

# CO DÍTĚTI USNADNÍ POBYT V MŠ

Milí rodiče,

blíží se doba, kdy Vaše dítě opustí známé a bezpečné prostředí domova, náruč rodičů a prarodičů (byť jen na část dne) a vydá se na cestu do mateřské školy. Bude to pro něho první zkušenost s pobýváním ve společnosti svých vrstevníků, kde bude vystupovat samo za sebe, a hlavně samo za sebe vše řešit. Bude to zároveň první zkušenost být bez mámy a táty. Přejde do nového prostředí, bude obklopeno neznámými lidmi, a to pro něj nemusí být právě snadné. Jak mu můžete pomoci zvládnout počáteční obavy a nervozitu? Jak zařídit, aby se cítilo bezpečně, prožívalo úspěch a radovalo se?

Věřte, že k tomu stačí naprosto „obyčejné“ dovednosti a není k nim třeba žádných pohádkových kouzel. Důležitá je Vaše laskavost, trpělivost a důslednost. Zkuste si se svým dítětem pravidelně hrát na „Umím to!“ alespoň u osmi základních dovedností, kterými jsou:

1. Umím se odloučit.
2. Umím pozdravit a představit se.
3. Umím se obléknout.
4. Umím se obout.
5. Umím se vysmrkat.
6. Umím se najíst.
7. Umím se napít.
8. Umím zvládnout toaletu.

Uděláte tak společně obrovský kus práce k prohloubení sebevědomí Vašeho dítěte a pomůžete mu ke snadnějšímu vstupu do předškolního vzdělávání. A to určitě stojí za to!

## A teď konkrétně:

### **1. Umím se odloučit.**

Pocit bezpečí je pro dítě v MŠ velmi důležitý. Potřebuje ubezpečení, že se vždy vrátíte přesně tehdy, kdy jste mu slíbili. Vždy říkejte pravdu o tom, jak dlouho bude v MŠ pobývat.

- **Jistotu dítěti dají pouze takové sliby, které můžete splnit a splníte je.**

Rozloučení bude dítě zvládat snáze pomocí tzv. společného rodinného rituálu. Společný je proto, že si ho s dítětem společně doma vymyslíte a společně ho budete při loučení dělat. Jde v něm především o ujištění dítěte, že je vše v pořádku, že je v bezpečí a že na sebe budete vzájemně myslet v době, kdy nebudete spolu. Rituály by však měly být v souladu s pravidly mateřské školy.

- **Společný rituál by měl být časově nenáročný a pravidelný.**

V mateřské škole je stanovený režim dne, který zajišťuje dětem pocit jistoty a bezpečí. I Vy přispějte k zajištění žádoucích podmínek tím, že budete dítě do školky přivádět včas.

- **Příchod do mateřské školy včas přispěje k pohodě dítěte.**

Učitelka je pro dítě i pro Vás symbolem bezpečí v době odloučení. Aby dítě mohlo získat pocit bezpečí v MŠ a důvěru k učitelce, je nutné vzájemné odloučení zvládnout samostatně bez jejího zásahu.

- **Rozloučení je plně ve vaší kompetenci.**

Důvěru v MŠ a lidi, kteří zde pracují, podpoříte tím, že o nich budete mluvit kladně a případné nejasnosti budete řešit bez přítomnosti dítěte. Platí to i o tzv. „strašení a vyhrožování“ školkou.

- **Dítě by v žádném případě nemělo o školce slyšet nic negativního.**

## **2. Umím pozdravit a představit se.**

Počáteční ostych v novém prostředí má dítě ještě znásoben odloučením od svých nejbližších. Pozdrav by měl být však automatickým návykem, který si dítě přináší ze svého domova. Jak toho docílit? Opět velmi jednoduše. Dítě se učí nápodobou a Vy jste pro ně velkým vzorem. Pokud je pro Vás přirozené pozdravit vždy např. při vstupu do obchodu, na úřad, při komunikaci s druhou osobou, věřte, že Vás dítě bude následovat (samozřejmě v rámci jeho aktuálních jazykových schopností).

