

PRŮVODCE HARMONOGRAMEM A DALŠÍ UŽITEČNÉ INFORMACE PRO RODIČE - školní rok 2023/2024, aktuální k 8.4.2023

Jak vypadá náš den v Lesním klub Zahrádka Troja?

8:25 Sraz na autobusové zastávce Kobylisy, kde jezdí autobus 144 směr Poliklinika Mazurská

Na autobusové zastávce Vás budou čekat průvodci. Průvodci budou počítat s dětmi, které byly předem nahlášeny k vyzvedávání na Kobylisích. V případě změny, opoždění apod. je třeba oznámit tuto skutečnost zasláním SMS na klubový telefon.

Předávání dětí na autobusové zastávce Kobylisy u nových dětí probíhá až po počáteční adaptaci dítěte do lesního klubu (dle předchozí individuální domluvy s rodiči).

Průvodce si přebere dítě přímo na autobusové zastávce (viz vítací rituál). Doporučujeme nechodit na poslední chvíli, aby dítě mělo dostatečný prostor se s Vámi rozloučit a zároveň doporučujeme si s dítětem předem stanovit svůj loučící rituál a ten se snažit dodržet.

Průvodce zapíše dítě do tzv. „Komunikační knihy“ (převzato, čas odchodu z klubu, další poznámky týkající se pobytu dítěte v daný den). Prosíme rodiče, aby měli na paměti, že průvodce při ranním přebírání dítěte má pouze omezený čas a je tu především pro děti. Pokud potřebujete s průvodcem řešit závažnější situace, můžete si s ním domluvit individuální osobní či telefonickou konzultaci (SMS, e-mailem...), kde se Vám bude plně věnovat.

8: 31 Odjezd průvodců s dětmi autobusem 144 na zastávku Poliklinika Mazurská a odchod do lesního klubu

Děti s průvodcem odjíždí autobusem 144 v 8:31 (dle aktuálního jízdního řádu, rodiče budou informováni o změnách). Jelikož na nás budou další děti s rodiči čekat přímo na Zahrádce, nejsme schopni brát ohled na „opozdilce“. Pokud nestihnete náš odjezd autobusu, je nutné přivést dítě přímo na Zahrádku.

Pokud jste domluveni na předávání dítěte na Poliklinice Mazurská je třeba tu být též včas, nejpozději v čase příjezdu autobusu na zastávku (tj. v 8:38). Při předávání dítěte platí stejná doporučení jako u předávání na autobusové zastávce Kobylisy (viz výše).

Průvodce odchází s dětmi od zastávky Poliklinika Mazurská přímo na Zahrádku. Pokud možno využívá vždy stejnou trasu pro lepší orientaci dětí.

9:00 Příchod do klubu (i děti, které nejely s námi z Kobylis), scházení v prostorách Palírky

Průvodce s dětmi přichází na Palírku (lesík před Zahrádkou) cca v 8:55 – 9:00. Děti čekají na přivítání ostatních dětí přicházejících přímo k Zahrádce. V 9:00 průvodce zahráním na harmoniku dává dětem signál, že Zahrádka se otevírá a začíná náš den.

Upozorňujeme rodiče, že vzhledem k příchodu průvodců k Zahrádce až těsně **před 9:00, nebude možný dřívější vstup rodičů s dětmi na Zahrádku bez přítomnosti průvodců**. Pokud dorazíte s dětmi před příchodem průvodců je možné čekat v prostorách lesíků Palírka – využít herní prvky (blátivou kuchyňku, sensorický chodníček, lanovou pavučinu...).

! Prosíme rodiče, aby **NEZAJÍŽDĚLI AUTEM AŽ K ZAHRÁDCE!** Zahrádka sídlí v přírodě a do přírody auta nepatří. Nechávejte své auto případně na přilehlém sídlišti (v ulici Pomořanská, NE v ulici Na Farkách) a užijte si společnou ranní procházku se svým dítětem až k nám na Zahrádku. To platí i pro vyzvedávání dětí na Zahrádce. DĚKUJEME.

9:00–10:00 Svačina, ranní kruh

9:00 Děti s průvodci vcházejí společně do prostor Zahradky (pokud možno již bez rodičů). Děti si odkládají batůžky v maringotce/v kuchyňce, jdou si s průvodcem umýt ruce. Připravují se na společnou svačinu.

