

Jak připravit dítě na vstup do mateřské školy ?

Kdy je vhodné, aby dítě nastoupilo do MŠ ?

Za nejideálnější věk nástupu z vývojového hlediska je považován třetí rok života dítěte, ale je to individuální. O nástupu dítěte do MŠ 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.

Co by mělo dítě před nástupem do MŠ umět ?

Dítěti ulehčíte zvykání na MŠ, pokud ho povedete k samostatnosti a zvládnutí sebeobsluhy. Paní učitelka Vašemu dítěti ochotně pomůže, ale Vaše dítě bude klidnější a sebejistější, pokud bude stejně šikovné jako ostatní kamarádi a bude umět:

- obouvat a zouvat bačkory a boty (tkaničky zaváže učitelka)
- poznat si své oblečení (i tak vše dítěti podepište jako prevenci záměny a ztráty)
- oblékat a svlékat tričko, kalhoty, ponožky (zpočátku nedávejte dítěti příliš složité oblečení, se kterým si nemůže samo poradit – košile s drobnými knoflíky, zástěry se zapínáním na zádech, oblečení se složitými sponami apod. Umožněte dítěti zažívat pocit úspěchu – Já už to také umím sám!)
- zvládat chůzi po schodech
- samo se najíst lžící, pít ze skleničky
- umývat si ruce mýdlem, utírat do ručníku, ovládat kohoutek
- používat kapesník, vysmrkat se
- používat toaletu (naučte dítě říci si, když potřebuje na wc a používat místo nočníku záchod)

Postupně zvykejte dítě také na spánek bez plenek. Ve školce již nepoužíváme dětské plenky. Pokud se i tak Vaše dítě občas během spánku pomočí, dejte mu do školky na lehátko jednorázovou papírovou podložku.

Oblečení a věci do školky připravujte s dítětem společně – dítě si bude snadněji pamatovat a vše své poznávat. Ukazujte mu, kam jeho věci v šatně nebo ve třídě ukládáte. Pokud to zvládne, nechte jej, aby si vše uložilo samo.

Jak by rodič měli motivovat dítě před vstupem do MŠ ?

Povídejte si s dítětem, jaké to v mateřské škole bude, co příjemné bude prožívat společně s dětmi a paní učitelkou, kolik nových kamarádů si najde, co vše se naučí apod. Využijte dne otevřených dveří a akcí mateřské školy pro veřejnost, seznamte dítě s novým prostředím, s učitelkami, s průběhem dne v MŠ. Je potřebné poskytnout dítěti dostatek informací, aby se zbytečně neobávalo neznámého. O školce doma mluvte hezky. „Nestrašte“ své dítě mateřskou školou! Rozhodně 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, vytvářelo si zbytečnou bariéru.

Naopak usnadníte Vašemu dítěti adaptační období, když budete společně radostně očekávat nástup dítěte do školky. Těšte se s ním a nechte si vyprávět, co vše se mu líbí a co vše z toho bude také ve školce. Ujistěte dítě, že do školky bude chodit, aby mělo nové kamarády, s nimi si hrálo spoustu zajímavých her, aby si pohrálo s jinými hračkami než má doma ... Ujistěte dítě, že ve školce není „odloženo“, ale že víte, že mu ve školce bude (až si zvykne) dobře a bude tam rádo.

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 dokáží dítě uklidnit a odvést pozornost na nové podněty. Rodičům doporučujeme zbytečně neprodlužovat ranní loučení a „vydržet“ pláč svého dítěte. 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.

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.

Mohou přetrvávat potíže typu „já dneska nechci“. Většinou je to jen zkouška nervů rodiče, dítě dobře ví, jak rodiče obměkčit. Je důležité zatnout zuby a nepovolit. Jakmile jednou rodič ustoupí, bude to dítě zkoušet další a další dny. Rodiče a děti pak prožívají ranní stresy a dohadování s dítětem, zda přijdete „po obědě“. Stejně problémy se můžou objevovat i po nemoci, kdy bude opět nějaký čas trvat, než se dítě aklimatizuje na školku.

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 a v pátek po obědě) a pak to dodržujte a neměňte. Až si dítě zvykne, případné zdržení rodiče nebo prodloužení času ve školce bere v pohodě.

Jaký „recept“ mají učitelky mateřské školy na zmírnění dětského pláče při ranním loučení ?

Každá pedagogická pracovnice je odborně připravena na svou profesi natolik, že dokáže porozumět dítěti a respektovat jeho individuální potřeby, kterým přizpůsobí průběh adaptace na MŠ. Pomáhá přítomnost kamaráda nebo sourozence ve třídě, hračka z domova, kterou si dítě přináší s sebou apod. Na loučení si dítě zvyká postupně a většinou po odchodu rodičů přestává plakat, protože ho učitelka dokáže zajímavou činností nadchnout a zabavit.

Recept: úsměv učitelky, přivítání se s dítětem, projevení radosti, že dítě opět přišlo do školky, vyprávění o tom, nač se dnes může těšit... a ujištění, že maminka brzy pro něj přijde, jen co si ve školce pohraje...