



JAK SE S DĚTMI PŘIPRAVIT NA ŠKOLKU

DOPORUČJÍCÍ DESATERO

Odloučení od rodičů

je prvním a největší překážkou ke zdolání, se kterou se musí každé dítě vyrovnat. Připravovat na odloučení můžete dítě například pobytem u prarodičů, příbuzných, kamarádů. Čím více pozitivních zážitků s tímto krátkým odloučením bude mít dítě, tím lépe si zapamatuje, že po odloučení přichází shledání a že se vrátíte. Minimalizujete tím stres z odloučení.

Adaptace na nový kolektiv dětí a prostředí

Dítě se na počátku docházky začleňuje do kolektivu dětí, které nezná a tento kolektiv vrstevníků ho bude provázet jak ve školce, tak následně na základní škole. Dítěti můžete pomoci, když s ním budete chodit mezi děti. Velice vhodné jsou i návštěvy různých kroužků, dětských skupinek pro rodiče a děti apod.

Sebeobsluha

rozvíjejte u dětí potřebné dovednosti sebeobsluhy (při toaletě, hygieně, stravování, oblékání a obouvání). Dejte dětem časový prostor k oblékání a svlékání. Pokud plánujete vyrazit dopoledne na procházku počítejte ve svém plánu s dobou na převléknutí a pomáhejte dětem skrze jednoduché pokyny (Sundej si tepláčky. Uklid' si boty. atd.). S náročnějšími úkony (zapnutí zipu apod.) samozřejmě dětem pomáhejte, ale zkuste dbát na to aby děti aktivně hlásily co potřebují. Dopřejte jim volnější věci, se kterými bude lehčí manipulace. Nechejte je převlékat se samostatně do tepláčků, legín, pyžámek.... Poukazujte na věci, které mají na sobě, snáze si zapamatují, které věci jsou jejich.

Procházky

seznamte děti se samostatným pohybem v přírodním prostředí, chodte na procházky, omezte vození dětí v kočárcích. Nastavte si společná jednoduchá pravidla s ohledem na bezpečnost na procházce (kdy se zastavit apod.)

Odpočinek po obědě

učte děti po hlavním jídle odpočívat, zklidnit se, společně se třeba natáhnout do postýlky a přečíst si pohádku. Dopolední pobyt v MŠ je pro děti psychicky a fyzicky náročný (vstřebávají velké množství podnětů a různorodých činností), dětský organismus je přirozeně vyčerpaný, potřebuje nabýt síly do druhé poloviny dne a regenerovat. I u dospělého působí odpočinek po obědě pozitivně na jeho duševní i tělesný stav. Záměrně nepíšeme spánek, jelikož do spánku v současné době děti rozhodně nenutíme. Přirozeně děti usnou z výše uvedených důvodů a pokud někdo neusne? Tak si na chvilku odpočinul, a to je přece fajn ne?

Navykejte děti rituálům

snažte se dodržovat každý den s dítětem ve stejný čas večeřet, chodit spát a též o víkendu dodržovat časy jídel, večerní usínání + další rituálky, jako je např. úklid hraček, úklid svých věcí apod. Pravidelnost a rituály pomáhají dětem zorientovat se v čase v průběhu celého dne.

Rozhovory s dítětem

s dítětem si o školce hodně povídejte – vždy však v pozitivním smyslu. Povídejte mu o tom, co tam bude dělat, že si tam najde spoustu nových kamarádů, bude si hrát s novými hračkami, naučí se nové písničky, básničky a mnoho jiného. A nezapomeňte mu připomenout, že si pro něj vždy přijdete a po školce budete trávit čas spolu.

Krátce a srozumitelně oceňujte, co se dítěti daří, povzbuzujte ho, když mu něco nejde, ale i jasně odmítněte nevhodné chování a vysvětlete proč.

Vyvarujte se výhrůžek typu „počkej, až budeš ve školce.....!“ Dítě se bude školky bát už předem a působí to, jako bychom tím chtěli ze sebe setřást odpovědnost za to, co dítě dělá nebo naopak neumí udělat.

Příprava potřebných věcí do MŠ

připravujte se na tento důležitý krok společně s dítětem – spolu připravujte či nakupujte nové oblečení, bačkůrky, se kterými se ve školce dítě pochlubí. Nechte dítě vybrat jednu ze svých oblíbených hraček / plyšáků/, kterou si vezme jako doprovod do mateřské školy.