

Informačný list pre rodičov budúcich "škôlkarov"

Dovoľujeme si dať Vám do pozornosti tento informačný list. Jeho úlohou je pomôcť predovšetkým nášmu novému „škôlkarovi“, Vášmu dieťaťu, aby sme mu aj touto cestou pomohli preklenúť toto nové, náročné obdobie.

V prvom rade si položte otázku: „Je moje dieťa pripravené a schopné ísť do materskej školy?“ Hľadajme spoločne odpovede na tieto otázky:

- **Komunikuje moje dieťa?**
- **Rozpráva zrozumiteľne?**
- **Má primeranú slovnú zásobu?**

Dieťa nemusí mať v tomto veku bohatú slovnú zásobu, reč sa rozvíja postupne, deti majú dokonca tendenciu rozprávať len naozaj to, čo potrebujú, hoci v hlavičkách toho majú oveľa viac. Rečou dieťa vyjadruje svoje biologické potreby, ktoré sú v tomto veku najdôležitejšie: „Treba mi cikať“. „Som hladný“. „Som smädný.“

Keď dieťa nekomunikuje alebo komunikuje len s Vami, adaptačný proces bude náročnejší. Nič vážne sa však nedeje, len musíme byť trpezliví. Aj my, aj Vy.

Ďalšie otázky pre Vás:

- **Vie si moje dieťa samostatne obuť papuče?**
- **Obliecť ponožky či nohavice?**
- **Vie sa samostatne najesť?**

Ak vie, je to výborné. Ak nevie, nič sa nedeje. Musíme ho to naučiť. Aj my, aj Vy. Predstavte si sami seba ako ste doma so svojim dieťaťom. Idete von. Idete sa obliekať. Zoberiete jednu mikinu, jedny topánky, prípadne vetrovku, čiapku a hotovo. Predstavte si pani učiteľku v materskej škole. Zoberie 20 vetroviiek, čiapok, topánok... Preto je potrebné viesť deti k samostatnosti. Tu potrebujeme spolupracovať a ťahať spoločne za jeden koniec. Musíme byť trpezliví a vydržať, aj keď Váš miláčik bude pri obliekaní protestovať, kričať a hádzať sa o zem. KLUD! Vydržať! Sme dospelí či nie?! To isté je s jedením. Nechceme aby dieťa bolo hladné. Ak nevie držať lyžicu, či celý príbor, budeme ho to učiť. Ak však nevie prežúvať a prehĺtať tuhú stravu, lebo jedáva jedlo mixované, bude hladné. Zase je samozrejme jednoduchšie nakrmiť jedno dieťa ako 20 detí. Nechávajte deti doma jesť a piť z pohára samostatne. Dajte im na to dostatok času a nehnevajte sa, ak urobia neporiadok.

Otázky:

- **Ako obliekam svoje dieťa do MŠ?**
- **Aké papuče som mu kúpil/a?**
- **Čo mu dám na obutie?**

Vhodné obutie a oblečenie Vášho dieťaťa je veľmi dôležité, pre neho aj pre nás. Dieťa potrebuje v prvom rade voľné a nenáročné oblečenie a to tepláčky, legíny, tielko, tričko či už s dlhým alebo s krátkym rukávom. Oblečenie plné gombíkov, zipsov a patentov môže byť síce pekné ale absolútne nepraktické. Všetky deti sú krásne a nemusia mať ani to najmodernejšie oblečenie. Vaše deti sa budú oveľa lepšie cítiť v oblečení, ktoré si postupne zvládnu obliekať aj samé. Chceme predsa aby sa z nich stali samostatní a sebavedomí jedinci, ktorí sa nemusia trápiť s jedným nezvládnuteľným gombíkom a čakať, kým sa pani učiteľke uvoľnia ruky a príde ho poobliekať. Obuť si papučky, sandálíky alebo ortopedickú obuv už zvládnu určite aj tí najmenší a so šnúrkami si poradíme.

