

# JAK PŘIPRAVIT DÍTĚ NA VSTUP DO MATEŘSKÉ ŠKOLY?

## KDY JE VHODNÉ, ABY DÍTĚ NASTOUPILO DO MŠ?

Za nejideálnější věk nástupu z vývojového hlediska je považován třetí rok života dítěte, ale je to individuální. O nástupu dítěte do MŠ by se mělo uvažovat v době, kdy dítě začíná vyhledávat nové podněty, činnosti, nové kamarády (ne pouze rodiče) a touží objevovat. Prostředí mateřské školy je obrovským zdrojem inspirace pro nová poznání, objevování a komplexní rozvoj dítěte.

## CO BY MĚLO DÍTĚ PŘED NÁSTUPEM DO MŠ UMĚT?

Dítěti ulehčíte zvykání na MŠ, pokud ho povedete k samostatnosti a zvládnutí sebeobsluhy. Paní učitelka Vašemu dítěti ochotně pomůže, ale Vaše dítě bude klidnější a sebejistější, pokud bude stejně šikovné jako ostatní kamarádi a bude umět:

- *obouvat a zouvat bačkory a boty (tkaničky zaváže učitelka)*
- *poznat si své oblečení (i tak vše dítěti podepište jako prevenci záměny a ztráty)*
- *oblékat a svlékat tričko, kalhoty, ponožky (zpočátku nedávejte dítěti příliš složité oblečení, se kterým si nemůže samo poradit). Umožněte dítěti zažívat pocit úspěchu - JÁ UŽ TO TAKÉ UMÍM SÁM!*
- *zvládat chůzi po schodech*
- *samo se najíst lžící, pít ze skleničky*
- *umývat si ruce mýdlem, utírat do ručníku, ovládat kohoutek, pákovou baterii*
- *používat kapesník, vysmrkat se*
- *používat toaletu (naučte dítě říci si, když potřebuje na wc)*

Postupně zvykejte dítě na spánek bez plenek, ve školce je již nepoužíváme!  
Oblečení a věci do školky připravujte s dítětem společně - dítě si bude snadněji pamatovat a vše své poznávat. Ukazujte mu, kam jeho věci v šatně. Pokud to zvládne, nechte jej, aby si vše uložilo samo.

## JAK BY RODIČE MĚLI MOTIVOVAT DÍTĚ PŘED VSTUPEM DO MŠ?

Povídejte si s dítětem, jaké to v mateřské škole bude, co příjemného bude prožívat společně s dětmi a paní učitelkou, kolik nových kamarádů si najde, co vše se naučí apod. Je potřebné poskytnout dítěti dostatek informací, aby se zbytečně neobávalo neznámého. O školce doma mluvte hezky. "Nestrašte" své dítě mateřskou školou! Rozhodně by nemělo zaznívat "No počkej, ve školce, tam budeš muset, jak to nebudeš umět, děti se Ti ve školce budou smát." Dítě by vnímalo mateřskou školu negativně, vytvářelo si zbytečnou bariéru. Naopak usnadníte Vašemu dítěti adaptační období, když budete společně radostně očekávat nástup dítěte do školky. Těšte se s ním, 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. Ujistěte dítě, že ve školce není "odloženo", ale že víte, že mu ve školce bude dobře a bude tam rádo.

## CO DĚLAT, POKUD JE DÍTĚ ZPOČÁTKU DOCHÁZKY DO MŠ VELMI PLAČTIVÉ?

Chce to čas a trpělivost, ale dítě si zvykne a začne do školky chodit rádo. V adaptačním období pomáhá klidný, pozitivní a vstřícný přístup všech. Dítě prožívá velkou změnu v životě - nové prostředí, změna vztahů, změna denního režimu, jiné zvyklosti. Narušil se jeho pocit jistoty a bezpečí, který potřebuje opět získat. A to se mu podaří prostřednictvím paní učitelky ve třídě. Učitelky svou velkou empatií a láskou dokáží dítě uklidnit a odvést pozornost na nové podněty. Rodičům doporučujeme zbytečně neprodužovat ranní loučení a "vydržet" pláč svého dítěte. Každé ráno si povídejte s dítětem, jak bude den probíhat, kdo a kdy si pro něj do školky přijde (po obědě, po spaní). Tento dohodnutý čas je třeba dodržovat, aby dítě mělo jistotu, že jej rodiče v MŠ "nezapomenou". Pravidelnost v průběhu dne a týdne dítěti přináší pocit větší jistoty a bezpečí, protože se ještě nedokáže dobře orientovat v čase. Není vhodné vytvářet dlouhé přetržky 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. Pobyt dítěte v MŠ rovnou na celý den je nepřiměřenou zátěží, proto je vhodnější dobu strávenou ve školce prodlužovat postupně.

## PRVNÍ DNY VE ŠKOLCE

Už první den ve školce by měl probíhat standardně, aby i nejmenší děti od samého začátku věděly, na čem jsou a jak to bude ve školce vypadat - jistota a opakování je tím, co adaptační období usnadňuje. Počáteční tři měsíce jsou pro dítě víceméně seznamovací, dítě si zvyká na nový režim, na nové kamarády, prostředí, vstřebává pravidla. Není žádná ostuda, že třeba nekreslí žádné obrázky, nebo se nezapojuje do činností. Důležité je, že si hraje, navazuje kontakty a nachází své místo ve skupině dětí. To ostatní se dostaví samo, až přijde ten správný čas.

