

Mateřská škola Kravaře-Kouty

příspěvková organizace

Hlučínská 256/189

74721 Kravaře-Kouty

TEL: 553 671 143, Mob: 734 481 452

E-MAIL: info@mskravarekouty.cz

ID Datové schránky: gunkthy



Před nástupem do mateřské školy

Nástup do mateřské školy je začátkem nové etapy plné her, objevování a zážitků. Děti se těší na nové kamarády, podnětné prostředí a aktivity podporující fantazii, samostatnost a radost z učení. Každý den přináší nové zkušenosti, vzpomínky a vztahy.

Adaptace je u každého dítěte individuální – některé ji zvládnou snadno, jiné potřebují více času, podpory a povzbuzení. Proto nabízíme několik užitečných rad a doporučení.

1. **Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá** a jaké to tam je. Vyhněte se negativním popisům, jako „jen počkej ve školce,“ „tam tě naučí poslouchat“, „tam se s tebou nikdo dohadovat nebude“ apod.
2. **Používejte rituály** – každý den vstávejte ve stejnou dobu tak, aby dítě mělo dostatek času pro klidné ráno – snídani, oblékání. Snažte se, aby nebylo zbytečně stresované začátkem Vaší pracovní doby. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy dítě vyzvednete (po obědě, po svačině), nestačí jen obecné (po práci, za chvíli apod). Ujistěte dítě, kdo jej vyzvedne a snažte se slib dodržet.
3. **Zvykejte dítě na odloučení**. Láskyplně a s jistotou řekněte, že odcházíte, ale ujistěte dítě, že se vrátíte. Dítě potřebuje pocit, že se na vás může spolehnout. Chybou je, vyplížit se tajně z domu (ze školky). Dítě se cítí zrazené a strach z odloučení se jen prohlubuje. Říkejte dětem pravdu.
4. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného (plyšáka, nejoblíbenější hračku)
5. Pokud bude dítě plakat, buďte **přívětiví, ale rozhodní**. Buďte důslední a nenechte se ovlivnit jeho pláčem. Naučte dítě se s vámi krátce rozloučit a bez protahování předat učitelce.
6. **Ved'te dítě k samostatnosti** – zvláště v hygieně, oblékání a jídle. Nebude zažívat špatné pocity spojené s tím, že bude jediné, které si neumí obléknout kalhoty nebo dojít na záchod. Samozřejmostí je pít z hrníčku (sklenice), jíst samo lžící, umět si natáhnout kalhoty, triko, nazout boty. Dávejte dětem pouze pohodlné oblečení i boty.
7. **Plňte své sliby** – když řeknete, že přijdete po obědě.
8. **Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny předem**. Dítě prožívá stres nejen z toho, že je ve školce bez rodičů a zvyká si na nové prostředí. Přidá se strach z toho, že selže a odměnu pak nedostane. Samozřejmě – pokud den ve školce proběhne v pohodě – chvalte dítě a jděte to oslavit třeba do cukrárny nebo kupte nějakou drobnost.
9. **Najděte si čas vyprávět si**, co dítě ve školce prožilo. Neptejte se, co obědvalo 😊 ale s čím si hrálo. Doporučujeme využívat **fotky**, které pravidelně vkládáme do aplikace. Dětem se vzpomínky lépe vybaví.
10. Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci Vy. Děti dokážou velmi citlivě poznat projevy strachu u rodičů. Platí tu, že zbavit se své úzkosti znamená zbavit dítě jeho úzkosti. Pokud máte strach z odloučení od dítěte, bude lépe, když jej do školky bude vodit ten, který s tím má menší problém.
11. Máme sestavený **adaptační plán**. Doporučujeme jej využívat.