



# JAK PŘIPRAVIT DÍTĚ

NA DĚTSKOU  
SKUPINU





## ODLOUČENÍ

Před nástupem do dětské skupiny by dítě mělo zvládnout občasné čtyřhodinové odloučení. Tím, že matka odchází (nikdy ne tajně!) a zase se vrací, získává dítě důvěru v to, že ho neopustí.

## HERNY A DĚTSKÉ KLUBY

Návštěvou heren a dětských klubů si může dítě zvykat na velké množství dětí na jednom místě, ale i na to, že si hraje bez rodiče.

## SEZNÁMENÍ S PROSTŘEDÍM DĚTSKÉ SKUPINY

Máte-li kamarádku, která už má dítě v naší dětské skupině, nabídněte jí občasné vyzvednutí nebo alespoň doprovod. Pokud už jedno dítě ve skupině máte, je vhodné chodit ho vyzvedávat i se sourozencem, který má do dětské skupiny nastoupit (většinou to ani jinak nejde), a pokud to lze, nechat ho občas si pohrát se starším sourozencem v DS. Při té příležitosti můžete s dítětem mluvit o tom, jak to v dětské skupině chodí. K poznání prostředí můžete také využít den otevřených dveří, veřejné akce v dětské skupině nebo si domluvit individuální schůzku.

## REŽIM

Asi měsíc před zahájením docházky do dětské skupiny je dobré nastavit režim vstávání přibližně tak, jak to bude v době docházky do skupiny.

**ŽIRAFKA**  
HRADEC KRÁLOVÉ



## HRAČKA DO DĚTSKÉ SKUPINY

Vyberte jednu hračku, nejlépe plyšovou, vhodnou na spinkání (i když v DS zatím spinkat nebude). Můžete ji například navonět vůní, kterou používáte, aby vaše dítě mělo pocit, že jste mu stále na blízku.



## MOTIVACE PŘED NÁSTUPEM

Povídejte si s dítětem, jak bude den ve DS probíhat. Co příjemného bude prožívat společně s dětmi a paní učitelkou/chůvou. Seznamte dítě s novým prostředím, s učitelkami/chůvami, s průběhem dne v DS. Je potřebné poskytnout dítěti dostatek informací, aby se zbytečně neobávalo neznámého. O dětské skupině doma mluvíte hezky. Nestraňte své dítě dětskou skupinou. Určitě by nemělo zaznívat „No počkej, ve školce, tam budeš muset...jak to nebudeš umět, děti se ti ve školce budou smát...“ Dítě by vnímalo dětskou skupinu negativně a vytvořilo by si zbytečnou bariéru. Adaptační období vašemu dítěti naopak usnadníte, pokud spolu budete radostně očekávat nástup dítěte do dětské skupiny. Můžete například zaškrtávat dny v kalendáři, stříhat krejčovský metr nebo spolu můžete připravovat věci do skupiny, nakupovat nové oblečení, bačkůrky apod. Nechte dítě vybrat si jednu ze svých oblíbených hraček /plyšáků/, kterou si vezme jako doprovod do dětské skupiny.



**ŽIRAFKA**  
HRADEC KRÁLOVÉ



## JAK PŘEDCHÁZET ÚZKOSTNÉMU CHOVÁNÍ DÍTĚTE PŘED NÁSTUPEM DO DS

Umožněte dítěti získat pozitivní zkušenosti s odloučením od rodičů (např. hrami u sousedů bez přítomnosti rodičů). Vytvářejte dítěti možnost kontaktu s ostatními dětmi. Po nástupu do dětské skupiny stanovte pravidlo, kdy si dítě budete vyzvedávat (např. vždy po spaní, po obědě apod.), a pak to dodržujte a neměňte. Až si dítě zvykne případné zdržení rodiče nebo prodloužení času ve skupině bude brát v pohodě.

## CO BY MĚLO DÍTĚ PŘED NÁSTUPEM DO DĚTSKÉ SKUPINY UMĚT

Zvykání na dětskou skupinu dítěti usnadníte, pokud ho povedete k samostatnosti. Paní učitelka/chůva vašemu dítěti vždy ochotně pomůže, ale vaše dítě bude klidnější a sebejistější, pokud bude na svůj věk co nejvíce samostatné a pokud bude umět ostatním vyjádřit, co potřebuje, co se mu líbí a co ne. Důležité také je, abyste vy jako rodiče sdělili co nejvíce informací o vašem dítěti učitelkám/chůvám naší dětské skupiny (jak dítě komunikuje s okolím, co má a nemá rádo, jak vypadá jeho běžný den, jeho nejoblíbenější hračka/hry apod.).

**ŽIRAFKA**  
HRADEC KRÁLOVÉ



## PRVNÍ DNY V DĚTSKÉ SKUPINĚ

Už první den v dětské skupině by měl probíhat standardně, aby i nejmenší děti od samého začátku věděly, na čem jsou a jak to bude ve skupině vypadat – jistota a opakování je tím, co adaptační období usnadňuje. Počáteční tři měsíce jsou pro dítě víceméně seznamovací, dítě si zvyká na nový režim, na nové kamarády, prostředí, vstřebává pravidla. Není žádná ostuda, že třeba nekreslí žádné obrázky nebo se nezapojuje do činností. Důležité je, že si hraje, navazuje kontakty a nachází své místo ve skupině dětí. To ostatní se dostaví samo, až přijde ten správný čas. Na loučení si dítě zvyká postupně a většinou po odchodu rodičů přestává plakat, protože ho učitelka/chůva dokáže zajímavou činností nadchnout a zabavit. Naše učitelky a chůvy po několika dnech poznají, zda je dítě připravené na dětskou skupinu nebo ne. Individuálně se věnují každému dítěti a s rodiči konzultují, jak probíhal den a jak co nejvíce usnadnit dítěti příchod do dětské skupiny.



