní sadu náhradního oblečení pro vnitřní i venkovní nošení, včetně ponožek a spodního prádla.
- **Pevné přezůvky** s protiskluzovou podrážkou a uzavřenou špičkou, které pevně drží na noze.

- **Oblečení na ven:**

- **Oblečení na ven:** Pro aktivity na čerstvém vzduchu je důležité, aby dítě mělo připravené praktické oblečení, u kterého nevadí, že se ušpiní. Bláto, písek a tráva jsou součástí objevování světa a hrají důležitou roli v dětské hře. Ušpiněné oblečení tak může být známkou toho, že si dítě hru venku užilo naplno.

Protože se počasí může rychle měnit, je vhodné, aby mělo dítě ve skupince připravené různé druhy oblečení na ven, jako jsou například mikiny, tenčí bundy nebo vesty. Pečující osoby tak mohou snadno vybrat a obléknout tu správnou kombinaci podle aktuální teploty a počasí.

- **Péče a hygiena:**

- **Plenky:** Pokud dítě nosí pleny, přineste dítěti do skupinky také pleny a balení vlhčených ubrousků.
- **Vlhčené ubrousky**

## 6. Denní režim DS Lipánek

7:00 – 8:30 Přivítání dětí, ranní hry, cvičení

8:30 – 8:45 Ranní kruh, hygiena

8:45 - 9:00 Hygiena, dopolední svačina

9:00 – 9:45 Řízené činnosti (výtvarné a tvořivé činnosti, básničky, písničky, říkanky)

9:45 - 11:15 Pobyt venku (příroda, hřiště, vycházky, zahrada, průzkum okolí )

11:15 – 12:15 Oběd, hygiena, čtení pohádky

12:15 – 12:30 Vyzvedávání dětí po obědě

12:15 - 14:00 Odpočinek, spánek

14:00 – 14:30 Hygiena, svačina

14:30 – 16:00 Odpolední činnosti, volná hra, ukončení dne

## 7. Stravování a pitný režim

V dětské skupině je zajištěno celodenní stravování a pitný režim. Jídlo je dováženo ze Školní jídelny Zdravá vařečka - školní jídelna - vývařovna s.r.o., Záměstní 1155/27, 710 00 Ostrava, IČO 05417147.

- **Jídelníček:** Dětem je podávána celodenní strava, která zahrnuje oběd a dvě svačiny.
- **Alergie a diety:** V případě speciálních diet, alergií nebo jiných zdravotních omezení může být jídlo dováženo individuálně, a to po předchozí domluvě.
- **Odhlásování stravy:** Strava a docházka dítěte v Dětské skupině Lipánek se odhláší přes aplikaci Twigsee **den předem do 12 hod.** V omluvené dny vám bude strava odhlášena. Následný den po skončení omluvenky vám automaticky stravu nahlásíme. V případě situace, kdy oběd na daný den nestihne rodič odhlásit, může si ho vyzvednout do svého jídlonosiče v dětské skupině ve vyhrazeném **čase 11:00 - 11:15 hod.**

Při stravování je kladen důraz na to, aby byl mezi jídly rozestup maximálně 3 hodiny a aby děti nebyly do jídla nuceny. U dětí je podporována jejich samostatnost a hygienické návyky.

## 8. Hygiena a hygienické návyky

Děti jsou v dětské skupině vedeny k základním hygienickým návykům a upevňování sebeobsluhy. Po celý den mají k dispozici veškeré hygienické potřeby. Každé dítě má svůj vlastní ručník, který je oddělen od ostatních. U umyvadel jsou zásobníky s mýdlem, a u toalet je kromě toaletního papíru k dispozici i vlhčený papír. Pro menší děti jsou připraveny nočníky. Péče o hygienu probíhá za asistence a pod dohledem pečujících osob.

## 9. Výchovné a vzdělávací činnosti

Hra je hlavním prostředkem učení. V DS Lipánek realizujeme:

**Výtvarné činnosti** - Děti se učí vyjadřovat své pocity, zážitky a myšlenky pomocí různých výtvarných technik. Prostřednictvím kreslení, malování a modelování rozvíjejí svou fantazii, kreativitu a jemnou motoriku.

- učíme se barvy
- používáme různé výtvarné pomůcky
- zkoušíme nejrůznější výtvarné techniky
- procvičujeme správný úchop pomůcek

**Pracovní činnosti** - Práce s různými materiály, jako jsou stavebnice či přírodniny, podporuje rozvoj logického myšlení, trpělivosti a prostorové představivosti. Děti se učí samostatnosti a soustředění.

- tvarovací hmoty, písek, plastelína
- kostky, stavebnice, dřevěné hračky
- korálky, náramky - jemná motorika

**Hudební činnosti** - Zpěv, tanec a rytmizace jsou nedílnou součástí našich každodenních aktivit. Děti si osvojují hudební sluch, koordinaci pohybu a rozšiřují svou slovní zásobu a paměť.

- zpíváme si a hrajeme na hudební nástroje
- cítění rytmů a melodií
- poslech písní a učení se jejich textu
- kolektivní zpívání a hudební doprovod

**Pohybové aktivity** - Pohyb je pro děti přirozený a podporuje jejich zdravý fyzický vývoj. Prostřednictvím cvičení a her uvnitř i venku si děti upevňují hrubou i jemnou motoriku, posilují si svaly a učí se základním sportovním dovednostem.

- rozcvička, protahování a jednotlivé cviky
- tancování, uvolnění těla, jógové prvky
- míčové hry
- tělesná aktivita - běh, skoky, chůze, lezení

**Jazykové a komunikační hry** - Děti se učí vnímat a vyjadřovat své emoce, zážitky a potřeby. Během říkanek, básniček a pohádek si rozšiřují slovní zásobu, rozvíjejí paměť a upevňují komunikační dovednosti.

