

Deset rad, které usnadní Vám i Vašemu dítěti nástup do MŠ

1. Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je. Můžete si k tomu vzít např. obrázkovou knížku nebo si popovídejte s kamarádem, který už do školky chodí. Vyhněte se negativním popisům jako „tam tě naučí poslouchat“, „tam se s tebou nikdo dohadovat nebude“ apod.
2. Zvykejte dítě na odloučení. Při odchodu dítěti řekněte, že odcházíte, ale ujistěte ho, že se vrátíte. Dítě potřebuje pocit, že se na Vás může spolehnout. Chybou je vyplížit se tajně z domu, strach z odloučení se jen prohlubuje.
3. Ved'te dítě k samostatnosti, zvláště v hygieně, oblékání a jídle. Nebude zažívat špatné pocity spojené s tím, že bude jediný, který si neumí obléknout kalhoty nebo dojít si na záchod.
4. Pokud má chodit dítě do školky rádo, musí k ní mít kladný vztah. Z toho důvodu nikdy školkou 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. Rozloučení by se nemělo příliš protahovat. Ovšem neodcházejte ani narychlo nebo tajně.
6. Dejte s sebou dítěti do školky něco důvěrného (plyšáka, hračku).
7. Plňte své sliby - když řeknete, že přijдете po obědě, měli byste opravdu přijít.
8. Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající odloučení od dítěte Vy. Platí tu, že zbavit se své úzkosti znamená zbavit dítě jeho úzkosti. Pokud máte pocit, že na odloučení od dítěte nejste připraveni, měli byste přehodnotit jeho nástup do mateřské školy. Případně se s partnerem dohodněte, že dítě bude vodit do školky ten, který s tím má menší problém.
9. Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměnu předem. Dítě prožívá stres nejen z toho, že je ve školce bez rodičů a zvyká si na nové prostředí, ale přidá se i strach z toho, že selže a odměnu nedostane. Materiální odměny by se neměly stát pravidlem, dítě by pak hračku vyžadovalo každý den.
10. Promluvte si s učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte. Můžete s ním jít ze začátku do třídy, chodit první týden pouze na dvě - tři hodiny apod.

Co by mělo dítě před nástupem do MŠ zvládat...

- znát své jméno a příjmení
- umět si říci co chce nebo potřebuje
- spolupracovat při oblékání a svlékání
- umět nazouvat a vyzouvat obuv
- vysmrkat se a používat kapesník, držet lžící a umět se najíst
- při jídle sedět u stolu, umět pít z hrnečku nebo skleničky
- používat toaletu (pleny nejsou přípustné)
- umět si umýt ruce mýdlem, utřít se do ručníku
- ujít kratší vzdálenost během pobytu venku