



JAK POMOCI SVÉMU DÍTĚTI PŘED NÁSTUPEM DO MŠ

Adaptační proces nezačíná 1.zářím, ale mnohem dříve.

Využijte možností a připravte se dopředu aneb

“kdo je připraven, není překvapen”

Učte dítě samostatnosti při
oblékání, svlékání, jídle a
používání toalety

Navštěvujte s dítětem
kroužky, dětské herny a
centra nebo ho nechte hlídat
příbuznými či přáteli, aby si
zvyklo na jiný kolektiv

Zvykejte dítě na ranní
vstávání a pravidelný večerní
spánek, aby snáze zvládlo
nový denní režim.

Vytvořte si loučicí rituál,
který budete denně
dodržovat (malování srdíček,
zpěv písničky apod.)

Dejte dítěti s sebou
oblíbenou plyšovou hračku
jako jistý bod v novém
nejistém prostředí

Na adaptační proces si dejte
dostatek času a neuspěchejte
ho (některé děti se adaptují
až 3 měsíce)

Povídejte si o školce, ale
reálně - nestrašte, ale ani
neslibujte nemožné

Seznamte dítě s prostředím
MŠ a učitelkami předem
(domluvte schůzku, návštěvu
zahrady MŠ apod.)



Rozvíjejte slovní zásobu a komunikační dovednosti - povídejte si, čtěte knihy, podporujte dítě v poznávání okolního světa

Dbejte na dostatek přirozeného pohybu, který rozvíjí nejen motoriku, ale i myšlení

Umožněte dítěti pozitivní zkušenost s krátkým odloučením od Vás - ujistěte ho, že se vždy vrátíte

Učte dítě nebát se vyjádřit své potřeby - požádat o pomoc, jít na toaletu, podat hračku atd.

Těšte se společně na školku - společný nákup oblečení, oslava, stříhání metru, kroužkování v kalendáři atd

K povídání o MŠ využijte nejen popis, ale i knihy, edukační pořady a obrázky

Chod'te spolu na procházky a naučte ho držet se za ruku, když je potřeba a zvládat chůzi bez nošení

Ved'te dítě k úklidu svých hraček a udržení krátké pozornosti

Trénujte s dítětem foukání nosem a správnou techniku smrkání

Někdy to chce jen trochu trpělivosti a času - co funguje s jedním dítětem, nemusí fungovat u druhého