Je dôležité, aby bolo dieťa vhodne obuté a oblečené do každého počasia, pretože vonku chodíme každý deň.

A najdôležitejšie nakoniec.

Otázky:

- **Rozprávam sa s dieťaťom o materskej škole?**
- **Vysvetlil/a som mu, prečo ide do materskej školy?**
- **Zvládnem ja sám (sama) odchod dieťaťa do kolektívu?**

Na to aby Vaše dieťa zvládlo odlúčenie od rodičov, od rodiny, musí byť v prvom rade psychicky a fyzicky zrelé. Odborníci presne stanovili toto obdobie na vek 3 rokov. Prikláňame sa k tomuto názoru a z praxe vieme, že čím sú deti mladšie, tým ťažšie prekonú toto prelomové obdobie. Buďme empatickí a vžime sa do detskej dušičky. Od narodenia sú deti pri mamke a ockovi, pri blízkych členoch rodiny, ktorí sú tu len a len pre nich. Deti sú vtedy šťastné a spokojné. Majú všetok Váš čas a pozornosť. Prídu do kolektívu kde je 20 takých detí ako sú ony. Všetky potrebujú citlivý, milý prístup, pozornosť, pomoc, pohladenie, popestovanie. V materskej škole majú však všetky tieto deti, Vaše deti, iba jednu pani učiteľku. Je veľmi ťažké zvládnuť toto všetko aj pre nich, aj pre nás, aj pre Vás. Zvládneme to, nebojte sa! Postupne, trpezlivo, bez negatívnych emócií.

V prvom rade je dôležité aby ste dieťa nestrašili rozprávaním typu: “Veď počkaj v škôlke budeš musieť, toto, tamto....!” Nie je vhodné sa tomu nadmieru venovať a stále sa dieťaťu vypytovať, či sa do škôlky teší a podobne. Odchod do škôlky musíte dieťaťu vysvetliť ako normálny prirodzený jav, ktorý je pokračovaním a postupom v jeho ďalšom živote a nie je to žiadna tragédia. Skrátka: „Vieš, ja teraz budem chodiť do práce, medzi ujom a tety, ty budeš chodiť do škôlky medzi detičky.“ Viac sa k tomu vracat' netreba.

Ďalšia vec, ktorú treba zvládnuť bez emócií je rozlúčka v šatni MŠ.

Doporučujeme dať si poslednú pusku a objatie pred dverami do triedy, zakývať, šup do triedy.....a odchod preč.

Okamžite, keď začnete dieťa znovu objímať a bozkávať pred vstupom do triedy, stane sa jediná vec. Zhoršíte jeho vstup do triedy na 100%. Vy si vlastne viažete dieťa k sebe. Viete si predstaviť ako sa musí Vaša ratolesť cítiť, keď ide od mamkiných bozkov alebo ocinkovho náručia do triedy plnej detí, kde je pre všetkých len jedna učiteľka?/na začiatku ešte len

cudzia osoba?/ Ďalšia chyba, ktorej sa často dopúšťame je ranné debatovanie medzi dverami. Čím dlhšie ste ráno s dieťaťom v kontakte, tým viac času má premýšľať nad tým, čo urobiť aby zvrátilo odlúčenie. Zvyčajne sa pustí do plaču alebo ujde z triedy. Ak potrebujete učiteľke niečo povedať, zaklopte na dvere ešte pred tým ako je dieťa prezlečené a prezuté a informujte ju o veciach, ktoré považujete za dôležité (napr. o zhoršenom zdravotnom stave, či domácom úraze) a dieťa dajte do triedy. My to už zvládneme! A bude to určite každý deň lepšie a lepšie.

Toto všetko čo sme Vám milí rodičia napísali, je len zlomok toho, čo nás čaká. Veríme, že tieto praktické rady pomôžu hlavne Vášmu dieťaťu ale aj nám všetkým.

Vopred Vám ďakujeme za spoluprácu!