



## **Jak zvládnout první dny dítěte ve školce aneb Desatero pro rodiče nováčků**

### **1. Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je**

Můžete si k tomu využít obrázkovou knížku nebo si popovídejte s kamarádem Vašeho dítěte, které do školky už chodí. V neposlední řadě je Vám plně k dispozici naše zařízení, kde můžete se svým potomkem strávit první hodiny tak, aby získalo pocit bezpečí. Seznámíte se s personálem, pomůžete dítěti navázat s ním kontakt.

### **2. Zvykejte dítě na odloučení**

Jednou z mnoha variant, jak připravit dítě na odloučení od rodičů je využít služeb dětských koutků nebo mateřských center. V ideálním případě pomalu naučit ratolest trávit čas s prarodiči nebo s některými vašimi rodinnými známými.

### **3. Ved'te dítě k samostatnosti**

Již od časného věku, kdy s dítětem trávíte 24 hodin denně mu dejte prostor obzvláště v hygieně, oblékání a jídle.

### **4. Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám**

Nástup do školky je veliký zlom v jeho životě (a samozřejmě i ve Vašem!). Ujistěte ho, že mu věříte a že to určitě zvládne. Zvýšíte tak sebedůvěru dítěte. Pokud má dítě chodit do školky rádo, musí k ní mít kladný vztah. Z toho důvodu nikdy školkou dítěti 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. Avšak neodcházejte narychlo nebo tajně, už vůbec ne ve vzteku po hádce s dítětem.

### **6. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného**

Nikdo nebude bránit dítěti vzít si s sebou do školky oblíbenou hračku z domova, plyšáčka, se kterým je zvyklé spát, ba dokonce ani dětskou lahev k usínání.



Sídlo: Milavče 152, 345 46  
Provozovna: Draženov 70, 345 20  
IČO: 020 48 086  
Č.ú. 107-5542650297/0100  
Kontakt: 720 575 011

### **7. Plňte své sliby**

Když dítěti slíbíte, že přijdete v určitou dobu (např. po obědě), měli byste po tak skutečně přijít.

### **8. Vyjasněte si prožitek dané situace Vy! – To, jak vše prožíváte, je stejně důležité jako prožitek Vašeho dítěte.**

Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy. Děti dokážou velmi citlivě rozpoznat obavy rodičů. Zbavit se své úzkosti znamená zbavit úzkosti dítěte. Pokud máte strach z odloučení a nejste skutečně přesvědčení o tom, že dítě do školky dát chcete, pak byste měli přehodnotit situaci a nástup do školky oddálit. Případně se dohodněte, že dítě do školky bude vodit ten, který s tím má menší problém.

### **9. Za pobyt ve školce neslibujte odměny předem**

Dítě prožívá stres nejen z toho, že je ve školce bez rodičů a zvyká si na nové prostředí. Přidá se oběs ze selhání a tedy neobdržení odměny. Samozřejmě – pokud den ve školce proběhne v pohodě – chvalte dítě a jděte to oslavit třeba do cukrárny nebo mu dejte nějakou drobnost – jak zareaguje na čtyřlístek nebo krásný kamínek? Nemusí to být žádná koupená věc. Materiální odměny by se neměly stát pravidlem, dítě by pak hračku vyžadovalo každý den.

### **10. Promluvte si s učitelkou**

Personál je ochoten otevřeně s Vámi mluvit o pocitech, které zažíváte Vy i Vaše dítě. Promluvte si o možnostech postupné adaptace dítěte – zpočátku můžete strávit ve školce několik hodin společně, poznáte tak nejen samotný program, ale může to napomoci sblížení se dítěte s pedagogem. Popř. dítě může jít do školky v prvních týdnech jen na dvě hodiny apod.

## **Co dát dítěti s sebou do školky:**

- pyžámko
- náhradní spodní prádlo, ponožky, tepláky, triko
- bačkůrky (s bílou podrážkou)
- sáček na bačkůrky
- zástěrku
- pláštěnku
- oblíbený hrneček (není nutné, máme je k dispozici, jen pokud by dítě vyžadovalo domácí)
- oblíbenou hračku (pokud je s ní dítě zvyklé usínat)