

Deset dobrých rad, které usnadní Vám i Vašemu dítěti nástup do mateřské školy.

1. Co by dítě mělo umět před nástupem do MŠ

– nepoužívat pleny, umýt si ruce (s použitím mýdla), samostatně používat WC, umět se svléknout a obléknout (s dopomocí dospělého), umět se vysmrkat a utřít si nos, aktivně hlásit své potřeby, samostatně se najíst a napít z hrnečku, poznat si své věci (včetně oblečení)

Pro děti je příjemnější, když tyto činnosti zvládají a můžou se tak i blýsknout před ostatními kamarády. Také nemusí, popřípadě čekat na paní učitelku, která v tu chvíli pomáhá jiným dětem.

2. Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je. Vyhněte se negativním popisům

(např. „tam tě naučí poslouchat, tam se s tebou nikdo dohadovat nebude“, apod.).

3. Zvykejte dítě na odloučení – dítě potřebuje pocit, že se na Vás může spolehnout.

4. Zvyšujte u dětí sebedůvěru, dejte najevo, že rozumíte jeho případným obavám.

5. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Rozloučení by se nemělo příliš protahovat, ovšem neodcházejte ani narychlo ani tajně.

6. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného (oblíbeného plyšáčka).

7. Plňte své sliby – když řeknete, že přijдете po obědě, měli byste po obědě opravdu přijít.

8. Promluvte si s paní učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte.

9. Platí, že zbavit se své úzkosti znamená, zbavit dítě jeho úzkosti – děti dokážou velmi citlivě poznat projevy strachu u rodičů. Proto se při předávání dítěte snažte být v co největší psychické pohodě. Pokud z toho máte strach, můžete se domluvit, že bude do školky vodit Vaše dítě ten druhý.

10. 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. Dítě za den ve školce chvalte až po vyzvednutí.