Mohou přetrvávat potíže typu "já dneska nechci". Většinou je to zkouška nervů rodiče, dítě dobře ví, jak rodiče obměkčit. Je důležité zatnout zuby a nepovolit. Jakmile jednou rodič ustoupí, bude to dítě zkoušet další a další dny. Rodiče a děti pak prožívají ranní stresy a dohadování s dítětem, zda přijdete "po obědě". Stejně problémy se můžou objevovat i po nemoci, kdy bude opět nějaký čas trvat, než se dítě aklimatizuje na školku.

### Co zajímá učitelku:

- *jídlo, které vašemu dítěti skutečně nedělá dobře, alergie a netolerance potravin*
- *oblíbená hra a hračka, neoblíbené činnosti*
- *věci, které působí stres a strach, vedou k pláči (hlasité zvuky, spěch, tma...)*
- *zvláštní slova, která dítě používá (pokud mu běžná komunikace ještě dělá problém)*
- *kde a s čím je třeba dítěti pomoci (jídlo, oblékání)*

### Co dítě do MŠ potřebuje:

- *přezůvky s pevnou patou*
- *převlečení na pobyt v místnosti v závislosti na ročním období (tričko, krat'asy, tenké tepláčky nebo legíny, ponožky) – nutná je kapsa na kapesník*
- *převlečení na pobyt venku (přizpůsobit aktuálním povětrnostním podmínkám)*
- *obuv na pobyt venku (přizpůsobit počasí)*
- *pyžamo nebo noční košilku*
- *náhradní prádlo (ponožky, kalhotky, slipy, tričko) budou mít děti uložené v tašce na své značce*

Do mateřské školy dávejte dětem starší věci, u nichž nebude vadit případné ušpinění nebo drobné poškození.

**Žádáme maminky, aby všechny věci označily příjmením a jménem nebo značkou dítěte!**

### Nevhodné jsou:

- *kalhoty na zapínání na ramenou,*
- *šle pod zástěrkou nebo svetrem,*
- *zapínání oblečení na zádech a jiných nepřístupných místech,*
- *zavazovací, nebo zapínací (na přezky) papuče,*
- *příliš těsné oblečení.*

**Do mateřské školy NEPATŘÍ zlato, šperky, peníze, drahé hračky, drahé oblečení.**

## JAK PŘEDCHÁZET ÚZKOSTNÉMU CHOVÁNÍ DÍTĚTE PŘED NÁSTUPEM DO MŠ?

Umožněte dítěti získat pozitivní zkušenosti s odloučením od rodičů (např. hrami u sousedů bez přítomnosti rodičů). Vytvářejte dítěti možnost kontaktu s ostatními dětmi. 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 přítěží.

Po nástupu do školky stanovte pravidlo, kdy si dítě budete vyzvedávat (např. vždy po spaní a v pátek po obědě) a pak to dodržujte a neměňte. Až si dítě zvykne, případné zdržení rodiče, nebo prodloužení času ve školce bere v pohodě.

## JAKÝ "RECEPT" MAJÍ UČITELKY MATEŘSKÉ ŠKOLY NA ZMÍRNĚNÍ PLÁČE PŘI RANNÍM LOUČENÍ?

Každá pedagogická pracovnice je odborně připravena na svou profesi natolik, že dokáže porozumět dítěti a respektovat jeho individuální potřeby, kterým přizpůsobí průběh adaptace na MŠ. Pomáhá přítomnost kamaráda nebo sourozence ve třídě, hračka z domova, kterou si dítě přináší s sebou apod. Na loučení si dítě zvyká postupně a většinou po odchodu rodičů přestává plakat, protože ho učitelka dokáže zajímavou činností nadchnout a zabavit.

Recept: úsměv učitelky, přivítání se s dítětem, projevení radosti, že dítě opět přišlo do školky, vyprávění o tom, nač se dnes může těšit a ujištění, že maminka brzy pro něj přijde, jen co si ve školce pohraje.

***Snad neuškodí, když si na závěr připomeneme resumé moudrosti získané právě na základě pobytu ve školkovém kolektivu z pera amerického spisovatele Roberta Fulghuma:***

*O všechno se rozděl.*

*Hraj fér.*

*Nikoho nebij.*

*Vracej věci tam, kde si je našel.*

*Uklízej po sobě.*

*Neber si nic, co ti nepatří.*

*Když někomu ublížíš, řekni, promiň.*

*Před jídlem si umyj ruce.*

*Splachuj.*

*Teplé koláčky a studené mléko ti neudělají dobře.*

*Žij vyrovnaně - trochu se uč a trochu přemýšlej a každý den trochu maluj a kresli a zpívej a tancuj a hraj si a pracuj.*

*Každý den odpoledne si zdřímni.*

*Když vyrazíš do světa, dávej pozor na auta, chytň někoho za ruku a drž se s ostatními pohromadě.*

***(Z knihy " Všechno, co opravdu potřebuji znát, jsem se naučil v mateřské školce")***