



## Jsem malý školák!

### Co by mělo vaše dítě umět před vstupem do školky?

*- mělo by se umět domluvit s učitelkou, kamarády*

Proto s dítětem hodně mluvejte, prohlížejte si s ním obrázky, čtete mu knihy, zpívejte si spolu, učte se říkadla a básničky, vysvětlujte mu vše, co se kolem něho děje, nereagujte, pokud si dítě o něco říká pouze ukazováním či používá jen nesrozumitelné zvuky, veďte ho k tomu, aby se snažilo použít správné slovo,

*- mělo by být schopno se po dobu pobytu ve školce odloučit od svých nejbližších*

Pokud není v tomto směru dostatečně zralé anebo není zvyklé na odloučení od svých nejbližších, je pro dítě vstup do MŠ velkým traumatem. Proto procvičte odloučení před vstupem do MŠ např. delším odchodem za různými pochůzkami bez dítěte, pobytem u tety, babičky, apod.

Čím více pozitivních zkušeností s krátkodobým odloučením dítě bude mít, tím lépe si zapamatuje, že po odloučení přichází shledání a že se pro něj vrátíte. Berte dítě do prostředí, kde je hodně dětí a tím i větší hluk, aby si zvykalo na prostředí dětského kolektivu. Například: dětské hřiště, bazén, herna v rodinném centru, dětský koutek...

*- mělo by mít základní sebeobslužné a hygienické návyky*

Před nástupem do MŠ by mělo zvládat tyto hygienické návyky: uvědomit si potřebu a dojít si na záchod nebo alespoň tuto potřebu oznámit, umýt si ruce. Dále: převléknout se, obout se, najíst se samo (u jídla sedět na jednom místě a neodbíhat!), poklidit si po sobě nebo se o vyjmenované činnosti alespoň snažit a zvládat je s dopomocí.

Veďte své dítě k co největší samostatnosti a nezávislosti. Dítě pak nebude vystrašené kdykoliv nebudete na blízku, protože bude vědět, že si umí poradit a že to zvládne samo. Poříd'te dětem oblečení, které si umí samo obléknout a boty, které si umí samo nazout. Tříleté dítě by si mělo umět obléknout triko přes hlavu, obléknout kalhoty, ponožky, poznat na kterou nohu patří která bota.

Chvalte dítě, když se mu něco podaří, povzbuzujte ho, když mu něco nejde. Nereagujte, pokud si něco vynucuje pláčem nebo vztekem. Vhodná je respektující, popisující komunikace.

*- mělo by být schopno se alespoň cca 10 minut v klidu soustředit*

Spolupracujte s dítětem při činnosti - kresba, stavění, hraní si, výpomoc s domácími pracemi, společenské hry. Svým příkladem budete pro dítě vzorem. Čtete dětem pohádky, prohlížejte si spolu knihy, časopisy,... a vyprávějte si o přečtené (shlédnuté) pohádce, vraťte se k zážitku z vycházky... Naslouchejte dítěti a snažte se, aby i ono naslouchalo Vám.

### **KRÁTKODOBÉ OBDOBÍ PŘED VSTUPEM DO MŠ A PRVNÍ DNY V MŠ**

Pokud jste se rozhodli umístit své dítě do MŠ, tak pro první dny či týdny doporučujeme, aby dítě tráвило čas ve školce jen pár hodin denně. Bylo by dobré, aby malé děti nezůstávaly od počátku ve školce na odpolední odpočinek, aby všechny změny probíhaly postupně a plynule. Rodiče by si měli na prvních čtrnáct dní domluvit v zaměstnání možnost kdykoliv odejít nebo

zajistit zástupce pro případ, že dítě nebude adaptaci zvládat duševně nebo fyzicky (změna režimu dne, časné vstávání, náchylnost k chorobám, atd.).

Dle dohody a programu v konkrétní třídě se "školkový čas" dítěti postupně prodlužuje a teprve v momentě, kdy je dítě zcela připravené, zůstává ve školce samo po standardní dobu, resp. po dobu, která je v souladu s potřebami rodičů a schopností dítěte pobyt ve školce snést bez velké psychické zátěže.

O adaptaci hovoříme v prvních dvou měsících po zahájení docházky do MŠ. Dle našich zkušeností lze tvrdit, že některé děti potřebují i celý školní rok k tomu, aby se plně zapojily do kolektivu, přijaly pravidla, naučily se spolupracovat, respektovat partnery, a dále optimálně probíhal jejich osobnostní, sociální, komunikační a činnostní rozvoj.

Dítě se ocitá ve společnosti zcela neznámých lidí, nových autorit, vrstevníků, musí se přizpůsobit jinému režimu, pravidlům, nastanou jiné stravovací návyky.

Působí na něj zcela nové a dosud nepoznané podněty.

Již na začátku a poté kdykoliv během adaptačního období je vhodné, aby rodiče sdělili učitelkám veškeré informace o vývoji svého dítěte, jeho zdravotním stavu a dalších specifikách, jež považují za vhodné a důležité sdílet.

Všechny pracovnice MŠ (pedagogové i nepedagogický personál) mají k dětem, zvláště k nově přijatým, empatický, klidný a trpělivý přístup a paní učitelky přihlíží vždy k individuálním potřebám každého dítěte a svým profesionálním přístupem jsou připraveny Vám pomoci, podat potřebné informace, případně Vám poradit, co by pro vaše dítě bylo v rámci snadné adaptace nejvhodnější.

V zájmu všech – pedagogů, dětí i rodičů – je najít pro každou situaci vhodné řešení, případně vytvořit kompromis.

## **NA CO BYSTE MĚLI BÝT PŘIPRAVENI**

Někdy se stane, že první dny a týdny ve školce proběhnou bez problémů. To ale ještě neznamená, že nemůže přijít plačtivé období. Po několika bezproblémových dnech, týdnech či dokonce měsících se může stát, že dítě začne, zdánlivě bezdůvodně, plakat a odmítat školku, aniž by mu někdo ublížil, či se stalo něco zlomového.

Došlo k tomu, že dítě si tuto nevratnou změnu uvědomilo dodatečně. Najednou přijde stesk, který však časem odejde zrovna tak nečekaně, jak přišel. To, že je změna emocí dětí v tomto věku náhlá a výrazná je normální. V tento moment znovu přichází ke slovu adaptační plán a intenzivní komunikace mezi pedagogem, dítětem a rodičem.

Adaptační program je takové doporučení od nás, jak postupovat, aby si dítě na školku rychle a plynule zvyklo, těšilo se na ni a aby při příchodu do školky a při odloučení od rodiče neplakalo. Víme, že i pro Vás je toto odloučení těžké, ale nebojte se, v kolektivu se dítě snadno adaptuje.