

**Následující text je především pro rodiče dětí, kteří prvně nastupují do MŠ, ale i jako připomenutí pro ty, kteří nás již znají:**

**ADAPTACE DĚTÍ** Každé dítě, které nastoupí do mateřské školy, vyžaduje zvláštní pozornost, zvláště pokud nikdy nebylo bez rodičů. Proto se snažíme reagovat citlivě a hledat každému vlastní cestičku, akceptovat jeho vlastní čas a Vás rodiče tímto prosíme o velkou trpělivost, s kterou nezbyvá než toto období překlenout☺

Co tedy doporučujeme:

- Vyzkoušet si dobu ranního loučení, někdy se vyplatí být stručnější, ale rozhodně si tento RITUÁL užít a nevynechávat, je to symbol přechodu. Informujte dítě, **kdo a kdy** pro něj přijde. Mluvte klidně a srozumitelně, tak podpoříte důvěru svého dítěte. Svůj slib dodržte, dítě musí mít jistotu, že se na Vás může spolehnout!
- Neopouštějte své dítě ve spěchu, nezapomeňte na pusy a zamávat! Nikdy neopouštějte dítě tajně...!
- Vždy mu připomeňte, že jste rádi, že už je velké a chodí do školky a něčemu novému se naučí zatím, co vy jste v práci.
- Počítejte s tím, že se objeví nějaká ta slzička. Není třeba propadat panice, není to známka neštěstí, ale reakce nezralé nervové soustavy, která se vyrovnává s novou situací.
- Dítě, **kteří je v MŠ prvně** by alespoň první dny měl rodič doprovázet přímo do třídy a dle potřeby dítěte s námi nějakou dobu strávit (adaptační pobyt). Děti brzy vycítí, že jim nehrozí žádné nebezpečí, že jsou v podnětném prostředí, akceptované.
- Pozvolné osamostatňování je na místě, pro dítě je vstup do MŠ velkou změnou, do té doby žilo v rodině, přestává být středobodem, je součástí širšího světa, nyní musí navíc pochopit, že rodič musí chodit do práce a ono stráví nějaký čas bez něj.

**- Prosíme, respektujte individuální doporučení paní učitelky**

... a co ještě?

- Mluvte s dítětem o tom, co ve školce dělá, jaké to tam je, pokud máte nějaké kamarády, kteří již do školky chodí, povídejte si společně, může vám pomoci i obrázková knížka... Vyhýbejte se negativním popisům jako „no počkej, ve školce tě naučí poslouchat...!“ Nikdy školkou nevyhrožujte „když budeš, zlobit nechám tě ve školce spát!“ Do školky se dítě má těšit na nové kamarády, hračky a hraní!
- Je prima, když je dítě zvyklé na podobný průběh dne, jako je ve školce. Například svačit dopoledne i odpoledne, obědvat polévku a hlavní jídlo, chodit na procházky. Se stravováním a jídelníčkem Vás budeme seznamovat průběžně. Jedním z pilířů vzdělávání v naší MŠ je i **zdravý životní styl**. Dětem budeme nabízet více zeleniny a ovoce, luštěnin a obilovin, méně cukrů, a masa, odměnou nebudou sladkosti. Pokud nějaké jídlo nebudete z jídelníčku znát nebo bude pro vaši rodinu méně obvyklé prosím, nekomentuje jej slovy: „a jéje **hrachovka** no to určitě nebudeš jíst... „apod. Pokud řešíte problém s jídlem se svým dítětem již nyní, dá se předpokládat, že se objeví i ve školce, prosím informujte své učitelky během prvních dní, abychom sladili vzájemně „stravovací zvyklosti“. Základní princip je, že dítě do jídla nenutíme, ale hledáme pro něj vhodnou motivaci, aby ochutnalo.
- Vedte dítě k samostatnosti při sebeobsluze, oblékání, jídle. Na oblečení dejte dítěti věci, které **má rádo, zná je a obléká se jednoduše**.
- Ve školce máme dostatek hraček, proto není nutné nosit hračky z domu. Výjimkou může být plyšová hračka, na kterou je dítě citově vázáno při usínání a při vzpomínce na rodiče.
- Za pobyt ve školce neslibujte dětem odměny předem, dítě má strach z odloučení a navíc i z toho, že selže a odměnu nedostane... Pokud vše proběhne tak jak má, hodně děti chvalte a prožívejte společně s radostí, hodně si povídejte a klidně to jděte oslavit do cukrárny☺, nemělo by se však stát pravidlem materiální automatické odměňování.
- Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte danou situaci vy. Děti jsou citlivé. Pokud se zbavíte úzkosti vy, zbavíte úzkosti i své dítě. Můžete se domluvit, že dítě bude vodit do školky ten, který má s odloučením menší problém.
- **Pokud je to jen trošku možné vyzvedávejte děti po „O“ (obědě) do 13,00 hodin či brzy odpoledne po spaní a svačince cca 15,00-15,15. hodin Celodenní pobyt ve školce zejména pro mladší děti je velmi náročný.**

*Těšíme se nejen na Vaše děti, ale i na spolupráci s Vámi.*

*Jsem ráda, že jste materiál dočetli až dokonce! ☺*

*Za tým MŠ Vestec ředitelka Mgr. Daniela Pořízková a paní učitelky.*