- prohlížíme si knihy, leporela
- rozvíjíme řeč, rozšiřujeme slovní zásobu
- trénujeme pozornost a soustředění

**Pobyt venku a poznávání přírody** - Každodenní pobyt na čerstvém vzduchu je důležitý pro celkový rozvoj dětí. Mají příležitost volně si hrát, objevovat svět kolem sebe a učit se o přírodě. Přímo tak podporujeme jejich fyzické i duševní zdraví.

- pobyt venku na zahradě DS
- procházky a poznávání okolí
- venkovní aktivity - pískoviště, prolézačky, skluzavka
- zahradničení - péče o starost o květiny a bylinky

## 9. Roční plán výchovy

### Září – Vítejte, děti!

- **Téma:** Adaptace, seznámení se s novým prostředím a kamarády.
- **Cíl tematického celku:** Podpořit adaptaci dětí na nové prostředí, navázat pocit bezpečí a podpořit navazování prvních přátelství mezi dětmi.
  - seznámení se s novým prostředím,
  - budování důvěry a vztahu s chůvami,
  - orientace v prostoru DS
  - osvojování hygienických návyků

### Říjen – Barvy podzimu

- **Téma:** Pozorování změn v přírodě, podzimní barvy a zvířátka.
- **Cíl tematického celku:** Prostřednictvím podzimní přírody rozvíjet smyslové vnímání dětí a jejich schopnost rozpoznávat a třídit barvy.
  - vnímání změn okolí a přírody s příchodem podzimu
  - poznávání zvířátek kolem nás, zvuků přírody
  - listy a přírodniny, povídání si stromech a jejich plodech

### Listopad – Domečky a pelíšky

- **Téma:** Kde bydlíme? Kde bydlí zvířátka?
- **Cíl tematického celku:** Rozvíjet prostorovou orientaci a představivost dětí, seznámit je s různými typy domovů a obydlí zvířat.
  - proměna přírody okolo nás, sběr přírodnin
  - práce s šablonami, barvami, přírodninami
  - osvojování říkadel a básniček
  - učíme se správnému stolování, trénujeme samostatnost při jídle a sebeobsluze

## **Prosinec – Adventní čas a “Kouzlo Vánoc”**

- **Téma:** Přišel k nám Mikuláš, čekání na Vánoce, tradice.
- **Cíl tematického celku:** Seznámit děti s vánočními tradicemi a rozvíjet jejich kreativitu při tvoření drobných vánočních dárečků.
  - připomínání tradic, zvyků na Vánoce
  - výzdoba třídy, výroba vánočních ozdob, zdobení stromečku
  - vánoční pohádky

## **Leden – Zima a sníh**

- **Téma:** Zima, sníh, jak se zvířátka připravují na zimu.
- **Cíl tematického celku:** Seznámit děti se znaky zimy a podporovat u nich rozvoj pohybových dovedností a péče o zvířata.
  - hrátky ve sněhu, vlastnosti sněhu, zimní radovánky

## **Únor – Z pohádky do pohádky**

- **Téma:** Pohádkové postavy, zvířátka z pohádek.
- **Cíl tematického celku:** Prostřednictvím pohádek a her rozvíjet dětskou fantazii, kreativitu a slovní zásobu.

## **Březen – Jaro se probouzí**

- **Téma:** První květiny, probouzení přírody.
- **Cíl tematického celku:** Pozorovat a prožívat probouzení jarní přírody, učit děti všimnout si drobných změn v okolí.
  - probouzení přírody, pozorujeme barvy, květy, vůně
  - tvoření s jarní tematikou
  - zvířata kolem nás
  - symboly jara

## **Duben – Velikonoce a zvířátka na dvorku**

**Téma:** Velikonoce, rodinky zvířátek, mláďata a jejich hlasy.

- **Cíl tematického celku:** Prohlubovat znalosti dětí o zvířecích rodinách a mláďatech a podporovat rozvoj jejich sluchového vnímání.
  - zdobení a malování vajíček, velikonoční tvoření
  - velikonoční zvyky, básničky , písničky

## **Květen – Moje rodina a čím budu, až vyrostu? Moje maminka má svátek.**

- **Téma:** Blízké osoby, rodinné vztahy, povolání rodičů.
- **Cíl tematického celku:** Upevňovat vztah k rodině a blízkým osobám a rozvíjet poznatky dětí o různých povoláních.

## **Červen – Cesta kolem světa aneb jak já pojedou?**

- **Téma:** Cestování do neznámých krajin, dopravní prostředky.
- **Cíl tematického celku:** Rozvíjet fantazii dětí, seznamovat je s dopravními prostředky a s myšlenkou objevování světa.

## **Červenec & Srpen – Letní radovánky**

- **Téma:** Léto, prázdniny, hry s vodou a pískem.
- **Cíl tematického celku:** Podporovat kreativní hru, rozvíjet jemnou motoriku a prožívat radost z letních aktivit v přírodě.

## **10. Spolupráce s rodiči**

Spolupráce s rodiči prostřednictvím komunikace v aplikaci Twigsee, rodičovských schůzek a společných akcí. Rodiče jsou aktivními partnery při výchově a vzdělávání dětí.

## **11. Personální zajištění**

O děti pečují kvalifikované pečující osoby dle zákona č. 247/2014 Sb.  
Personál je zdravotně způsobilý a pravidelně školen v oblasti BOZP a PO.

## **12. Závěrečná ustanovení**

Tento dokument je závazný pro všechny pracovníky DS Lipánek.  
Je aktualizován dle legislativních změn a potřeb dětské skupiny.