



Základní škola a Mateřská škola Chvalšiny  
Chvalšiny 198, 382 08 Chvalšiny, Tel. 380 739 109, mobil: 725 790 631  
[www.zschvalsiny.cz](http://www.zschvalsiny.cz), email: [ms.chvalsiny@zschvalsiny.cz](mailto:ms.chvalsiny@zschvalsiny.cz)

## Začátek a období adaptace – naše dítě je poprvé v MŠ

Začátek docházky do školky je pro děti a jejich rodiče velkou změnou v dosavadním životě. Tato změna s sebou přináší spoustu věcí, pocitů a zážitků, se kterými se musí malý školáček vyrovnat:

**vstup do neznámé budovy a do třídy s jejím vybavením a hračkami**

**vstup mezi cizí děti a dospělé**

**přizpůsobení se dosud nezvyklému režimu a požadavkům**

**kommunikace s "novou autoritou" - paní učitelkou**

**odloučení od rodičů**

## Jak dítěti nejlépe pomoci?

**Bud'te dítěti oporou a poskytněte mu pocit bezpečí...**

**Přibalte mu mazlíčka především na spaní / odpočívání...**

Vyberte dítěti do školky vhodného, oblíbeného „plyšáčka“. Hračky z domova si děti nosí do MŠ po domluvě rodičů s učitelkami. Jedná se o hračku - PLYŠÁKA, ke kterému má citové pouto a často výrazně pomáhají urychlit adaptaci na **nové prostředí**. Různé „mucáčky“ - plínky, slintáčky apod., které dítě používalo v kojeneckém období, dětem nedávejte (z adaptačního hlediska a ani z hygienických důvodů nejsou tyto předměty vhodné).

**Používejte stejné rituály.**

Vod'te dítě do školky vždy ve stejný čas a vyzvedávejte je, pokud možno, ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete - po obědě, po svačině - ne jen obecně jako brzy, za chvíli, po práci apod.

**Rozlučte se krátce.**

Loučení dlouze neprotahujte, někdy totiž loučení představuje větší problém pro rodiče než pro dítě, proto je zbytečně nestresujte.

**Bud'te citliví a trpěliví.**

Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo, např. co jsi dneska dělal zajímavého, co se povedlo, s kým jsi stavěl.....atd.

**Ujistěte dítě, že je do školky neodkládáte.**

Vysvětlete mu, že je máte rádi a že nechodí do školky proto, že na ně nemáte čas nebo že s ním nechcete být doma. Každý má svět povinností - vy práci, vaše dítě školku.

**Komunikujte s učitelkou.**

Možná se dozvíte, že když ze školky po nervy drásající scéně odejdete, vaše plačící dítě se rázem uklidní a jde si spokojeně hrát.

### **Potomka za zvládnutý pobyt ve školce pochvalte a pozitivně ho motivujte.**

Neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké to muselo být strašné vydržet takovou dobu bez maminky. Naopak vyzdvihněte jeho pěkné zážitky, zahrajte si s ním hru, kterou se ve školce naučilo, naslouchejte mu, jaké má zážitky – informace si však nevynucujte.

### Co byste nikdy neměli dělat...

#### **Nenechte se obměkčit - buďte důslední.**

Když už jednou rozhodnete, že půjde dítě do školky, nedejte se přemluvit a trvejte na svém.

#### **Nestrašte své dítě školkou - "Počkej, ve školce ti ukážou."**

Za problémy s přivykáním je v žádném případě netrestejte.

#### **Nepřiznávejte, že je vám také smutno a že se vám stýská.**

Když zvládnete své emoce vy, dítě je zvládne také. Rodič musí být dítěti oporou.

#### **Netvrďte dítěti cestou do školky, že jdete na procházku, a neříkejte mu o tom, v kolik hodin je přijdete vyzvednout.**

#### **Neopakujte dítěti pořád dokola, že má být hodné.**

Jde o pojem, který dítě nezná, nedá se osahat ani ho vidět očima...

### Co by dítě mělo umět... (od 3. roku věku dítěte)

**obouvat a zouvat bačkory a boty** (s tkaničkami pomůže p. učitelka)

**poznat si své oblečení** (vše by mělo být podepsané nebo označené)

**oblékat a svlékat tričko, kalhoty, ponožky** (učitelka připraví, nasměruje, pomůže, ale dítě by se mělo snažit)

**vydržet sedět při jídle u stolu**

**jíst ovoce a zeleninu** (pokud není dítě alergik)

**samo se najíst lžící**

**pít ze skleničky**

**umývat si ruce mýdlem utírat se do ručníku, používat kohoutek**

**používat záchod** (včas si dojít, utírat si zadeček (učitelka pomůže, pleny a nočníčky jsou nepřípustné!)

**používat kapesník, přidršet si ho a vysmrkat se**

**zvládat chůzi po schodech** (mělo by zvládnout střídat nohy při chůzi nahoru i dolů)