Příchod všech dětí do lesního klubu je v 9:00. Chápeme, že čas od času je možné se zpozdít. V případě pozdních příchodů informujte průvodce (SMS na klubový telefon). Mějte na paměti, že pravidelné pozdní příchody mohou narušit chod a program lesního klubu. Předávání dítěte při ranním opoždění probíhá u vrátek Zahradky, vyčkejte prosím příchodu průvodce. **S OHLEDEM NA POZDĚ PŘÍCHÁZEJÍCÍ DĚTI I OSTATNÍ DĚTI V KLUBU PRAVIDELNÉ POZDNÍ PŘÍCHODY BEZ VYSVĚTLITELNÉHO DŮVODU NEBUDOU AKCEPTOVÁNY.** Pokud rodič s dítětem pravidelně bude narušovat program klubu svými pozdními příchody, dítě NEBUDE převzato průvodcem na program, bude mu zapsána neomluvená absence. Děkujeme za pochopení a respekt k ostatním.

9:05 – 9:30 probíhá společná svačina dle individuálních potřeb dětí

9:30 – 10:20 pravidelně se setkáváme na ranním kruhu

10:20–12:00 - Dopolnední program

Každý den vyrážíme s dětmi mimo prostory Zahradky na průzkumné výpravy po okolí. Objevuje přírodní krásy, využíváme, co nám příroda nabízí a učíme se přírodu respektovat. Průvodci připravují program odrážející roční období a lidové tradice s ohledem na potřeby a zájmy dětí v klubu.

12:00–12:45 - Oběd

Okolo 12:00 se vracíme zpět na Zahradku a zahajujeme přípravy ke společnému obědu (hygiena rukou, příprava a prostírání stolů...).

Po obědu si každý uklízí své použité nádobí a svůj prostor, kde obědval. Společně pečujeme o to, aby naše prostory po obědě vypadaly zas tak, jako když jsme do nich ráno vstoupili.

V 12:45 probíhá odchod dětí, které s námi v daný den již neodpočívají. Prosíme rodiče, aby chodili pro své děti na čas, tj. 12:45. Pokud dorazíte a dítě nebude ještě připravené, můžete čekat v prostorách Palírky (u tzv. shromaždiště). Až bude dítě připravené k odchodu, předávání dítěte probíhá u vrátek Zahradky. Dopřejete tak svému dítěti prostor a čas v klidu se naobědvat a samostatně se připravit k odchodu z klubu. Zároveň ostatní děti, které neodcházejí domů, nebudou hlavně v prvních měsících adaptace vystaveni zbytečnému stresu, že jejich „maminka“ ještě nepřišla.

13:00–14:00 - Odpočinek, klidová činnost

Menší děti zpravidla odpočívají v jurtě/maringotce a starší děti v mobilheimu. Společně si čteme příběh a posloucháme relaxační hudbu. Děti mají k odpočinku tolik času, kolik potřebují. U starších dětí v mobilheimu pravidelně zařazujeme předškolní přípravu.

14:00–15:00 - Svačina, volná hra

Po odpočinku si děti samy (s případnou dopomocí průvodce) uklízí svoji karimatku a polštářek s dečkou. Obléknou se a probíhá volná hra v prostorách Zahradky. Děti svačí dle svých potřeb.

15:00–16:00 - Odchod dětí domů

Děti si připravují na odchod domů – balí si své batůžky, společně uklízíme využívané prostory, pečujeme o prostory naší Zahradky. Při vyzvedávání svého dítěte nás zpravidla od 15:00 najdete před Zahradkou v lesíku Palírka.

Provoz našeho klubu končí v 16:00, tento čas je třeba případně opustit prostory Zahradky. Prosím chodte včas. Pokud se Vám výjimečně stane, že se zpozdíte, dejte to vědět průvodci zprávou (SMS na klubový telefon). Při pravidelném zpoždění při vyzvedávání Vašeho dítěte budeme postupovat dle pravidel uvedených v Provozního řádu.

Časy vyzvedávání

12:45 – po obědě (Předávání dítěte probíhá u vrátek Zahradky, rodič chodí přímo v čase vyzvedávání, případně čeká před Zahradkou v prostorách lesíku Palírka, než bude jeho dítě připraveno k odchodu.)

15:00 – 16:00 po odpoledním programu (Rodič vyzvedává dítě před Zahradkou v lesíku Palírka.)

V jiných časech si lze dítě vyzvednout pouze po předchozí domluvě s průvodcem.

