

PŘÍPRAVA NA ŠKOLKU

aneb jak mohou rodiče dítěti napomoci k úspěšné adaptaci

MAMINKY A TATÍNKOVÉ!!!

Pomáhejte Vašemu dítěti usnadnit vstup do školky tím, že mu zdůrazníte její klady:

- najde zde nové kamarády a spoustu nových hraček, které nezná
- naučí se mnoho nových písniček, her, básniček
- bude jezdit s ostatními dětmi na výlety, uvidí divadla, zúčastní se různých soutěží

NA CO VŠECHNO DÍTĚ PŘED VSTUPEM DO MATEŘSKÉ ŠKOLY PŘIPRAVIT, ABY BYLO VE ŠKOLCE SPOKOJENÉ

Dítě by mělo:

- dokázat se **vyrovnat s pocitem**, že část dne bude samo bez maminky a bez tatínka
- **překonat pocit strachu**, že si pro něj rodiče už nepřijdou
- **umět si hrát samo**, paní učitelka se nemůže věnovat stále jen jednomu dítěti
- **být připravené** na to, že existují děti, které jsou větší, silnější a že ne každé dítě ho bude mít rádo
- **umět si hrát společně** s ostatními dětmi

Také psychologové doporučují naučit dítě denním rituálům už před nástupem do školky, děti potřebují, vyžadují a mají rády pravidelnost už od miminka.

Ke klidné adaptaci Vašeho dítěte v našem zařízení využijte „**malých předadaptačních návštěv**“, které Vám budou nabídnuty během měsíce června. Pokud je to možné, seznámte se s paní učitelkou, podívejte se, co děti dělají, seznámte se s prostředím.

Na začátku školního roku využijte adaptační dobu a **pomalou zvykejte dítě** na nové prostředí (v prvních dnech učitelkám určitě nebude vadit Vaše přítomnost ve školce). Dohodněte se s učitelkou, co je pro Vaše dítě lepší, nad adaptací vašeho dítěte se **zamýšlejte spolu s učitelkou** – ráda Vám poradí a pokud to bude jen možné, ráda Vám vyjde vstříc. Později po dohodě můžete **návštěvy prodlužovat** a postupně nechat dítě ve školce celé dopoledne. Nedávejte své dítě hned napoprvé do MŠ na celý den, vystavíte ho zbytečnému stresu. Naopak, během prvního měsíce upřednostňujeme **docházku polodenní**.

Mluvte s dětmi o školce pravdivě. Neříkejte mu nepřesnosti a nezveličujte, vytvořili byste dítěti o školce jiný obrázek než je skutečnost a chvíle strávené ve školce by se mohly stát pro vaše dítě nepříjemnými.

Trénujte odloučení. Ještě než vaše dítě nastoupí do školky, mělo by zvládnout zůstat bez Vás. Zkoušejte to postupně, využijte k tomu svých příbuzných a známých.

Příležitostné odloučení dítěti umožní získat jistotu, že mu rodič neuteče. Při vstupu do třídy MŠ neprodlužujte loučení, zabráníte tak zbytečným slzičkám ze strany dítěte.

Již před třetím rokem věku s ním často **choďte mezi děti**.

Vymezujte hranice. Učte dítě, že zdravá míra sebeovládání a ohleduplnosti usnadňují a zkrášlují život.

Zabraňte zbytečnému stresu. Po vstupu do mateřské školky nezatěžujte dítě dalšími náročnými situacemi, které mu způsobí stres. Vyhněte se stěhování, odloučení s partnerem, apod. Pokud Vás čeká narození dalšího dítěte, zvažte, zda není vhodné nástup odložit.

Dbejte o to, aby dítě mělo **dostatek pohybu**. Např. **nevozte dítě na kočárku**. Obyčejná chůze je pro vývoj zdravého dítěte velmi důležitá – a to by mělo mít přednost před uspěchaností dnešní doby.



Velmi se těšíme na Vaše dítě a doufáme, že společnými silami učiníme jeho pobyt v naší MŠ co nejpříjemnější a nejpodnětější.

Učitelky z CMŠ Laura

Srov. <http://www.nasemimi.cz/>

Srov. *Informatorium*, 2/2005