

Rady rodičům před nástupem do mateřské školy

1. Na docházku do mateřské školy dítě s **předstihem připravte**. Udělejte si chvilku pohody a v klidu si o všem pohovořte. Dítěti vysvětlíte, že si pohraje s novými hračkami, seznámí se s kamarády, naučí se nové básničky, bude cvičit, tvořit, chodit ven. Až si zařídíte věci v práci nebo nakoupíte - tak se pro ně vrátíte. Budete se těšit, až Vám bude o všem vyprávět.

2. Zvykejte dítě na další kamarády, neizolujte je od ostatních vrstevníků. **Zvykejte je na odloučení**. Při odchodu z domu 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. Dítě se cítí zrazené a strach z odloučení se jen prohlubuje.

3. Seznamujte dítě se základními hygienickými návyky (umýt ruce před jídlem, po použití WC...) Buďte mu vzorem a příkladem. Učte dítě pozdravit, poděkovat, umět se podělit o hračku, hrát si společně. **Rozvíjejte jeho sebeobsluhu**. Nebude zažívat špatné pocity spojené s tím, že bude jediný, který se např. neumí obléknout.

4. Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do mateřské školy, ale ujistěte ho, že mu věříte a že to určitě zvládne. Zvýšíte tak jeho sebedůvěru. Snažte se navodit pocit, že **do “školky” půjde pro radost**, ne za trest. Nikdy mateřskou školou dítěti nevyhrožujte. Vyhněte se výhrůzkám: „počkej ve školce tě srovnají ...tam tě naučí poslouchat...nikdo se tam s tebou párat nebude...když budeš zlobit, nechám tě tam i odpoledne...“ Neopakujte také dítěti stále, že má být hodný.

5. Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci Vy. Buďte vnitřně pozitivní, optimističtí. Dítě má velmi citlivé vnímání, vycítí Vaši nerozhodnost a obavy. Je nesnadné se od Vás odloučit, jestliže vidí, že Vás odloučení bolí. Platí tu, že **zbavit se své úzkosti znamená zbavit dítě jeho úzkosti**. Pokud máte strach z odloučení a nejste skutečně přesvědčeni o tom, že dítě do mateřské školy dát chcete, pak byste měli nástup dítěte přehodnotit. Případně se dohodněte, že dítě do mateřské školy bude vodit ten, který s tím má menší problém.

6. *V šatně se s dítětem převlékejte beze spěchu. Pokuste se být klidní, ale rozhodní i když dítě pláče. Buďte přáteliví mluďte na něj s úsměvem a stále mu opakujte, že se pro něj určitě vrátíte. Vysvětlujte klidně několikrát, aby získalo jistotu.*

*Upozorněte dítě na to, že s jakýmkoliv problémem může přijít k učitelce, ta mu pomůže. **Odchod zbytečně neprotahujte, dítě vaši váhavost vycítí a využije ji ke smlouvání. Jestliže jste dítěti oznámili, že odcházíte, v žádném případě se již nevracejte.***

7. *Je možné dát dítěti s sebou **něco důvěrného** (např. drobného plyšáka, šátek, ...)
NENOSTE imitace zbraní, nebezpečné předměty, hlučné, drahé a objemné hračky.*

8. *Nikdy neslibujte dítěti odměnu předem. Dítě prožívá stres, že je v mateřské škole bez rodičů a zvyká si na nové prostředí. Přidá se strach z toho, že selže a odměnu nedostane. Pokud den proběhne v pohodě, **chvalte dítě**, můžete to jít oslavit nebo kupte nějakou drobnost. Materiální odměny by se ale neměly stát pravidlem, dítě by pak hračku vyžadovalo každý den.*

9. *Domluvte se s učitelkou o případné **adaptaci dítěte**. Zpočátku např. na kratší pobyt. Zvykání Vašeho dítěte by nemělo být v žádném případě na úkor ostatních. Nezůstávejte ve třídě. Děti těžce snášejí, když má někdo ve třídě svou maminku a ony jsou tam samy.*

10. *Zajímejte se, co dítě ve školce dělalo, jak se mělo. Povzbuzujte ho doma, ať Vás naučí, jak cvičilo nebo co zpívalo. Vypozorujte, co ho ve školce baví, **hrajte si i doma.***

Prosím, dejte zpočátku nám i dětem čas.

*Vydržte, i když se hned nedaří, buďte trpěliví,
úspěch se společnými silami určitě dostaví ☺*

Přejeme hodně štěstí