Pozn. Při adaptaci dítěte se rodiče řídí adaptačním plánem a konkrétní domluvou s průvodcem.

Rituály u nás na Zahrádce

Pro lepší orientaci dítěte v čase a v denním rytmu využíváme v lesním klubu různé rituály, které dětem pomáhají nejen při počáteční adaptaci.

▪ **Každodenní rituály**

Vítací rituál

Každé ráno se průvodci vítají s rodičem a dítětem oslovením, podáním ruky a slovním pozdravením. Prosím vždy vyčkejte až si Vaše dítě průvodce opravdu převezme, tj. přivítá se s Vámi a s dítětem výše zmíněným způsobem. Po přivítání a Vašem odchodu přebírá průvodce zodpovědnost za Vaše dítě.

Rituál otevírání Zahrádky

V 9:00 průvodce zahraje na harmoniku a dává tak dětem signál, že začal náš den a Zahrádka se otevírá. Děti samostatně vstupují dovnitř.

Svolávací rituál

Pro svolávání dětí (nejen) k rannímu kruhu využívají průvodci svolávací písně či hudebních nástrojů (tibetskou mísu, koshi zvonkohru, bubínek, harmoniku).

Ranní rituál/kruh v dřevěném altánku/pergole či v lese

S dětmi se scházíme každé ráno společně v dřevěném altánku/pergole (či na ranní kruh vyrážíme ven do lesa), vítáme se zpěvem písní a společně se domlouváme na program dne, vytváříme s dětmi pravidla vzájemného soužití, cvičíme – protahujeme si těla...

Svačkový a obědový rituál

V lesním klubu s dětmi usedáme k jednomu společnému stolu při svačině, dohromady prostíráme stůl k obědu, připomínáme si důležitost jídla a děkujeme Zemi, že nám ho darovala.

Odpočinkový rituál

Každý den relaxaci započneme předčítáním knihy průvodcem a pak následuje samotný odpočinek za poslechu relaxační hudby.

Odpolední rituál/kruh

Letos budeme s dětmi společně zavádět a usedat ke kruhu i před odpoledním odchodem domů, abychom společně zhodnotili náš den.

Loučící rituál

Stejně jako při ranním vítání, tak i při loučení průvodce podává dětem i rodičům ruku. Slovní rozloučení a podání ruky je pro rodiče a průvodce signálem, že za dítě přebírá zodpovědnost opět rodič. Prosíme rodiče, aby neodváděli děti z lesního klubu bez vědomí průvodce – rozloučení.

▪ **Příležitostné rituály**

Narozeninový rituál

Narozeniny dětí a průvodců u nás na Zahrádce jsou velkou událostí. Pokud si dané dítě (průvodce) přeje se s námi podělit o jeho velký den, uspořádáme mu na Zahrádce narozeninový rituál. Jedná se o obřad, při kterém za pomoci fotografií dítěte vyprávíme krátký příběh - „Příběh jeho života“. Zapalujeme svíčku, zpíváme písně a společně si pochutnáváme na donesených zdravých „dobrůtkách“.

Rituál oslavy svátku

Stejně jako narozeniny, tak oslavuje i svátek. Pro oslavence máme nachystaný speciální šátek, zpíváme mu jeho oblíbené písně, zapalujeme svíčky a společně si čteme význam daného jména, jeho původ.

ADAPTACE NOVÉHO DÍTĚTE

Ještě před samotným nástupem absolvuje dítě s rodičem společnou návštěvu v lesním klubu, rodič absolvuje úvodní individuální konzultaci s průvodci, byl seznámen s adaptačním plánem lesního klubu Zahrádka Troja a společně konzultoval přesný plán adaptace svého dítěte.

Zpravidla pobyt nového dítěte v našem lesním klubu probíhá následovně:

PRVNÍ TÝDEN

První týden pobývá dítě v klubu pouze hodinu a půl, přichází s rodičem **v 9:00 přímo na Zahrádku** a **odchází v 10:30**. Již první den je dítě v klubu **bez rodiče**.

Při vyzvedávání dítěte v 10:30 prosíme rodiče, aby **čekali v prostorách Palírky u tzv. shromaždiště, nevstupujte individuálně sami na Zahrádku**. Průvodce přivede všechny děti, které odcházejí v 10:30 najednou, děti odcházejí společně. Pokud se stane, že víte, že se opozdíte a nestihnete příchod v 10:30, dejte to včas vědět průvodci (SMS na klubový telefon). První dny je pobyt dítěte zpravidla velmi náročný a první zkušenosti dítěte v novém prostředí ovlivní jeho další fungování v klubu. Průvodce otevře vrátka až budou všichni rodiče za nimi čekat, aby se jednomu dítěti nestalo, že tam jeho rodič nebude.