- **Pozdrav by měl být automatickou součástí vystupování dítěte.**

Vhodné je také zaměřit se na rozlišování pozdravů. Dítě by mělo rozeznat, které jsou vhodné např. pro členy rodiny a které pro zaměstnance školy.

- **Pozdravem dítě projevuje úctu k ostatním.**

Dítě by mělo v rámci svých aktuálních jazykových možností zvládnout odpovědět na otázku, jak se jmenuje, nejlépe celou větou. V komunikaci s dětmi i dospělými je pro něho oslovení jeho jménem velmi důležité. Dává mu pocit, že ho ostatní přijímají, že patří do dané skupiny. Procvičovat si to může společně s Vámi pomocí her „Na představování“ s využitím plyšáků, panenek, autíček apod.

- **Dokázat se představit je pro dítě velmi prospěšné.**

Dítě by mělo reagovat na své jméno navázáním očního kontaktu s učitelkou nebo jiným dospělým či dítětem. Dítě by mělo respektovat zavolání učitelky.

- **Dítě by mělo reagovat na své jméno.**

### 3. Umím se obléknout.

Chcete, aby Vaše dítě zažívalo úspěch? Začněte od zdánlivě „nepodstatných“ věcí jako je samostatnost v oblékání a vytvoření podmínek, které ji v mateřské škole usnadní.

Dítě by mělo své oblečení rozpoznat. Je důležité všechno chystat s dítětem společně a vysvětlit mu, které oblečení k čemu slouží. Tajná značka (např. hvězdička) nebo iniciály dítěte na všech svršcích pomohou jemu i učitelkám k určení správného majitele.

- **Dítě by mělo své oblečení rozpoznat, pomůže mu k tomu označení a společné chystání.**

K samostatnosti dítěte pomůže i výběr oblečení. Halenku či košili s 20 knoflíčky, zapínání či zavazování vzadu dítě zpravidla ještě nezvládá ani v domácím prostředí, kde má Vaši pozornost plně pro sebe samého. Ve třídě MŠ je zpravidla 24 dětí a paní učitelka musí v první řadě zajistit jejich bezpečí. Každé dítě, které se zvládne samo obléknout, přispívá k bezpečí a pohodové atmosféře ve třídě a zároveň se cítí soběstačné. Pokud si dítě neumí už doma poradit s nějakým typem oblečení, do MŠ mu ho, prosím, nedávejte. Uvedete ho tím do nepříjemné situace a pocitu nejistoty.

- **Dítě by si své oblečení mělo být schopno obléknout i svléknout.**

A co takhle trochu počtů? Lahůdkou v oblečení cca dvacetičlenné skupiny dětí jsou v zimě prstové rukavice. Jedno dítě = 10 prstů. Násobíme cca dvaceti a máme najednou cca 200 prstů, které je potřeba v co nejkratší době vsoukat do rukaviček... A kolik prstů má učitelka?

- **Prstové rukavice patří dětem, které si je umí samy obléknout. Je to to vaše?**

### 4. Umím se obout.

Boty a přezůvky si dítě v mateřské škole vyzouvá a nazouvá několikrát za den. K samostatnosti mu pomůžete tím, že mu

pořídíte obuv s vhodným zapínáním, avšak bezpečnou. Až natrénuje mašličky, může mít i tkaničky.

A co takhle opět trochu počtů? Jedno dítě = 2 boty = 2 mašličky. Ve třídě je průměrně 20 dětí (někdy i více), takže zde máme najednou 40 mašliček! A některé se při pobytu venku ještě několikrát rozvážou.

- **Dítě by si mělo zvládnout své boty samo about a vyzout.**

Přezůvky jsou v mateřské škole důležité, stejně tak i jejich výběr. Měly by dítěti zajistit bezpečnou chůzi, tzn., měly by mít dostatečně hrubou podrážku a být pevné kolem paty (žádné nazouváky). V průběhu dne jsou samozřejmě příležitosti k tomu, aby si děti přezůvky vyzuly a nechaly nožky vyvětrat (např. cvičení, hra na koberci apod.). Děti často cvičí na překážkové dráze, kde si procvičují nožní klenbu nebo mohou využívat různé masážní pomůcky.

