

## Praktické tipy, jak dítěti ulehčit první cestu do mateřské školy.

**Přesednutí ze stanice „Batole“ do stanice „Předškolák“ není vždycky procházka růžovou zahradou. Chcete-li si start mezi předškoláky usnadnit, opřete se o pár následujících rad.**

1. Najděte si kamarády! Zajděte na dětské hřiště, do parku, do pohybového kroužku nebo na pohádky pro nejmenší. Potkáte tu rodiče s dětmi podobného věku, navážete nové kontakty, spřátelíte se, domluvíte společné aktivity. Až se později sejdete ve stejné školce, známé tváře a konkrétní jména, pomůžou dítěti lépe zapadnout.
2. Račte vstoupit! Podrobné informace o mateřské škole, vzdělávacím programu a stravě získáte na webových stránkách školy, na akcích školy a při Zápisu do MŠ. Otázky směřujte jak na paní ředitelku, na vedoucí učitelku MŠ, tak na učitelky mateřské školy. Získáte hodnotné zprávy o spolupráci mezi mateřskou školou a rodinou, o cílech týmu a jejich vztahu k malým dětem.
3. Připravte se dobře a s předstihem několika měsíců! Představu o pojmu „školka“ dítěti vykreslete co nejpřesněji. Řekněte mu, co tam zažije, jaké změny na vás čekají, vysvětlíte rozdíl mezi víkendem a dalšími dny. Kupte si či vyrobte knížku „Můj 1. den ve školce“, doplňte ji výstřižky z časopisů + fotkami dítěte. Povídání nad situačními obrázky podpořte reálnými jmény učitelk a kamarádů z mateřské školy.
4. Školka volá! Dřív, než do mateřské školy začne chodit Vaše dítě, projděte malým zatěžkávacím testem. Otestujte si „školkový“ režim a samostatnost dítěte nanečisto. Pár hodin bez maminky, společnost kamarádů, zajímavé hračky, společné hry, to vše je bonus pro vás oba. Nová zkušenost ve vašem dítěti možná probudí zájem o příští společné zážitky s malými kamarády.
4. Důvěřujte! S rozhodnutím dát svého šikulu do mateřské školy musíte rezonovat především VY, rodiče. Jakékoliv pochybnosti, nejistotu a úzkost dítě snadno odhalí a využije ve svůj prospěch. Věřte v správnost svého rozhodnutí. Důvěřujte sobě, dítěti, ale také paní učitelkám.
5. Darujte si prostor. Jste svému „dvouletákoví“ či „tříletákoví“ k dispozici 24 hodin denně – 365 dní v roce? Rychle to změňte! Udělejte si čas pro sebe, uvolněte si ruce a malému dovoďte „ochutnat“ okamžiky, v kterých se opře o vlastní samostatnost a zodpovědnost. Naplánujte si večeri, procházku, s partnerem – odfrkněte si od rodičovských povinností. Dítěti prospěje sem tam přespání u prarodičů či hrací dopoledne pod taktovkou jiné autority, s dětmi z rodiny, ze sousedství.
7. Nestrašte mateřskou školou. „Počkej, ve školce tě srovnají, uvidíš...!“ Výhrůžky jsou k ničemu. Můžou v dítěti zbytečně vyvolat strach nebo vypěstovat bezdůvodnou averzi k něčemu, co ještě nezná. Komplikace pak na sebe nedají dlouho čekat, spustí se už při adaptačním režimu. Nevyhrožujte - motivujte a buďte důslední!
8. Odstraňte překážky! Plíny, dudlík, ani nočník do mateřské školy nepatří. Zbavte se jich, co nejdříve to půjde. Ušetříte si spoustu dramatických scének a nepříjemných chviliek.
9. Zapracujte na rozvoji jemné motoriky, sebeobsluhy (oblékání, svlékání, stolování), na hygienických návycích. Na „školkový“ režim - vstávání, dřívější večerní ukládání – „najeďte“ alespoň o měsíc dřív, než začne „ostrý provoz“.
10. Pokud si nejste jisti se zralostí nebo připraveností dítěte, poraďte se s odborníkem.

**Hodně štěstí!**