



## Zvykáme si ve školce

Začátek docházky do školky je pro děti i jejich rodiče velkou změnou v dosavadním životě. Dítě vstupuje do nového prostředí, mezi neznámé děti a dospělé, setkává se s jiným režimem a novými pravidly. Vše nové potřebuje postupně poznat a se všemi změnami se vyrovnat. Následující informace vycházejí z našich zkušeností, jsme si však plně vědomi, že každé dítě je jiné a potřebuje odlišný přístup. Ke každému z dětí přistupujeme individuálně a snažíme se mu vstup do školky co nejvíce ulehčit.

### Den na zkoušku

Den na zkoušku umožňuje rodičům i dětem prozkoumat, jak to u nás ve školce funguje. Po domluvě se k nám můžete ráno připojit, poznat naše ranní rituály, užít si s námi dopolední výpravu do lesa a případně i oběd. Rodiče mají možnost vidět, jak školka funguje v praxi, a zeptat se průvodců na vše, co je zajímavé. Děti si mohou vyzkoušet pobyt v novém prostředí a seznámit se s dětmi, které školku navštěvují.

### Proces adaptace

Na seznámení se s novým prostředím potřebuje dítě čas. První dny či týdny se většinou nesou ve znamení pozorování toho, jak to ve školce chodí, prozkoumávání nového prostředí, seznamování se s dětmi ze školky a s průvodci. Každé dítě potřebuje k adaptaci jiný přístup a jiné množství času, proto se vždy s rodiči domlouváme na individuálním adaptačním plánu podle potřeb dítěte. Snažíme se, aby příchod do školkového prostředí byl pro dítě co nejjednodušší a příjemný. Abychom dětem toto období co nejvíce usnadnili, nabízíme Vám obecná doporučení, která mohou přispět ke klidnější adaptaci dítěte ve školce.

### Obecná doporučení

**Mluvte s dětmi o tom, jak bude den probíhat** - snažte se používat konkrétní údaje, kdy dítě ze školky vyzvednete, například "po obědě" nebo "po svačině", namísto neurčitých "za chvíličku" či "odpoledne". Důležité je také vždy dodržet to, co jste slíbili.

**Rozlučte se krátce** - rozloučit se s dítětem tak, aby vědělo, že odcházíte, je důležité. Snažte se loučení příliš neprodlužovat, čím déle se loučení protahuje, tím bývá pro dítě i rodiče náročnější.

**Komunikujte s průvodci** - svoje obavy a otázky si nenechávejte pro sebe, mluvte o nich s průvodci. Stejně tak se nebojte zeptat na to, jaký mělo Vaše dítě ve školce den.

**Pobyt ve školce postupně prodlužujte** - začněte například jen s dopolední docházkou a časem, pokud budete vnímat, že je na to dítě připravené, můžete prodlužovat čas, který ve školce tráví.

**Dejte dítěti plyšáka na spaní** - do naší školky hračky nepatří, jedinou výjimku tvoří plyšák na spaní, dětem poskytuje pocit bezpečí a pomáhá jim překonat případný stesk a smutky při odpočinku.

**Buďte důslední** - dodržujte své sliby a stejně tak i to, na čem se s dítětem domluvíte. Pokud to není nezbytně nutné, snažte se z domluvy neustupovat. Může se stát, že dítě ráno po příchodu do školky znejistí a z domluvy například o tom, jak dlouho ten den zůstane ve školce, bude chtít vycouvat.

**Buďte citliví a trpěliví** - naslouchejte dítěti, mluvte s ním a netlačte ho do věcí, na které ještě není připravené. Pokud Vám dítě nevypráví o svém dnu ve školce, dopřejte mu čas se rozprávět, pouze mu naznačte, že by vás zajímalo, jak se ve školce mělo.

**Používejte stejné rituály** - snažte se přivést ráno do školky dítě ve stejný čas. Vytvořte si společné rituály, které dítěti pobyt ve školce usnadní.