

JAK BY RODIČE MĚLI MOTIVOVAT DÍTĚ PŘED VSTUPEM DO MŠ?

- Svému dítěti adaptační období usnadníte, když budete **společně radostně očekávat** jeho nástup do školky. Těšte se s ním a nechte si vyprávět, co vše se mu líbí, a co vše z toho bude také ve školce. Ujistěte dítě, že do školky bude chodit, aby mělo nové kamarády, s nimi si hrálo spoustu zajímavých her, aby si pohrálo s jinými hračkami než má doma. Udělejte si například z prvního dne ve školce malou slavnost. Není to přece jen tak obyčejný den.

ZAČNĚTE SE NA ŠKOLKU DOMA PŘIPRAVOVAT S PŘEDSTIHEM

- Při nástupu do mateřské školky se bude muset každé dítě **vyrovnat se** spoustou nových věcí, nových zážitků a pocitů. Zásadní pro dítě jistě bude pro něj doposud neznámé prostředí mateřské školky, nové hračky, nové osoby (dospělé i děti) a komunikace s nimi, nový denní režim (odlišný od režimu domácího), nové požadavky a nároky na dítě kladené, odloučení od rodičů.
- Jak toto vše zvládnou, jak se s tím vypořádají, záleží nejvíce **na rodičích**, v další řadě také na paní učitelce, jejím přístupu a jejích schopnostech vyřešit případné krizové situace ve školce.

CO VŠE MŮŽETE UDĚLAT, ABY SE VAŠE DÍTĚ NA ŠKOLKU CO NEJRYCHLEJI ADAPTOVALO?

- Ještě před nástupem do školky **berte své dítě mezi jiné děti** ve stejném věku (na hřiště, do herny, na akce pro děti apod.). Dítě tak bude zvyklé i na větší kolektiv dětí. Pokud to lze, nechávejte čas od času dítě na hlídání jinému známému člověku (prarodiče, tety atd.), aby si zvykalo na krátkou nepřítomnost matky, popřípadě i na jiná pravidla a jiný režim.
- **Umožněte dítěti poznat prostředí školky** ještě před nástupem do ní. Po domluvě si můžete projít celou školku.
- **Vysvětlete mu dopředu**, jak to v mateřské škole chodí, co budou děti během dne dělat – hrát si, poznávat nové věci, chodit na procházky, jezdit na výlety..atd.
- **Dovolte mu** vzít si do školky na odpočívání oblíbenou hračku, na kterou je zvyklé (plyšáček, polštářek)
- Zaveďte **pravidelný režim**, ráno se vyvarujte spěchu. Pokud jste doposud neměli s dítětem žádné rituály či pravidelné činnosti, začněte s nimi.
- **Podporujte dítě v samostatnosti** v sebeobsluze, protože v začátcích je pro dítě každá prosba o pomoc, kdy musí komunikovat s neznámými dětmi a paní učitelkou zátěží.

- Řád a předvídatelnost pro malé dítě znamená psychické bezpečí. Velmi mu (i sobě) usnadníte adaptaci a život ve školce (a stejně tak pozdější život ve škole a ve společnosti), když do svého života s dítětem zavedete **rozumná pravidla** a rituály.