## CO DĚLAT, POKUD JE DÍTĚ ZPOČÁTKU DOCHÁZKY DO DS VELMI PLAČTIVÉ

Chce to čas a trpělivost, ale dítě si zvykne a začne do dětské skupiny chodit rádo. V adaptačním období pomáhá klidný, pozitivní a vstřícný přístup všech. Dítě prožívá velkou změnu v životě – nové prostředí, změna vztahů, změna denního režimu, jiné zvyklosti. Narušil se jeho pocit jistoty a bezpečí, který potřebuje opět získat.







A to se mu podaří prostřednictvím paní učitelky/chůvy ve třídě. Učitelky a chůvy svou velkou empatií a láskou dokážou dítě uklidnit a odvést pozornost na nové podněty. Je také velmi důležité, abyste

se vy jako rodiče pozitivně naladili na to, že vaše dítě bude chodit do dětské skupiny – děti velmi dobře vycítí, jaké emoce vysíláte, a dle toho reagují. Každé ráno si povídejte s dítětem, jak bude den probíhat, kdo a kdy si pro něj do DS přijde (po obědě, po spaní...). Tento dohodnutý čas je třeba dodržovat, aby dítě mělo jistotu, že jej rodiče v dětské skupině nezapomenou. Pravidelnost v průběhu dne a týdne dítěti přináší pocit větší jistoty a bezpečí, protože se ještě nedokáže dobře orientovat v čase. Není vhodné vytvářet dlouhé přetržky v docházce, protože dítě při každém příchodu začíná znovu a těžko si po přerušení docházky hledá své místo mezi dětmi ve skupině, v organizaci činností apod.

Pobyt dítěte v DS rovnou na celý den je nepřiměřenou zátěží, proto je vhodnější dobu strávenou ve dětské skupině prodlužovat postupně. Dětem, které si hůře zvykají na změny, doporučujeme začít chodit 2x týdně dopoledne. Naopak nedoporučujeme chodit pouze 1x týdně, protože dítě nemá čas si zvyknout a 7 dní do další návštěvy je příliš dlouhý interval.

Někdy se stane, že dítě začne chodit do skupin bez problémů. To ale ještě neznamená, že nemůže přijít plačtivé období. Často se totiž stává, že tyto děti začnou bezdůvodně, třeba po týdnu nebo i měsíci plakat a odmítat skupinku, aniž by jim někdo ublížil, či se stalo něco zlomového. Prostě najednou přijde stesk nebo uvědomění, že chození do skupiny není pouze dočasné.



Je dobré v docházce vytrvat a individuálně se poradit s učitelkou/chůvou, jak docházku a režim nastavit tak, aby to dítěti co nejvíce vyhovovalo.



## INTROVERTNÍ DÍTĚ A DĚTSKÁ SKUPINA

Každé dítě není z těch, které by nadšeně vyhledávalo vrstevníky. Některé děti jsou introvertně založené, rády si hrají samy, mají bohatou fantazii a vnitřní svět. Jejich potřeba komunikovat s okolím je menší. Často se potom říká, že takové dítě není ve dětské skupině spokojené a šťastné, že se pro něho DS nehodí. Nemusí to ale být pravda. I introvertní dítě může profitovat z vrstevnické skupiny, a to i když je pouze pozorovatelem. Fakt, že nemá potřebu se zapojovat, neznamená, že neokoukává důležité vrstevnické interakce, že se neučí sociálnímu chování a vnímat emoce druhých dětí. V naší dětské skupině děti nenutíme se zapojit. Snažíme se je aktivitou zaujmout, nalákat, ale pokud dítě o aktivitu nemá zájem, je to jeho volba, kterou respektujeme.

## RADY NAŠICH PRACOVNÍKŮ

„PRO LOUČENÍ SI SPOLEČNĚ VYTVOŘTE RITUÁL, NAPŘ. 3P – POZDRAV, POHLAZENÍ, PUSA, A TEN DODRŽUJTE. NEPRODLUŽUJTE ROZLOUČENÍ, DÍTĚ PAK NEBUDE VĚDĚT, KDY UŽ ODCHOD MYSLÍTE VÁŽNĚ.“

**ŽIRAFKA**  
HRADEC KRÁLOVÉ





„VĚŘTE DÍTĚTI, ŽE TO ZVLÁDNE. KDYŽ BUDETE V KLIDU VY, BUDE KLIDNÉ I DÍTĚ.“

„PŘI LOUČENÍ DÍTĚTI NEŘÍKEJTE, ŽE SE VÁM BUDE STÝSKAT. MOHLO BY BÝT LÍTOSTIVÉ NEBO ZMATENÉ, PROČ HO DO ŠKOLKY VLASTNĚ DÁVÁTE.“

„NENECHÁVEJTE SI SVÉ OBAVY PRO SEBE, ALE KOMUNIKUJTE S UČITELKOU. Z NEVYŘČENÉHO VZNIKÁ MNOHO ZBYTEČNÝCH NEDOROZUMĚNÍ“

**ŽIRAFKA**  
HRADEC KRÁLOVÉ

