



# JAK PŘIPRAVIT DÍTĚ

NA MATEŘSKOU  
ŠKOLU





*O nástupu dítěte do mateřské školy by se mělo uvažovat v době, kdy dítě začíná vyhledávat nové podněty, činnosti, nové kamarády (ne pouze rodiče) a touží objevovat. Prostředí mateřské školy je obrovským zdrojem inspirace pro nová poznání, objevování a komplexní rozvoj dítěte.*

## **ODLOUČENÍ**

Ve dvou letech by už mohlo dítě 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 zvykat na velké množství dětí na jednom místě, ale i na to, že si hraje bez rodiče.

## **SEZNÁMENÍ S PROSTŘEDÍM ŠKOLKY**

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



## REŽIM

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



## KAMARÁD

To, že se dítěku bude do školky chodit lépe, když tam bude mít parťáka, napadne jistě každého rodiče. Pokud žádný z jeho kamarádů do MŠ nenastupuje, zkuste se zeptat třeba naší paní učitelky, zda v okolí vašeho bydliště nebydlí nějaké dítě, která do naší školky dochází.

## HRAČKA DO ŠKOLKY

Vyberte jednu hračku, nejlépe plyšovou, vhodnou na spinkání (i když ve školce 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 školce probíhat. Co příjemného bude prožívat společně s dětmi a paní učitelkou, kolik nových kamarádů si najde, co vše se naučí apod. Seznamte dítě s novým prostředím, s učitelkami, s průběhem dne v MŠ. Je potřebné poskytnout dítěti dostatek informací, aby se zbytečně neobávalo neznámého. Můžete také číst různé knížky, které popisují život ve školce. Takovou knížkou je například Chystáme se do školky od Jiřího Šandery, která vyšla v nakladatelství Fragment a seženete ji v Levných knihách.





O školce doma mluvte hezky. Nestrašte své dítě mateřskou školou a 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 mateřskou školu negativně a vytvořilo by si zbytečnou bariéru. Adaptační období vašemu dítěti naopak usnadníte, pokud spolu budete radostně očekávat nástup dítěte do mateřské školy. Můžete například zaškrtnout dny v kalendáři, stříhat krejčovský metr nebo spolu můžete připravovat věci do školky, nakupovat nové oblečení, bačkůrky apod. Nechte dítě vybrat si jednu ze svých oblíbených hraček / plyšáků/, kterou si vezme jako doprovod do mateřské školy.

## JAK PŘEDCHÁZET ÚZKOSTNÉMU CHOVÁNÍ DÍTĚTE PŘED NÁSTUPEM DO MŠ

Umožněte dítěti získat pozitivní zkušenosti s odloučením od rodičů (např. hrami u sousedů bez přítomnosti rodičů). Vytvářejte dítěti možnost kontaktu s ostatními dětmi. Podporujte dítě v samostatnosti v sebeobsluze, protože v začátcích je pro dítě každá prosba o pomoc, kdy musí komunikovat s neznámými dětmi a paní učitelkou, přítěží. Po nástupu do školky 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 školce bude brát v pohodě.

## CO BY MĚLO DÍTĚ PŘED NÁSTUPEM DO MŠ UMĚT

Zvykání na mateřskou školu dítěti usnadníte, pokud ho povedete k samostatnosti a zvládání sebeobsluhy.



Paní učitelka vašemu dítěti vždy ochotně pomůže a nic z toho samozřejmě není podmínkou pro přijetí, ale vaše dítě bude klidnější a sebejistější, pokud bude umět co nevíce z bodů napsaných níže:



- obouvat a zouvat bačkory a boty
- poznat si své oblečení a obuv
- oblékat a svlékat tričko, kalhoty (nedávejte dítěti příliš složité oblečení, se kterým si nemůže samo poradit – košile s drobnými knoflíky, kalhoty se zapínáním, prstové rukavice apod.). Oblečení a věci do školky připravujte s dítětem společně – dítě si bude snadněji pamatovat a vše své poznávat.
- samo se najíst lžící, pít ze skleničky
- umývat si ruce mýdlem, utírat do ručníku, ovládat kohoutek
- používat kapesník, vysmrkat se
- používat toaletu (naučte dítě říct si, když potřebuje na záchod, odložte nočník)
- zvládat chůzi po schodech, pravidelné procházky
- pozdravit, poděkovat
- komunikovat s dospělým, sdělit své přání, požádat si o pomoc

*Samozřejmě tyto činnosti závisí na věku dítěte. Je velký rozdíl mezi sebeobsluhou dvouletého dítěte a pětiletého.*

Důležité také je, abyste vy jako rodiče sdělili co nejvíce informací o vašem dítěti učitelkám naší mateřské školy (jak dítě komunikuje s okolím, co má a nemá rádo, jak vypadá jeho nejoblíbenější hračka, hry apod.).







## PRVNÍ DNY VE ŠKOLCE

Už první den ve školce by měl probíhat standardně, aby i nejmenší děti od samého začátku věděly, na čem jsou a jak to bude ve školce 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 dokáže zajímavou činností nadchnout a zabavit. Je také možné se domluvit s učitelkou, že v případě, kdy by dítě cítilo velkou úzkost, spojí se s vámi telefonicky, abyste své dítě mohli uklidnit, povzbudit a vysvětlit, čemu například nerozumí.

Naše učitelky po několika dnech poznají, zda je dítě připravené na školku nebo ne. Individuálně se věnují každému dítěti a s rodiči konzultují, jak probíhal den a jak co nejvíce usnadnit dítěti příchod do školky.

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

Chce to čas a trpělivost, ale dítě si zvykne a začne do školky 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 ve třídě. Učitelky 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 školky – děti velmi dobře vycítí, jaké emoce vysíláte, a dle toho reagují. Pokud cítíte úzkost jako rodič, je možné se domluvit s učitelkou, aby vám během dne zaslala na mobil fotografii, jak se dítěti daří.



Každé ráno si povídejte s dítětem, jak bude den probíhat, kdo a kdy si pro něj do školky přijde (po obědě, po spaní...). Tento dohodnutý čas je třeba dodržovat, aby dítě mělo jistotu, že jej rodiče v MŠ 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 třídě, v organizaci činností apod.

Pobyt dítěte v MŠ rovnou na celý den je nepřiměřenou zátěží, proto je vhodnější dobu strávenou ve školce 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 školky bez problémů. To ale ještě neznamena, že nemůže přijít plačtivé období.





Často se totiž stává, že tyto děti začnou bezdůvodně, třeba po týdnu nebo i měsíci plakat a odmítat školku, aniž by jim někdo ublížil, či se stalo něco zlomového. Prostě najednou přijde stesk nebo uvědomění, že chození do školky není pouze dočasné.

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

### INTROVERTNÍ DÍTĚ A ŠKOLKA

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 školce spokojené a šťastné, že se pro něho školka nehodí. Není to ale pravda. I introvertní dítě profituje 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 školce 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.“





„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“

**SAFARI BABY**  
MŠ PARDUBICE CLUB

