

Jak usnadnit dítěti ADAPTACI v mateřské škole?

Jak dlouho se bude dítě přizpůsobovat novým podmínkám a jak bude toto období probíhat, je u každého dítěte velmi individuální. Proto doporučujeme **následující kroky k postupné adaptaci**:



POSTUPNÉ ZVYKÁNÍ NA ČAS STRÁVENÝ V MATEŘSKÉ ŠKOLE

Dítě by si mělo na pobyt v mateřské školce zvykat pomalu. Pobyt v MŠ lze postupně prodlužovat a to individuálně podle potřeby každého dítěte – učitelky jsou rodičům vždy k dispozici a dokážou poradit, jak u jednotlivých dětí pobyt postupně prodlužovat.

PRAVIDELNOST DOCHÁZKY DO MATEŘSKÉ ŠKOLY

Velmi důležité je pravidlo, že dítě chodí do školky denně. Narušení pravidelného stereotypu bývá pro každé dítě velmi psychicky náročné. Školka jednou týdně nemá smysl. Jestliže dítě naučíte, že do školky chodí od pondělí do pátku a o víkendu je doma, nelze ho jen tak bezdůvodně z tohoto koloběhu vytrhnout. A pokud přece jen chcete dítěti dát „volno“, tak raději spojte den před víkendem či po víkendu, aby ty dny docházky nemělo dítě nepravidelné, jak se říká „přetrhané“.

NAVAZUJTE NA DENNÍ REŽIM V MATEŘSKÉ ŠKOLE

Časné ranní vstávání a pak odlišný režim, než na který byly děti zvyklé z domova způsobuje značnou únavu. Dbejte na pravidelné a včasné večerní ukládání dětí do postýlek. Předejdete tak nepřiměřeným ranním výstupům dítěte, které jde do MŠ s pláčem ne proto, že je tam nerado, ale jen proto, že se cítí unavené!

LOUČENÍ S MAMINKOU

Chodte do školky včas, aby převlékání do třídy proběhlo v klidu, bez emocí a neustálého napomínání typu „Dělej, nezdržuj“. Naposledy dítěti vysvětlíte, kdy a kdo si dítě ten den vyzvedne. Loučení ve třídě již NEPROTAHUJTE! Věřte tomu, že naprostá většina dětí, a to i těch, které vypadají, že se pláčem zalknou, se uklidní hned, jak se za Vámi zavrou dveře. Když to bude vážnější, učitelky Vás o tom budou jistě informovat.

POVÍDEJTE SI S DÍTĚTEM

Ptejte se a vyprávějte si s dítětem, co v MŠ prožilo, s čím si hrálo, jaké má kamarády, co jedlo! Je to důležité pro upevnění vztahu k mateřské škole, ale též k prohloubení vztahu mezi rodičem a dítětem. Dítě má radost, že zvládne samostatný pobyt ve školce, a když vidí ohlas rodiny a slyší chválu, chce dokázat ještě víc a tím více se těší, až Vám to v té školce ukáže! A jak jde s radostí druhý den do školky, tak Vám se zase s úlevou odchází do zaměstnání.

PRAVIDELNĚ DENNĚ SE SEZNAMUJTE S PROGRAMEM V MŠ

Velmi doporučujeme pravidelně sledovat program MŠ, který je vyvěšen v každé třídě, také ho dostanete domů a je Vám k dispozici na www.zskresice.cz. Seznamte děti, co se bude dít, kam půjdeme atd. Je velmi důležité, že můžete svému dítěti říci, na co se může druhý den těšit. Věřte, že je to pro něj obrovská motivace, i dospělý se lépe cítí, když ví, co ho ten den čeká. A proto i tak přistupujme ke svému dítěti a tím spíše v tomto velmi náročném období, kdy je většinou poprvé delší čas bez svých milovaných rodičů.



UPOZORNĚNÍ NA NENADÁLÉ SITUACE

Může se stát, že i po hladkém nástupu do MŠ může přijít plačtivé období. Děti začnou třeba po týdnu nebo měsíci bezdůvodně plakat a odmítat školku, aniž by jim někdo ublížil, či se stalo něco zlomového. Prostě najednou přijde stesk, který však časem odejde zrovna tak nečekaně, jak přišel.

RADA POSLEDNÍ – KDYŽ TO NEVYJDE

Někdy je dítě tak fixované na rodině, že ať děláme, co děláme, je jeho přechod k osamostatnění prostě velký problém. Ale neházejte flintu do žita, chce to prostě vydržet a nevysílat na svého uplakané dítě smutné pohledy, tím vše jen zhoršíte! Jen krátce vysvětlíte – já musím do práce – ty do školky, až bude víkend, vše si vynahradíme a naplánujete společně s ním program, co dítě rádo dělá.