MĚJTE UJASNĚNY DŮVODY ZAHÁJENÍ DOCHÁZKY

- Pro dítě je zahájení docházky do školky obrovský životní předěl. Naprostá většina dětí však potíže, úzkost a nechuť k odloučení od rodičů překoná během 1-2 týdnů a začne do školky chodit rádo. **Důležitou roli v tomto procesu hraje rodič** a jeho postoj (a motivace) k docházce.
- Pokud důvěřujete svému dítěti i sami sobě, že počáteční zjitřené emoce zvládnete, je velká šance, že nepříjemným pocitům spojeným s loučením nepodlehnete a adaptaci na školku svému dítěti usnadníte svým **pevným postojem**.
- I po delší době mohou přetrvávat potíže typu „já dneska nechci“. Většinou je to jen zkouška nervů rodiče, dítě dobře ví, **jak rodiče obměkčit**. Jakmile však jednou rodič ustoupí, bude to dítě zkoušet další a další dny.
- Odborníci doporučují **krátké loučení** při ranním příchodu do školky. Neutíkejte z herny, pokud Vám zrovna Vaše dítě nevěnuje pozornost. Krátké rozloučení, při kterém mu sdělíte, kdy si ho vyzvednete, popřípadě kdo ho vyzvedne, je pro dítě velice důležité. Loučení však neprotahujte, ať zbytečně dítě nestresujete. Mnohdy loučení prožívají rodiče hůře než jejich děti.
- Tam, kde je odluka od doprovázející matky opakovaně dramatická, někdy pomůže, když začne dítě ráno do školky vodit otec či **jiný člen rodiny**.
- Pobyť dítěte v MŠ rovnou na celý den je pro citlivější děti nepřiměřenou zátěží, proto je vhodnější **dobu strávenou ve školce prodlužovat postupně**. Pokud máte tu možnost a myslíte, že to pro dítě bude dobré, dávejte dítě do školky zpočátku pouze pár hodin (např. 2 hodiny), později se bude účastnit i dopolední procházky, pak i zůstat na oběd, až nakonec zůstane ve školce i spíkat, popřípadě ve školce bude pobývat až do odpoledních hodin. Každá tato fáze je libovolně dlouhá, záleží vždy na posouzení rodiče a paní učitelky, zda je dítě na další krok připraveno. Každá paní učitelka je odborně připravena na svou profesi natolik, že dokáže porozumět dítěti a respektovat jeho individuální potřeby, kterým přizpůsobí průběh adaptace na MŠ.

JAK SE URČITĚ NECHOVAT A CO NEŘÍKAT

- Nepoužívejte školku ani paní učitelky jako „ **strašáka**“. Dítě do školky musí chodit s pocitem, že ho tam čekají hezké věci, že se nemusí nikoho a ničeho obávat.
- Vyvarujte se poznámek jako „chápu, že to muselo být bez maminky ve školce strašně“ nebo „takový oběd bych také nejedla“ či „ **když to nechceš dělat, tak to dělat nemusíš**“.
- Pokud má dítě jakékoliv problémy s adaptací a se zvykáním si na školku, **netrestejte** je za ně.
- Nikdy dítěti **nehrozte** tím, co nemůžete splnit, např. „Jestli se hned neoblečeš, nechám tě tady!“ Dítě si tím školku zařadí mezi místa, kde by mělo zůstat za trest a také, pokud i přes výhružky neposlechne, nebudete moci svou výhružku splnit. Vaše vlastní slova pak v očích dítěte budou ztrácet na důvěryhodnosti.
- **Nezlobte se na své děti** , když se při pobytu venku ušpiní. Bylo by spíše záhadou, kdyby tomu bylo naopak. Dítě, které v přírodě objevuje, zkoumá a poznává, musí být pro tyto situace vhodně vybaveno. (Více viz osobní věci dětí)

O CO VÁS ŽÁDÁME

- V naší mateřské škole **stavíme na zásadách slušného chování** (pozdravit, poprosit, poděkovat). Všichni pracovníci mateřské školy jdou dětem osobním příkladem. Když se s dětmi ráno vítáme, vždycky se pozdravíme. Děti proto svým vzorem podporujte, jen tak budeme ve své snaze úspěšní.

DÉLKA POBYTU DÍTĚTE VE ŠKOLCE

- Odborníci doporučují, abyste dítě pokud možno vodili do školky ve **stejný čas**, stejně tak ho i ze školky ve stejný pravidelný čas vyzvedávali. Lépe dítě pochopí, kdy si pro něj přijdete, pokud použijete spojení „po obědě“, „po vycházce“, „po spinkání“ a tak dále.
- Není vhodné vytvářet dlouhé pauzy v docházce, protože dítě při každém příchodu „začíná znovu“ a těžko si po přerušení docházky **hledá své místo** mezi dětmi ve třídě, v organizaci činností, apod.
- Kdy ze školky odcházet? Paní učitelky končí svou práci v 16.30 hod. **Respektujte, prosím**, že pak mají svůj program. To znamená, že je nutné přijít si pro dítě tehdy, aby paní učitelka v 16:30 mohla budovu uzamknout (k vyzvedávání dětí více viz školní řád).

