

Vstup dieťaťa do materskej školy je dôležitým medzníkom pre jeho ďalší rozvoj. Materská škola otvára pre dieťa nové perspektívy - učí ho začleniť sa do kolektívu, riadiť sa pravidlami, prispôsobovať sa obmedzeniam, vedie ho k samostatnosti, spolupracovať i súťažiť s ostatnými. Pre dieťa i rodičov môže byť proces prispôsobenia sa novým zmenám spočiatku náročný. Dieťa opúšťa doteraz jemu známe prostredie plné istoty a bezpečia a nahrádza ho novým prostredím, ktoré je preň neznámym a prináša so sebou veľa neobyčajných zážitkov. Pobyť dieťaťa v materskej škole taktiež prináša mnoho zmien v živote dieťaťa - iný režim, prítomnosť iných detí, akceptovanie iných dospelých osôb, iná možnosť uspokojenia aktuálneho prania, pozornosť učiteľky sa zameriava na všetky deti. Častokrát je vstup do materskej školy sprevádzaný pocitmi úzkosti a neistoty, rovnako tak ako je to u dospelých pri nástupe do nového zamestnania. Je to úplne prirodzené. Proces prispôsobovania na materskú školu je individuálny a závislý od charakteristík dieťaťa, prístupu rodičov i prvotnej interakcie s učiteľkami. V prípade, že sa rodičia rozhodnú pre nástup dieťaťa do škôlky, musia byť oni sami pripravení. Túto situáciu prežíva každý druhý rodič horšie ako samotné dieťa. Deti tieto pocity neistoty, strachu u rodičov veľmi citlivo vnímajú a rozhodne im v bezproblémovej adaptácii nepomáhajú. Sú deti, ktoré si v novom prostredí zvykajú ľahko. Tešia sa do materskej školy a veľmi ľahko nadväzujú kontakty s dospelými a deťmi. Niektoré deti sa tešia do materskej školy, ale po prvých skúsenostiach odmietajú vstup do materskej školy a potrebujú dlhší čas na adaptáciu. Sú aj také deti, ktoré si len s ťažkosťami zvykajú na nové prostredie a vstup do materskej školy je pre ne nadmernou záťažou. Nie každé dieťa po dovŕšení tretieho roka je zrelé pre nástup do škôlky. Každá matka pozná svoje dieťa a jeho potreby najlepšie. Pokiaľ máte dojem, že ešte nie je dieťa pripravené na začlenenie do kolektívu, je vhodné poradiť sa s odborníkom – pediatrom, psychológom

(Mgr. Katarína Hučková, psychológ CPPPaP zdroj internet).

Ako môžete ako rodič pomôcť, aby dieťa zvládlo nástup do materskej školy ?

- dobrou prípravou je umožnenie stretávať sa s deťmi. Napríklad vonku na ihrisku, dvore, v materských centrách, detských kútikoch. Dieťa nadobudne skúsenosť kontaktu s inými deťmi, ale ešte stále má istotu v prítomnosti matky;
- s dieťaťom je potrebné sa o materskej škole rozprávať, vopred ho pripravovať a hovoriť o tom, čo sa tam robí;
- mali by ste mať informácie o dani a dennom režime materskej školy, aby to mohli dieťaťu povedať neskreslene a podľa skutočnosti (nápomocné môžu byť aj detské knihy s touto tematikou, inšpirácie na internete);
- prejdite sa do škôlky. Ak je to možné, môžete navštíviť spolu s dieťaťom deň otvorených dverí v materskej škole, alebo po dohode s pani učiteľkami stráviť nejaký čas v triede počas bežného dňa. Návšteva škôlky by mala vyznieť pozitívne a dieťa by sa malo cítiť príjemne. Je pravdepodobné, že počas jednej návštevy sa nestratia pocity neistoty, ale dieťa bude mať predstavu, čo sa v škôlke deje;
- trénujte dočasné odlúčenie od vás rodičov už pred nástupom do materskej školy;
- podporujte dieťa v osamostatňovaní sa - vhodné je zvládnutie základných sebaobslužných návykov (najesť sa, napiť sa, ísť samé na WC, obliecť sa, obuť);
- v čase nástupu do materskej školy nie je vhodné dieťa vystavovať ďalším záťažovým situáciám, ktorými môžu byť sťahovanie, odchod rodiča, narodenie súrodenca. Ďalej nie je vhodné strašiť dieťa návštevou škôlky („tam ťa naučia poslúchať a pod.), ale ani nevykresľovať prostredie škôlky nereálne v superlatívoch;
- pred nástupom do škôlky môžete vášmu dieťaťu nájsť nejaký oporný bod. Kamaráta, suseda, ktorý už je ostrieľaný škôlkar a bude fungovať ako vzor a opora. Ďalším oporným bodom môže byť obľúbená hračka;
- s dieťaťom si môžete pred nástupom do škôlky nakresliť srdiečka, vyrobiť náramky, ktoré budú predstavovať neustále spojenie medzi vami a ním aj keď ste v práci a dieťa v škôlke;
- zapojte ho do vyberania nových potrieb (ruksak, papuče, posteľné prádlo...).
- komunikujte s učiteľkou, nech vás informuje ako sa dieťa správalo;

