**Adaptační kurz – cesta k harmonické třídě**

Adaptační kurzy nových středoškolských studentek a studentů se stávají v posledních letech velmi oblíbené. A naše škola – Gymnázium Šumperk – je v tomto ohledu a ve vší skromnosti zkušeným matadorem. Pořádání „adapťáků“, označovaných dříve jako „Týdny GO!“, má u nás více než 25letou tradici. V prvním zářijovém týdnu se všichni nastupující do primy a prvních ročníků rozjedou do blízkého okolí a v nádherném prostředí Jeseníků se seznamují se svým třídním kolektivem, se staršími gymnazisty (instruktorkami a instruktory), a zejména se svými třídními.

**Jaký je smysl adaptačních kurzů? Proč nestačí, když se žáci seznámí první den ve škole?**

Pojem adaptace označuje proces přizpůsobování se novým podmínkám.

Se změnou školy se -náctiletým mění nejen množství požadavků, které jsou na ně kladeny, ale především sociální prostředí – učitelé a kolektiv spolužaček, spolužáků. Adaptační kurz tyto změny usnadňuje. Má vliv i na rychlejší zapojení do následného výukového procesu a působí preventivně v případě rozvoje rizikových jevů v třídní skupině.

Podstatou adaptačního kurzu je, aby se noví spolužáci poznali jinak a více, než jak jim školní kontext nabízí. Naučí se spolupracovat a lépe rozumět jeden druhému. Cílem kurzu je nejen seznámení, ale především nastartování procesů, které jsou nezbytné pro zdravé fungování třídy a jejich třídní učitelku, třídního učitele. Do programu je proto zapojeno i několik vybraných aktivit zaměřených na bližší propojení třídy s jejich třídní/m.

Jednotlivé aktivity jsou do programu zařazovány od jednoduchých ice-breaků, her na jména a poznávání, až po hry/soutěže zaměřené na spolupráci a komunikaci v rámci celé skupiny. Průběžně jsou zařazovány techniky na podporu kooperace skupiny, v neposlední řadě také pohybové hry a práce s výtvarnou a tvořivou tématikou, a to tak, aby si v programu našel každý své zázemí.  
Velmi důležité je, aby každá aktivita, resp. každý blok aktivit byl zakončen zpětnou vazbou - reflexí toho, co se odehrálo a co si z toho lze odnést, neboť až tím se podtrhuje smysl celé akce.

Při sestavování programu je nutné brát ohled na počet dívek a chlapců ve třídě; zda se jedná o nastupující do prvního ročníku, nebo o „pokračující kvintány“.

(Pro naše nejmladší, primánky, máme zkrácenou třídenní verzi. Jsou mezi nimi mnohdy tací, kteří jsou poprvé mimo svou rodinu, s tím je potřeba také počítat.)

Studenti víceletého gymnázia, kteří absolvovali adaptační kurz ve zkrácené podobě, v polovině svého studia mnohdy zjišťují, že nejsou spokojeni se vztahy v kolektivu, že jim dochází síly, studijní, ale   
i sociální motivace. Program sestavený pro tuto skupinu je zaměřen jak na oživení vztahů a atmosféry v rámci třídy, tak na nastartování elánu do dalšího studia, na hledání vlastní motivace a nastavení osobních cílů.

S přípravou adaptačního kurzu se začíná již na jaře předcházejícího školního roku. V první řadě je třeba zajistit hlavní, tedy kvalitní instruktory/ky. Díky naší dlouholeté tradici si je „vychováváme“ sami. Jde o starší studentky a studenty, ale i o absolventky a absolventy G, kteří si svým adaptačním kurzem již prošli a mají zájem v těchto aktivitách pokračovat. Velká část z nich má zkušenosti z jiných zájmových organizací, jsou členy skautu nebo vedou kroužky pro menší děti. Samozřejmě jen chuť pokračovat nestačí. Funguje tu i odborné vedení. Každý rok (pokud nebrání objektivní potíže) organizujeme pro nové členy týmů víkendové akce s cílem prohloubit, obohatit poznatky ze strategie přípravy adaptačního kurzu. Na programu jsou kromě zábavných her a aktivit i přednášky z oblasti komunikačních dovednosti, vedení zpětné vazby, první pomoci…; je využíván školní psycholog nebo odborníci z praxe.

Velice důležitou částí přípravné etapy je sestavení programu, vytvoření harmonogramu. V této fázi je prospěšné zapojit do příprav i třídní učitele. Začátkem června jsou pak informováni rodiče nových studentek a studentů - osobně na schůzce s třídními a zástupci vedení školy, případně i instruktory.

**Obecné cíle našich adaptačních kurzů**

\*Vzájemné seznámení se.

\*Vytvoření pozitivních sociálních vazeb a nalezení svého místa ve skupině.

\*Zlepšení komunikace a spolupráce ve třídním kolektivu.

\*Rozvíjení skupinové dynamiky v nově vznikajícím kolektivu s důrazem na fungování ve formálním prostředí školy.

\*Podpora primární prevence za pomocí aktivit a činností během kurzu - nad rámec průřezových témat.

Reflexi, evaluaci (zpětnou vazbu) vnímáme jako jeden z nejdůležitějších prvků našich adaptačních kurzů. Už v jejich průběhu se cíleně věnujeme zpětné vazbě několikrát. Instruktoři se zaměřují na rozebírání již proběhlých činností. Důraz je kladen na to, aby účastníci dokázali využít nově získané poznatky z právě proběhlých aktivit ve svém životě. Proces adaptace se smysluplně prohlubuje.

Za dobu, kdy připravujeme adaptační kurzy, se většina stálých členů pedagogického sboru přímo zapojila do jejich organizace. Kromě třídních učitelů se jich účastní také stabilní garanti. Ti fungují i jako prostředníci mezi instruktorským týmem, třídním a vedením školy. Domníváme se, že cíle adaptačních kurzů jsou naplňovány. Toto tvrzení máme podloženo dotazníky, které jsou po tomto týdnu adresovány nejen žákům, ale i jejich rodičům. Z nich vyplývá, že považují adaptační kurz za přínosný – je vyzdvihován přístup učitelů, rychlé seznámení se a navázání kontaktů, i získání motivace ke studiu. Učitelé jako pozitivní hodnotí rychlejší poznání jednotlivých žáků, navázání spolupráce s kolektivem a snadnější vytvoření pravidel vzájemné komunikace.

Školám, které uvažují zařadit adaptační kurz, doporučujeme zvládnout dostatečnou a podrobnou přípravu celého projektu, velkou pozornost věnovat bezpečnosti práce a pravidel chování v době konání takového typu kurzu. Vyplatí se naplánovat více činností, neboť se tím předejde nepromyšlené improvizaci nebo spontánním, neuskutečnitelným aktivitám. Důležitá je „suchá a mokrá“ varianta programu, využitelná podle stavu počasí.

Odměnou bude příjemný, bezpečný, nezapomenutelný průběh několika dní, velmi důležitých pro další roky společného působení na střední škole.