DRUHÝ TÝDEN

Druhý týden pobyt do 12:45 hodin, tedy i včetně oběda. Dítě s námi absolvuje první průzkumy po okolí Zahrádky a účastní se i společného oběda.

Předávání dítěte je stejné jako již adaptovaných dětí tj.:

„Prosíme rodiče, aby chodili pro své děti na čas, tj. 12:45. Pokud dorazíte a dítě nebude ještě připravené, můžete čekat v prostorách Palírky. Až bude dítě připravené k odchodu, předávání dítěte probíhá u vrátek Zahrádky. Dopřejete tak svému dítěti prostor a čas v klidu se naobědvat a samostatně se připravit k odchodu z klubu. Zároveň ostatní děti, které neodcházejí domů nebudou vystaveny zbytečnému stresu, že jejich „maminka“ ještě nepřišla.“

TŘETÍ TÝDEN

Třetí týden s námi dítě absolvuje celodenní pobyt spojený i s odpočinkem. Vyzvedávání dítěte po celodenním programu viz „Rytmus dne – Zahrádka Troja“.

Je potřeba mít stále na paměti, že dětská duše je velmi křehká. K adaptaci každého dítěte přistupuje individuálně s ohledem na zájmy a potřeby celé skupiny.

KOMUNIKACE S PRŮVODCEM

V případě nemoci nebo nepřítomnosti je třeba informovat průvodce do 15:00 hod. (vzhledem k objednávání oběda na další den) předchozího dne prostřednictvím **aplikace Twigsee** nebo e-maile: **omluvy@zahradkatroja.cz** či pokud to nejde jinak formou SMS na telefon: **606 871 560**

Při nečekané ranní indispozici raději zasílejte SMS na telefon. Ráno však již nelze objednaný oběd odhlásit.

Pokud potřebujete mluvit s průvodcem během dne, mějte na paměti, že se prioritně věnuje Vaším dětem. Pokud telefon nezvedá, zavolá Vám zpět hned, jak to bude možné.

Při ranním předávání dítěte prosím sdělujte průvodci ve zkratce nejnnutnější informace o Vašem dítěti důležité pro daný den. Pokud potřebujete s průvodcem probrat cokoli dalšího, sjednejte si s ním (nejlépe prostřednictvím e-mailu) individuální osobní či telefonickou konzultaci, kdy se Vám bude moci plně věnovat.

K předávání informací o akcích, programu, výletech a dalším dění v lesním klubu rodičům budou průvodci využívat především formu e-mailové komunikace či sdílení informací v uzavřené FB skupině „**Rodiče Lesní klub Zahrádka Troja školní rok 2023/24**“.

DALŠÍ AKCE A AKTIVITY NA ZAHRÁDCE

- **Centrum JASMÍN**

I letos se chystáme s dětmi vytvářet společně program se seniory z Centra Jasmin. Navštěvujeme seniory 1x měsíčně a společně tvoříme či si pro ně seniory připravujeme vystoupení. (viz www.alzheimerhome.cz/alzheimer-home-jasmin/)

- **Společné setkávání s rodiči aneb Rodičovská komunita**

Jsme velmi rádi, že se na Zahrádce Troja za minulý školní rok začala tvořit silná rodičovská komunita. Rádi bychom ji podpořili a více zapojili do organizace setkávání s rodiči a dalších akcí mimo provoz klubu. Setkávání s rodiči jednou měsíčně – program, zaměření apod. bude tento školní rok v režii rodičovské komunity se vzájemnou spoluprací s týmem LK. Bude „zvolen“ zástupce rodičovské komunity z řad rodičů, který bude za rodiče komunikovat s týmem LK.

- **Sdílená knihovna**

Pro všechny rodiče, průvodce a děti je k dispozici společná sdílená knihovna, kde si je možné půjčovat knihy a zároveň nabízet knihy ze své vlastní knihovny ostatním. Více informací najdete v samostatné dokumentu „Sdílená knihovna“.



Lesní klub Zahrádka Troja
ředitel - Mgr. Spilka Jan