- spočiatku môže byť vaše dieťa po nástupe do škôlky unavenejšie, je vhodné dopriať mu oddych, prostredie bez stimulov. Prípadne zvážiť na niekoľko mesiacov znížiť počet ďalších organizovaných aktivít;
- s dieťaťom môžete rozobrať, aký malo deň, čo robilo, skôr sa pýtajte na hry, aktivity, kamarátov, činnosti. Jedlo a spánok až nakoniec;
- večer pred spánkom sa už o škôlke nerozprávajte ani nekomentujte ranný odchod do škôlky nech je akýkoľvek.

NIEKOĽKO PRAVIDIEL NA RÁNO:

- *Prejavujeme dôveru, že v škôlke je a bude dieťaťu dobre!*
- *S dieťaťom sa lúčime s úsmevom!*
- *Lúčenie skrátíme na minimum!*
- *Nepreerušujte dochádzku pokiaľ to nie je nutné!*

Materská škola je miestom, ktoré uspokojuje všetky detské potreby, formuje ho a obohacuje ho. Veľmi výhodné je keď rodičia spolu s pani učiteľkami „ťahajú za jeden povraz“. Väčšina detí prvotné ťažkosti s nástupom do materskej školy prekoná a budú tam spokojné a šťastné.

Čo potrebuje Vaše dieťa v materskej škole?

- vhodné prezuvky (pevné, nie šľapky);
 - pohodlné oblečenie (nie pančuchy);
 - náhradné veci v skrinke (spodná bielizeň, ponožky, pančuchy, tričko, tepláky a pod.);
 - pyžamo, vlnkýš, paplón, posteľné prádlo, plachtu na ležadlo;
 - plastový pohár, zubná kefka (okrem 2-3 ročných detí);
 - protišmykové ponožky na cvičenie;
 - predškolski cvičebný úbor;
 - fľašu na pitný režim (na pobyt vonku), ktorú beriete denne domov, umyjete a doplníte čistú vodu;
- o ďalších potrebách pre deti Vás budú informovať panie učiteľky na triednych aktívoch, prípadne na webovom sídle školy, podľa pracovísk.

Prosíme Vás, aby:

- ste svojmu dieťaťu označili veci menom a priezviskom;
- ste pozorne sledovali oznamy v šatniach na nástenke;
- ste dodržiavali pokyny pani učiteliek.

Odporúčame rodičom novoprijatých detí, aby:

- v prvé dni priviedli svoje dieťa ráno do triedy, kde je zaradené, medzi 7.00 - 8.00 hod.;
- oznámili pani učiteľke, kedy si vyzdvihnú dieťa (za obedom o 12.00 hod. alebo po olovrante od 14.45 hod.);
- oznámili pani učiteľke dôležité informácie, o ktorých by mala vedieť (napr. silná alergická reakcia a pod.);
- priniesli všetky vypísané tlačivá.

Ďakujeme za pochopenie, tešíme sa na spoluprácu!

Tlačivá na stiahnutie k nástupu:

[Vyhlásenie o bezinfekčnosti](#)

[Súhlas zákonného zástupcu](#)

[Splnomocnenie](#)