- **Přezůvky by měly být pro dítě bezpečné a snadné k obouvání, vyzouvání i k rozeznání.**

Důležité je připomenout, že si děti při pobytu venku mohou obuv promočit, zašpinit, případně i zničit. Doporučujeme dát dítěti na pobyt venku náhradní obuv, alespoň v období, kdy k promočení může dojít.

- **Náhradní obuv přispěje k pohodlnému odchodu domů.**

## **5. Umím se vysmrkat.**

Zvládnout smrkání do kapesníku je někdy pro dítě složitější než si zavázat tkaničku u boty. Ale jako vše ostatní, i tento úkol chce „jen trénink“.

Nejlepší je opět hra. Můžeme si společně doma zahrát na to, jak funí ježek (pejsek, kočička nebo jiné oblíbené zvířátko dítěte), „fouknout si nosem“ na ruku a postupně přidávat kapesník. Techniku časem určitě zvládnete. Dítě by mělo vědět, že ani jeho tričko nebo tričko ostatních nejsou kapesník.

- **Smrkání a používání kapesníku patří mezi základní hygienické návyky dítěte.**

Ve třídě mají děti papírové kapesníky vždy ve svém dosahu (na své úrovni) a na stálém místě. Zajistí mu to tak opět známý pocit jistoty.

- **Dítě by mělo mít kapesníky vždy na dosah a automaticky je používat.**

Rýma? Dítě s rýmou či jinými příznaky nemoci do mateřské školy nepatří. Buďte ohleduplní k němu a k ostatním – dětem i dospělým. Pokud se dítě nebude v mateřské škole cítit dobře nebo bude jevit již uvedené příznaky, budou Vás učitelky kontaktovat, abyste si dítě z mateřské školy co nejdříve vyzvedli.

- **Do mateřské školy patří pouze zdravé děti.**

Alergie? V případě, že dítě trpí alergickou rýmou, vyžadujeme potvrzení od lékaře k tomu, abychom si byli jisti, že třídu nenavštěvuje dítě s infekčním onemocněním.

- **Alergie je nutné u dítěte doložit lékařským potvrzením.**

## **6. Umím se najíst.**

Na jídlo děti potřebují především klid, čas a své místo. Co si všechno pod tím představit?

Kategorie rodičů „jídloběhači“ a „jídlonosiči“ svým dětem začátky v mateřské škole určitě neusnadní. Tam za nimi nikdo neběhá a jídlo jim nenosí. Děti jsou vedeny k určité kultuře stolování, jejímž základem je u jídla v klidu a způsobně sedět.

- **Dítě by mělo u jídla vždy způsobně sedět za stolem.**

Všudypřítomné moderní technologie jako mobil, tablet nebo notebook nejsou součástí příboru a ke správným stravovacím návykům nepatří. A znovu si dovoluujeme připomenout, že se děti učí nápodobou a přebírají chování svých nejbližších – tedy Vás.

- **Dítě by se mělo na jídlo soustředit a u stolu udržovat čistotu.**

Dítě se v mateřské škole může setkat s pokrmy, které nezná nebo nepatří právě k jeho oblíbeným. Vždy je motivováno k tomu, aby je okusilo, v žádném případě však není do jídla nuceno. Jeho pohodu podpoříte tím, že mu ráno v šatně přečtete jídelníček a sami ho budete motivovat a povzbuzovat.

- **Dítě potřebuje vysvětlit pokrmy, které nezná a motivovat k jejich ochutnávání.**

Správný úchop lžice je velmi důležitý pro budoucí správné držení kreslicího a psacího náčiní. Špatné návyky spojené s úchopem lžice mají nesmírný přesah až do školního období.

- **Správný úchop lžice je základ pro správný úchop tužky.**

## 7. Umím se napít.

Stejně jako u jídla, i u pití děti potřebují především klid a čas.

