

# Jak připravit dítě na školku?



Většina rodičů už ví, zda bylo jejich dítě přijato do školky nebo ne. Ačkoliv se září zdá být ještě daleko, je mnoho věcí, které můžete pro své dítě udělat, abyste mu nástup do školky co nejvíce zpříjemnili. V následujícím článku si o nich povíme.

## **Umožněte svému dítěti kontakt s vrstevníky dávno před školkou**

To nejlepší, co můžete pro svého potomka udělat, je postupně ho zvykat na odloučení od rodičů. Naučit ho loučicí rituál a vybudovat v něm jistotu, že odloučení není trvalé a maminka nebo tatínek se vždycky vrátí. Start svému dítěti také usnadníte pravidelným setkáváním s vrstevníky. I když vás má potomek v mateřském centru stále za zády, má zde možnost zažít některé sociální interakce, které ve školce bude zažívat běžně. Nechte své dítě, ať si některé drobné šarvátky vyřeší samo, poté s ním o tom můžete mluvit a vysvětlit mu i jiná řešení. Co nejčastěji mu dopřejte volnou zábavu, kterou nebudete organizovat a umožněte dítěti uspořádat si sociální situace po svém. Jakákoliv příležitost ke kontaktu s vrstevníky se počítá. Pokud znáte některé děti, které budou s tím vašim chodit do školky, snažte se jim zprostředkovat možnost potkávat se na hřištích a různých dětských akcích. Bude-li mít dítě ve školce kamaráda, bude se tam určitě cítit lépe. V některých školkách je možné se domluvit, aby kamarádi mohli být spolu v jedné třídě.

## **Trénování odloučení**

Dokud se svým dítětem docházíte do mateřského centra, pořád ho ale nezvykáte na odloučení. Na první odloučení od maminky je výhodné využít prarodičů, které dítě přeci jenom zná. Pokud to nejde a dítě je na matce fixované, začněte tatínkem. Udělejte si pravidelný čas pro sebe, kdy budete postupně na delší a delší dobu odcházet. Váš odchod by měl být ritualizovaný, čímž dáte dítěti jistotu, že jde opět o tu stejnou situaci na jejímž začátku je sice odloučení, ale na konci je zase šťastný návrat maminky. Takový rituál může obsahovat cokoli vám blízké: pusinku, pohlázení, básničku. Měl by být vždy stejný.

Trénujte situaci odloučení dopředu, pokud to opravdu nejde a dítě hodně vyvádí, začněte pomalými krůčky.

Postupně prodlužujte dobu nepřítomnosti. Začněte několika minutami a vždy proveďte loučicí rituál a řekněte to samé: „maminka se vrátí“. Odejděte na chvíli a vraťte se. Dítě už by mělo mít při nástupu do školky tohle pravidlo zažité (maminka se vždy vrátí), jinak tomu nebude věřit. Postupně prodlužujte dobu odloučení. Nikdy se nesnažte vyplížit, dítě to nepochopí a bude to brát jako zradu. Najednou se rozhlédne po třídě a vyděsí se, kam maminka zmizela.

## **Nechte své děti pohlídat**

Někdy je vhodné využít hodinové hlídání chův, zvláště pokud nemáte možnost se s někým vystřídat. Skvělou příležitostí jak se naučit být bez maminky jsou soukromé miniškolky. Výhodou je menší počet dětí a větší počet učitelek. Vaše dítě zde tudíž může mít zpočátku individuálnější péči a na samostatnost například v oblékání si zvyká postupně.

Některé Domy dětí a mládeže přijímají na kroužky i děti ve věku 2,5 let. Jsou kombinací samostatného kratšího pobytu bez maminky při velmi zajímavé činnosti. Podobně bude probíhat i program ve školce. Děti se v kratších časových úsecích naučí pracovat u stolu a vytvářet něco zajímavého, poslouchat autoritu paní učitelky.

### **Dítěti říkejte o školce jenom pozitivní věci:**

Nestrašte ho a nevyhrožujte mu. Mluvte o tom, co bude ve školce dělat nového a co se naučí. Vyprávějte o školce jako o místě plném hraček, kde si bude celý den hrát s ostatními dětmi. Vyprávějte si spolu a čtěte také různé knížky, které popisují život ve školce. Takovou knížkou je například Chystáme se do školky od Jiřího Šandery, která vyšla v nakladatelství Fragment a seženete ji v Levných knihách. V podstatě by se dítě mělo na školku těšit. Pokud má vaše dítě mladšího sourozence, vysvětlete mu, že ve školce bude mít možnost dělat věci, které by s vámi doma dělat nemohlo, že tam chodí větší děti za odměnu.

