

Období adaptace v MŠ aneb naše dítě jde poprvé do školky

Začátek docházky do mateřské školy je pro děti a jejich rodiče velkou změnou v dosavadním životě. Tato změna s sebou přináší spoustu nových věcí, pocitů a zážitků, se kterými se musí malý školáček vyrovnat. Jsou to:

Nové prostory, vstup mezi cizí děti a dospělé, přizpůsobení se dosud nezvyklému režimu a požadavkům, komunikace s „novou autoritou“ – paní učitelkou a v neposlední řadě také dlouhé odloučení od rodičů.

Co by mělo dítě při nástupu do mateřské školy umět? Jaké dovednosti jsou pro nástup do mateřské školy důležité a bez kterých se malý předškoláček neobejde?

1. Oblékání, obouvání, značka

Téměř každý den se s dětmi chodí ven, každý rodič ví, jak náročné je obléci jedno dítě v zimních měsících, kdy je nutno dát spodní košilku, triko, punčošky a další vrstvy konče zimní čepicí, šálou a rukavicemi (**velmi nevhodné jsou prstové**, do kterých se děti většinou neumějí obléct ani s dopomocí). Proto je velmi důležité, aby i tříleté dítě umělo alespoň základy samo. Nelze, aby učitelka s dalším personálem musela od základu oblékat všech 28 dětí. Děti, co by byly oblékány první, by čekaly dalších dvacet minut v zimních kombinézách ve vyhřáté šatně a ven by šly upoceně. Žádný rodič by s takovým postupem určitě nesouhlasil.

Boty a papučky by si dítě mělo umět samo nazout (papučky musí být klasické, ne crocsy, na pobyt venku doporučujeme boty na suchý zip).

Věci vašeho dítěte **musí být podepsané nebo označené poznávací značkou**. Nezapomeňte, že do MŠ je zapsáno 56 dětí a pravděpodobnost, že Vaše papučky, pyžamka nebo punčošky budou mít minimálně dvojníka je opravdu vysoká. Nespolehejte na to, že Vaše ratolest své věci pozná. Svou značku by si mělo samozřejmě pamatovat.

2. Jídlo

Ve školce se podávají tři jídla – dopolední svačinka, oběd a svačinka odpolední. Do mateřské školy voďte děti **nasnídané**. Pokud chodíte do MŠ brzy, bylo by do té doby hladné. Oběd se u mladších dětí podává v 11:15 hod. Polévku má dítě přichystanou na stolečku, odnáší prázdný talíř a lžici. Pro hlavní jídlo si chodí samo. Každé dítě musí zvládnout po dobu oběda sedět na svém místě a nepobíhat po místnosti, aby nedošlo k úrazu. **Musí umět samo držet lžici a samo se najíst. Dítě se musí umět samo napít z hrnečku, nelze dávat dětem pití z jakýchkoli lahvíček.**

3. Hygiena

Dítě musí samo rozpoznat, kdy potřebuje jít na WC, samo se musí umět svléci a obléci. U malých dětí pomáhají s utíráním zadečku paní učitelky. Dítě by mělo být také navyklé umývat si ruce mýdlem, utírat se do ručníku a požívat kapesník.

4. Pozornost

Ve školce si děti nejen hrají, ale s paní učitelkou se věnují různým činnostem. Proto je nutné, aby vaše ratolest zvládla u činnosti alespoň 5 - 10 minut setrvat.

5. Úklid

Dítě by mělo znát alespoň trochu pojem „uklidit si“ a vrátit věc na místo, kde si ji vzalo. Většina malých dětí to pochopí velmi brzy při sledování ostatních. Paní učitelka při úklidu radí a pomáhá.

6. Odloučení

Nástup do mateřské školy může být někdy komplikovaný. Některé děti nesou odloučení od rodičů těžce a vy samozřejmě s nimi. Stává se, že děti pláčou, ale to je zcela normální. Klidně dítěti přibalte plyšového mazlíčka, ke kterému má citové pouto. Často dětem právě tyto věci pomáhají urychlit adaptaci na nové prostředí. Při loučení je důležité, abyste odchod zbytečně neprodlužovali. Komunikujte s učitelkou – zcela jistě se dozvíte, že když po nervy drásající scéně odejdete, Vaše plačící dítě se po chvíli uklidní a jde si spokojeně hrát nebo se paní učitelce podaří mu najít činnost, při které na své trápení zapomene.

Nikdy netvrďte dítěti cestou do školky, že jdete jen na procházku a **také neodcházejte ze školky tajně bez rozloučení!** Mohlo by se stát, že dítě Vás pak bude chtít hledat a bude utíkat z mateřské školy ven. Také prosím nepoužívejte mateřskou školu ve spojení s negativním popisem typu „Však tam už Tě naučí poslouchat“, a školku dítěti nevyhrožujte.

Používejte stejné rituály – voďte dítě do školky ve stejný čas, a pokud možno jej i ve stejný čas vyzvedávejte. Dětem pomáhá, když mají stanovený denní režim a dodržuje se – cítí se jistě. Potomka za zvládnutý pobyt chvalte a motivujte.

7. Hrubá motorika

Dítě by mělo být schopno zvládat krátké procházky, mělo by umět chodit po schodech se střídáním nohou. Je nevhodné, aby se dítě chodící do mateřské školy vozilo v kočárku.

8. Chování a autorita

Dítě při nástupu do MŠ musí umět přijímat autoritu a mít respekt k dospělému člověku. Je důležité, aby reagovalo na běžné pokyny učitelky. Při příchodu do třídy by mělo učitelku pozdravit a při odchodu se rozloučit.

Základy slušného chování by mělo mít dítě při nástupu do mateřské školy již osvojeno. V MŠ se tyto pravidla upevňují a stávají pro dítě přirozenými. Budete-li trpěliví a zároveň důslední, postupem času určitě veškeré dovednosti a návyky zvládnete na jedničku. Je také velice důležité, aby dítě své paní učitelce důvěřovalo. Nikdy byste jej tedy neměli paní učitelkou zastrášovat a ani ji před dítětem shazovat.

Na závěr:

Chcete-li pomoci svému dítěti se zvládnutím odloučení v mateřské škole od rodiny a s přijetím do kolektivu ostatních dětí, ved'te jej k SAMOSTATNOSTI.