Jak můžete dítě motivovat k odložení láhve? Dáte mu najevo, že když bude pít z hrnku (skleničky), stává se „větším“. Láhev s dudlíkem s večerním mlékem pro uklidnění není na překážku. Přes den by však měla být stále častěji nahrazována skleničkou nebo hrnkem.

- **V mateřské škole děti používají hrnky a skleničky.**

V mateřské škole dbáme na pitný režim dětí i na vhodnou nabídku nápojů. K dispozici mají děti čaj, čistou vodu, mléčné nápoje. Sledujeme spotřebu cukru v rámci podávaných jídel i nápojů. Do mateřské školy není povoleno dávat dítěti vlastní nápoje.

- **V mateřské škole dbáme na zdravé stravovací návyky, dětem nabízíme většinou dva druhy nápojů.**

Učitelky v průběhu dne děti motivují k dodržování pitného režimu i k tomu, aby se samy obsloužily – nalily nápoj

z konvičky. I Vy doma můžete nalévání již trénovat. A že dítě občas něco vylije? Co se stane? Pěkně si to po sobě utře a zkouší dál, samozřejmě za přítomnosti Vaší nesmírné laskavosti a podpory.

- **Nalévání nápojů by pro dítě měla být zábava a zároveň výzva k tomu, že to zvládne.**

## **8. Umím zvládnout toaletu.**

Velkým zájmem rodiny by mělo být vysvětlit dítěti, že umět si správně očistit svá intimní místa samo, je pro něho velmi důležité. Že jedině rodiče nebo prarodiče jsou pro dítě jeho nejbližší lidé, kteří se ho smějí v těchto místech dotýkat. A že paní učitelka nebo asistentka (chůva apod.) mu mohou pomoci pouze, pokud je to nezbytně nutné. Již od útlého věku tak dítěti dáváte najevo, že jde o velmi intimní záležitost.

- **Dítě by mělo umět a hlavně chtít si očistit svá intimní místa.**

Samozřejmě se dítěti může stát „nehoda“. Takové situace řešíme v klidu a s pochopením. Samotnému dítěti to není příjemné. S respektem k jeho potřebám mu pomůžeme s hygienou i s převlečením. Základem je dostatek náhradního oblečení umístěného v šatně, které zajistíte. V opačném případě se dítě i učitelka dostane do velmi nepříjemné situace. Má zůstat dítě bez nějaké části oblečení? Ne! Má si obléct něco, co není jeho? Ne! Kde má učitelka vzít oblečení pro dítě, když nemá své vlastní? Od druhých dětí? Ne! Má sama mít zásoby dětského oblečení? Ne! Věříme, že Vaše dítě bude mít vždy ve své skříňce „po čem sáhnout“ a bude se ve „svém“ cítit dobře.

- **Dítě potřebuje mít ve školce dostatek oblečení i spodního prádla.**

A ještě jedno zastavení u hygienických návyků. Pro dítě by mělo být samozřejmostí si vždy po použití toalety umýt ruce. V mateřské škole často na tuto nutnost některé děti upozorňujeme. A tak si říkáme, čím to je? Kdyby bylo přece



navyklé z domova, dělalo by to určitě automaticky i ve školce  
- o to více, když tam má tak krásná malá umyvadélka...

- **Dítě by mělo mít zautomatizováno umývání rukou po použití toalety.**

**DĚKUJEME, ŽE JSTE SI PROŠLI CELÝ TEXT A  
DOSTALI SE AŽ NA KONEC. 😊  
SPOLEČNĚ TOHO DOMA ZVLÁDÁTE URČITĚ MNOHEM  
VÍCE.**

**U NÁS TOHO ALE TAKÉ HODNĚ UMÍME!**

**Každý den si například umíme najít důvod k:**

- úsměvu
- radosti
- laskavosti
- poděkování
- vzájemné ústě a respektu
- ... a nejméně tisíc důvodů k objevování a prožívání nových věcí a příběhů...

*(čerpáno ze „ŠKOLKOVNÍČKU“, který zpracovaly: Mgr. Stanislava Korcová – ředitelka školy MŠ Varenská Ostrava, Jitka Severinová – asistentka ředitele školy)*