Školský rok 2024/2025 začína 2.9.2024 a my sa tešíme na všetky deti, ktoré k nám v tento deň nastúpia. Prajeme vám všetkým, teda aj rodičom úspešný prvý nástup, aby sme odštartovali tak ten nasledujúci rok plný zábavy a získavania rôznych vedomostí a zručností .

Čo robiť pred nástupom do škôlky

Práve rodičia môžu cielenou prípravou veľmi uľahčiť nástup detičiek do materskej školy. Nájdite si preto čas a pokúste sa vyskúšať naše odporúčania v praxi, aby ste eliminovali úzkosť dieťaťa z neistoty, čo ho v škôlke čaká.

Rady pre rodičov:

1. Čo najviac sa s dieťaťom pred začiatkom škôlky rozprávajte o tom, prečo je škôlka pre detičky dôležitá a dobrá, že sa tu naučia množstvo nových vecí, spoznajú nových kamarátov a môžu sa hrať s cudzími hračkami. Pozitívne ho motivujte.
2. Skúste aplikovať dostatočne vopred aj režim, ktorý bude škôlka vyžadovať. Týka sa to predovšetkým vstávania a stravovania.
3. Ak to režim škôlky umožňuje, navštívte ju počas leta niekoľko krát (i bezprostredne pred prvým septembrom), aby dieťa vstupovalo do relatívne známeho prostredia. Čiastočne tým eliminujete neistotu.( tento rok neaktuálne, mali sme zatvorenú materskú školu)
4. Hovorte detailne o režime, ktorý škôlka vyžaduje. Dieťa to potrebuje vedieť.
5. Ak vám to situácia umožňuje, pokúste sa zoznámiť a spriateliť s deťmi, ktoré nastúpia do vašej triedy ešte pred začiatkom roka. Prípadne sa skúste dohodnúť so starým kamarátom dieťaťa a nastúpiť do rovnakej škôlky.

Prvé dni v škôlke sú stresujúce

Po nástupe do materskej školy majú učiteľky doslova plné ruky práce. Tri plačúce deti na rukách obetavých učiteliek nie sú žiadna výnimka. V tomto období každé dieťa prechádza 3 základnými vývojovými fázami, pričom každá z nich trvá približne týždeň.

V orientačnej fáze sa dieťa stáva pozorovateľom nového prostredia, ľudí, pravidiel a aktivít, ktorých súčasťou sa stáva. Býva málo výrečné a kontaktné voči svojmu okoliu a snaží sa spracovať všetky podnety zo svojho okolia. V tomto období sa väčšinou nechce ani hrať a nechutí mu jesť, nakoľko je vo veľkom strese.

Rady pre rodičov:

1. Ranné lúčenie s množstvom kriku a plaču je pre všetkých veľmi náročné. Toto obdobie proste musíte vydržať a dôverovať skúseným učiteľkám.
2. Kto prežil nástup svojich detí do škôlky, vie že každé to prežívalo úplne inak. Nestanovujte si preto žiadny limit a neporovnávajte vaše dieťa s inými. Pamätajte, že každé dieťa je jedinečné a má iné povahové črty a preddispozície. Niektoré deti fyzické prejavy úzkosti či  teatrálne záchvaty vôbec nemajú. U iných sa objavia na pár dní a u ďalších môžu pretrvávať týždne. Nakoniec si však zvykne a vy budete mať radosť, že ste ho podporovali najlepšie ako ste vedeli.

**Niekoľko rád, ako zvládnuť nástup do MŠ s úsmevom:**

Už pred nástupom do materskej školy by sa malo dieťa vedieť zaobísť na krátku dobu bez mamy. Príležitostné odlúčenie umožní dieťaťu získať istotu, že mu mama neutečie, a že sa vráti. Tieto prvé skúsenosti sa pozitívne prejavia len vtedy, keď sa rodičia vrátia v dohodnutú dobu. Je dobré, keď pred vstupom do materskej školy má dieťa možnosť tráviť čas (hrať sa) s vrstovníkmi.

Nestrašte dieťa nástupom do materskej školy a ani nedovoľte nikomu z okolia, aby ho podobným spôsobom zastrašoval ( veď tam ti ukážu, tam budeš musieť poslúchať...). Dieťaťu tým už dopredu podsúvate strach a obavy.

Skúste cestou do materskej školy zaujať dieťa rozprávkou alebo mu porozprávajte, čo budete robiť vy, kým sa bude hrať, čo vás čaká, kým poň prídete.

Vždy je lepšie, ak o zvláštnostiach dieťaťa už vopred poinformujete učiteľku, ako keby vás mala ona upozorniť na veci, ktoré sú vám známe, len ste ich nepovedali (napr. alergie, zlozvyky, obhrýzanie nechtov a pod.).

Komunikujte s učiteľkou s úsmevom, ak máte výhrady, nikdy to neriešte v prítomnosti dieťaťa.

Nepúšťajte sa do veľkých rozhovorov s učiteľkou hneď ráno, ak vás zaujíma, ako sa darí vášmu dieťaťu, informujte sa radšej popoludní, pred odchodom z MŠ.

Oľga Betková