

## JE TO POPRVÉ...

*Milá maminko, milý tatínku,*

*Vaše dítě bylo přijato k docházce do mateřské školy a Vy si jistě v této souvislosti kladete řadu otázek. Proto jsme se rozhodli pro Vás připravit několik informací, které Vám umožní lepší orientaci v novém prostředí. Mnohé z toho, co bude dále řečeno, nepochybně víte a znáte, ale protože nám dospělým je již cizí pohled na svět dětskýma očima, pokusíme se vám poodhalit, jak přechod z rodiny do mateřské školy vnímají děti.*

*Abychom omezili nepříjemné pocity na minimum, procházejí všechny děti v naší MŠ tzv. adaptací. Co to znamená? Má-li si dítě bez problémů zvyknout na nové prostředí, potřebuje k tomu určitý čas. Každé dítě je jiné, a proto i doba zvykání je různě dlouhá. V této době musí malý človíček vyřešit spoustu úkolů, aby mohl poprvé v životě zůstat delší dobu sám, bez maminky, jinde než doma a přitom být spokojený a cítit se bezpečně.*

## JAK DÍTĚTI POMOCI...

- **Zůstaňte s dítětem chvíli ve třídě**

Pokud o to dítě stojí, zůstávejte s ním v prvních dnech chvíli ve školce. Budete mu oporou a dáte mu pocit bezpečí.

- **V prvním týdnu volte kratší pobyt dítěte v MŠ**

U tříletých dětí doporučujeme v prvních dvou dnech pobyt do 10.00 hodin, v dalších dnech do oběda. U starších dětí je možné v prvním týdnu nechat dítě v MŠ do oběda.

- **S odpočíváním je dobré začít až od druhého týdne pobytu v MŠ**

Pokud vaše dítě již získalo pocit bezpečí a pohody v novém prostředí své třídy, jestliže se samo naobědvá a zvyklo si na myšlenku, že bude spinkat jinde, než ve své postýlce.

- **Přibalte mu mazlíčka**

Dovolte potomkovi, aby si s sebou vzal do školky svou oblíbenou hračku.

- **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 - nejen obecné jako brzy, za chvíli, po práci apod.

- **Rozlučte se krátce**

Loučení dlouze neprotahujte, někdy loučení představuje větší problém pro matku 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.

- **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 své povinnosti - 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. Nebo naopak, že je třeba zkrátit dobu pobytu ve třídě,

protože dítě je celou dobu plačtivé a dlouhé odloučení snáší nepřiměřeně těžce.

- **Potomka za zvládnutý pobyt ve školce pochvalte**
- **Pozitivně je motivujte** – zahrajte si s ním hru, kterou se ve školce naučilo, řekněte si společně novou říkanku, vyzdvihněte nové zážitky a seznámení s novými kamarády.

### Co by dítě mělo umět ...

- 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 nepřipustné!**)
- používat kapesník, vysmrkat se
- zvládat chůzi po schodech (mělo by zvládnout střídat nohy při chůzi ze schodů)

### Závěrem bychom Vás chtěli požádat:

**prosíme, najděte si dostatek času na toto adaptační období**, pokud nemáte možnost se uvolnit v zaměstnání Vy osobně, požádejte někoho z příbuzných, koho dítě dobře zná a důvěřuje mu. Mějte prosím na paměti, že začátek docházky do školy je pro dítě v každém případě velkou změnou a ta s sebou přináší spoustu pocitů a zážitků, se kterými se musí malý školáček vyrovnat. Vstup do neznámé budovy a do třídy s jejím vybavením a hračkami, než jaké zná z domova, mezi cizí děti a dospělé.

Musí se přizpůsobit dosud nezvyklému režimu a požadavkům a naučit se komunikovat s "novou autoritou" – paní učitelkou/učitelem ...

**Odměnou za dobře zvládnutou adaptaci bude Vaše spokojené dítě, těšící se každý den na kolektiv svých vrstevníků a zvládající bez větších výkyvů a nálad každodenní odloučení od rodiny.**

## Co potřebují děti do mateřské školy:

- přezůvky do třídy (ne pantofle, zdravotní obuv musí mít pásek přes patu a pevné přezky přes nárt)
- převlečení do třídy (necháme na Vašem uvážení, volte prosím pohodlné a jednoduše se oblékající oděv – tričko, legíny, v létě kraťasy, holčičky šatičky nebo zástěrky)
- pyžamo
- oblečení na pobyt venku – adekvátně k ročnímu období -kalhoty, tepláky, kraťasy, tričko, mikina, pokrývka hlavy, pevná obuv i do nepohody
- holiny + pláštěnka (označené)
- náhradní spodní prádlo (pro případ „nenadálé“ nehody) a ponožky.

**Prosíme o viditelné označení všech osobních věcí vašeho dítěte, usnadníte tak situaci nejen jemu, ale i pedagogům, kteří věřte, nemají zvláště na začátku roku času nazbyt a je škoda ho ztrácet určováním, komu co patří.**

**Denně prosíme, kontrolujte, mají-li děti všechny věci v pořádku.**

**Kolektiv MŠ LetMo**