OSOBNÍ VĚCI DĚTÍ

- Prosíme, abyste veškeré oblečení a obuv dítěte **označili z vnitřní strany** jeho iniciálami. Usnadníte tak nesmírně naši práci při převlékání dětí na procházku a zpět. Respektujte také prosím naši potřebu, aby děti měly z hygienických důvodů jiné oblečení do **herny** a jiné na **pobyt venku**. Dětem také velmi prospívá, pokud mají možnost se venku ušpinit a zamočit, dejte jim proto takové oblečení a obutí, které to umožňuje, včetně přiměřené pokrývky hlavy.
- Zpočátku nedávejte dítěti příliš **složitě oblečení**, se kterým si nemůže samo poradit – košile s drobnými knoflíky, zástěry se zapínáním na zádech, oblečení se složitými sponami, apod. Umožněte dítěti zažívat **pocit úspěchu** – Já už to také umím sám! Také tím usnadníte jejich sebeobsluhu při hygieně.
- Je potřeba, aby děti měly na nohou stále **pohodlné bačkorky**. Vyberte takové, které si bude dítě schopné co nejdříve samo obout, které ho nebudou obtěžovat, a které budou bezpečné i při pobíhání. Také potřebujeme mít stabilně ve školce (podepsané) **holínky**. Připravte dětem do skříňky také balíček s náhradním oblečením pro případ nehody.
- Vlastní hračky si děti mohou občas přinést. Prosíme však o to, aby taková hračka nebyla příliš drahá, příliš malá (či složená z malých částí, které se mohou ztratit), hlučná, nebezpečná, apod. Hračky–**zbraně**, prosím do školky **nenoste vůbec**.

JÍDLO

- Snažíme se všechny děti **přesvědčit a nalákat**, že vše na talíři je zdravé, výborné a plné vitamínů. Do jídla však děti nenutíme. Ve školce je pro nás společné jídlo rituálem, který je pro nás důležitý. Od jídla nikdo neodbíhá, s jídlem nespěcháme..
- Při servírování jídla a uklízení talířů a příborů **podporujeme samostatnost** dětí.

POHYB

- Pohyb je naprosto přirozenou potřebou těla a pohyb u dětí zásadně ovlivňuje rozvoj mozku, což následně vede k lepšímu osvojování dovedností jako je psaní a čtení. Je důležité **dítě podporovat** ve sportovních aktivitách, nenechat je lenořit. Ve školce vnímáme pohyb jako nezbytnou součást celkového vývoje dítěte. Dodržujeme však pravidla o bezpečném pohybu – neběháme v hernách a v místech, kde bychom se mohli zranit.

ODPOČINEK

- Paní učitelky sedí s dětmi u postýlek. Dětem **denně čtou, zpívají či hrají na nástroj ukolébavky**, výjimečně pustí nahranou hudbu nebo pohádky.
- Děti, které nespí (předškoláckové), jsou v herně a po krátkém odpočinku se věnují **klidovým aktivitám**.

KOMUNIKACE S UČITELKAMI

- Mluvte s námi. **Ptejte se**, jak se dítě během dne chová, co mu jde a nejde, zda je v psychické pohodě. To, jak se dítě chová při vašem ranním odchodu ze školky, nemusí znamenat, že se takto chová po celý den. Komunikace s vámi je pro naši práci důležitá.
- Pokud jako rodič máte výhrady či připomínky k záležitostem ve školce, je mnohem efektivnější podělit se o ně s paní učitelkou spíše než ostatními rodiči. Pokud totiž paní učitelka o problémech ví, může je řešit. Budte však, prosím, velkorysí a k řešení problémů přistupujte s vědomím, že personál školky se vždy snaží jednat **v zájmu Vašeho dítěte a dobré pohody ve školce**.
- Pokud jste se školkou spokojeni, nenechávejte si to pro sebe. Je to pro nás cenná **zpětná vazba**, abychom ze sebe mohli dávat to nejlepší.