## **Když jde dítě poprvé do školky**

**Prázdniny se blíží ke konci a pro některé děti nastane prvního září významná změna – nastoupí totiž do mateřské školy. Život se změní nejen jim, ale samozřejmě i jejich rodičům. Najednou bude o jejich potomka pečovat někdo jiný a oni ho uvidí až odpoledne či navečer. A nejen to. Jak se tedy na vstup do školky připravit, aby vše proběhlo co nejlépe? Jde to vůbec? A co dělat, když dítě pláče? Tak nejen na tyto otázky vám odpovíme v našem dnešním příspěvku. Příjemné čtení.**

### **Příprava na vstup do mateřské školy**

Dítě má za sebou zápis do školky a nyní ho čeká první den. Stejně jako u všech ostatních životních změn, je důležitá příprava. Využijte každé vhodné chvíle k tomu, abyste si se svým potomkem povídali o tom, co ho ve školce čeká. Podstatné je, aby věděl, jak to ve školce vypadá, co se tam celý den dělá. Měl by i vědět, že tam bude jíst a spát, chodit na procházky či si hrát na zahradě. Možná vám to připadá legrační, ale dítě potřebuje vědět každý detail – kam si bude dávat své oblečení, kde tam mají toalety a umyvadlo, kde má svou postýlku na spaní, ... Mluvte s ním a pokud na některou otázku neznáte odpověď, tak mu vysvětlete, že hned první den mu všechno vy či paní učitelka ukážete. Ujistěte ho, že se vůbec nemusí bát, že tam bude mít další děti a samozřejmě paní učitelku, která mu se vším pomůže.

Tip: Říkejte svému dítěti pravdu. Ničemu neprospějete, když ho budete chtít „natěšit“ a školku mu popíšete jen v růžových barvách (můžeš si dělat kdy chceš a co chceš, všechny děti jsou úžasné a budou ti půjčovat všechny hračky, ...). A naopak: nikdy ho nestrašte větami typu: „Počkej až půjdeš do školky, tam ti paní učitelka ukáže.“

### **První den ve školce**



Je fajn, když z prvního dne ve školce uděláte den slavnostní. Máte-li tu možnost, doprovodte dítě oba, udělejte fotografie, nikam nespěchejte. Vyhněte se tak zbytečnému stresu a nervozitě. Ve školce mu pak vše ukažte, doprovodte ho do třídy a v klidu předejte paní učitelce. V některých školkách mohou rodiče první den ještě chvíli zůstat se svým potomkem, jinde to mají zařízeno třeba jinak. Jestliže je to jen trochu možné, vyzvedněte ho třeba hned po obědě či po spaní a udělejte si pěkné odpoledne. Pro dítě, ale i pro vás je to nesmírně důležité. Uvědomte si, že váš syn či dcera právě učinili významný krok ve svém životě a zvládli ho. A to stojí za oslavu. Zároveň jim tak dáváte najevo, že přestože začali chodit do školky a trávíte spolu méně času, přesto jsou pro vás důležití a vždy si na ně najdete aspoň chvíli.

Samozřejmě ne vždy je možné to takto ideálně zařídit. Záleží na možnostech rodičů a dalších okolnostech. Přesto stojí zato ráno nespěchat a odpoledne či navečer jít s dítětem třeba na zmrzlinu a vyslechnout si, co ve školce zažilo.

Tip: s dítětem se v klidu rozlučte, řekněte mu, kdy pro něj přijdete a popřejte mu hezký den. Snažte se neplakat, tím byste mu to moc neusnadnili. Pokud naopak pláče váš potomek, pokuste se ho uklidnit, předejte ho paní učitelce a rozhodně loučení zbytečně neprotahujte (nebudete tomu možná věřit, ale někdy stačí, když se zavřou dveře třídy, dítě se najednou uklidní a jde si hrát s ostatními).

## První týdny ve školce

Je jisté, že zpočátku je nutné, aby si dítě na školku zvyklo. Odpoledne či navečer bude možná unavené a protivné, bude se k vám chovat jinak než dosud. Navíc si určitě vyslechnete věty typu: „Ale paní učitelka říkala něco jiného,“ „My to ve školce děláme jinak,“ „Ve školce je jídlo mnohem lepší“ a podobně. Asi vám to bude líto, ale neberte si to nijak osobně. Buďte rádi, že dítě přijímá školku se vším všudy (vždyť v ní tráví velkou část dne), že paní učitelka je pro něj důležitá a „bere“ jí.

A zřejmě také časem nastane období, kdy do školky naopak nebude chtít chodit. Bude možná plakat, dělat scény... Snažte se zjistit, zda ve školce nedošlo k nějaké změně, zda se dítě třeba jen nepohádalo s kamarádem, není-li třeba nuceno jíst jídla, která nemá rádo a podobně. Někdy jsou to maličkosti, které se dají v pohodě vyřešit. Zeptejte se nejen svého dítěte, ale také paní učitelky. Rozhodně to nenechávejte být bez povšimnutí.

## Závěr

Rodiče znají své dítě ze všech nejlépe, a proto je jen na nich, aby zvážili, jak nejlépe ho připravit na tuto velkou životní změnu. Pro některé malé „školáčky“ to bude snazší, pro jiné složitější. Ale dá se to zvládnout. Možná to bude vyžadovat jen více času a trpělivosti. Nakonec i pro mnohé dospělé není úplně lehké zvyknout si na nové prostředí a změny.

A pokud by vás zajímalo, co by dítě mělo před nástupem do mateřské školy umět, přečtěte si příspěvek [Co by mělo dítě umět před nástupem do školky](#).

**Přejeme vám a hlavně vašim dětem úspěšný start do nového školního roku. Redakce JáRodič.cz**