

DOPORUČENÍ RODIČŮM

- ★ Obuv na přezutí - bačkory s pevnou podrážkou a plnou patou (**z bezpečnostních důvodů nedoporučujeme pantofle**)
- ★ Oděv na hry ve třídě - např. kalhoty s gumou do pasu (punčocháče), triko, děvčátka mohou mít sukýnku nebo zástěrku.
- ★ Oděv pro hry na školní zahradě - např. tepláková souprava a starší obuv (dle počasí). V letním období je důležitá pokrývka hlavy.
- ★ Oděv na odpolední odpočinek - pyžamo nebo noční košilku. Vždy v pátek si je nosí děti domů - o kontrolu a výměnu se starají zákonní zástupci (rodiče).
- ★ Dostatek náhradního oblečení do sáčku - spodní prádlo, triko, punčocháče, ponožky, případně tepláky či slabé kalhoty.
- ★ Papírové kapesníky, vlastní hřeben (hlavně dlouhovlasé holčičky).

Děti, které si věci nepoznají, je budou mít řádně označené (např. podepsané, nakreslené značky) **za nepodepsané věci MŠ neručí.**



1. Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je.

Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je. Můžete si k tomu vzít obrázkovou knížku nebo si popovídejte s dítětem, které do školky už chodí (mělo by tam ale chodit rádo, aby se vaše dítě nevystrašilo barvitým líčením zlých zážitků). Vyhněte se negativním popisům, jako „tam tě naučí poslouchat“, „tam se s tebou nikdo dohadovat nebude“ apod.

2. Zvykejte dítě na odloučení

Zvykejte dítě na odloučení. Při odchodu např. do kina 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. Ved'te dítě k samostatnosti

Ved'te dítě k samostatnosti zvláště v hygieně, oblékání a jídle. Nebude zažívat špatné pocity spojené s tím, že bude jediné, které si neumí obléknout kalhoty nebo dojít na záchod.

4. Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do školky...

Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do školky, ale ujistěte ho, že mu věříte a že to určitě zvládne. Zvýšíte tak sebedůvěru dítěte. Pokud má dítě chodit do školky rádo, musí k ní mít kladný vztah. Z toho důvodu nikdy školkou dítěti nevyhrožujte (dítě nemůže mít rádo něco, co mu předkládáte jako trest) - vyhněte se výhrůžkám typu „když budeš zlobit, nechám tě ve školce i odpoledne“.

5. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní.

Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Rozloučení by se nemělo příliš protahovat. Ovšem neodcházejte ani narychlo nebo tajně, ani ve vzteku po hádce s dítětem.

6. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného

Dejte dítěti s sebou něco důvěrného (plyšovou nebo oblíbenou hračku, šátek).

7. Plňte své sliby!

Plňte své sliby - když řeknete, že přijдете po obědě, měli byste po obědě přijít.

8. Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy.

Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy. Děti dokážou velmi citlivě poznat projevy strachu u rodičů. Platí tu, že zbavit se své úzkosti znamená zbavit dítě jeho úzkosti. Pokud máte strach z odloučení od dítěte a nejste skutečně přesvědčení o tom, že dítě do školky dát chcete, pak byste měli přehodnotit nástup dítěte do školky. Případně se dohodněte, že dítě do školky bude vodit ten, který s tím má menší problém.

9. Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny předem.

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. Samozřejmě - pokud den ve školce proběhne v pohodě - chvalte dítě a jděte to oslavit třeba do cukrárny nebo kupte nějakou drobnost. Materiální odměny by se ale neměly stát pravidlem, dítě by pak hračku vyžadovalo každý den.

10. Promluvte si s ředitelkou, popř. s učitelkou.

Promluvte si s ředitelkou, popř. s učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte - s dítětem ze začátku můžete jít do třídy, dítě může jít jen na dvě hodiny apod.

