

**MOTTO : Děti jsou jako studánky, když se o ně dobře staráme,
můžeme z nich čerpat živou vodu**

**CO MŮŽEME UDĚLAT, ABY VSTUP DO MATEŘSKÉ ŠKOLY NEBYL
PRO DĚTI TRAUMATEM :**

- 1. Zaměřit se na dovednosti sebeobsluhy a hygieny s přirozenou a klidnou důsledností a oceněním i drobných výsledků (při jídle, při oblékání a svlékání, obouvání, uklizení hraček apod.)**
 - samostatně používat WC, nepoužívat plenky
 - používat kapesník
- 2. Rozvrhnout čas tak, abychom na dítě nemuseli spěchat, má-li věci udělat samo.**

Počítat s tím , že když jsme sami dítě oblékali, krmili apod. zabralo nám to méně času, než když to dítě bude dělat samo. Začít s činností dřív a vyvarovat se tak tlaku a spěchu spojeného s tím, že nakonec větší část uděláme za dítě a ještě se na něho budeme zlobit.
- 3.Chodit s dítětem PĚŠKY na delší procházky ZA RUKU – nebát se každodenního pobytu venku i za nepříznivého počasí**
- 4.Chodit s ním mezi děti - vrstevníky, a to i tehdy, má-li sourozence.**
- 5.Nechat dítě na určitou dobu v péči jiného známého člověka, aby se pozvolna sociálně „utužovalo“.**Chodit s ním do nových prostředí, kde se i my dospělí musíme chovat podle určitých pravidel / do obchodů, k lékaři, na poštu apod./
- 6.Udělat si čas na každodenní společnou chvíli u hry, nad knihou, dětským časopisem a podněcovat dítě ke slovnímu vyjadřování.**
- 7.Udělat si čas na ČTENOU pohádku nebo písničku před spaním .**

Rozšiřujeme tím dětskou slovní zásobu, pochopení logiky děje, soustředění na poslech a gramatickou stavbu jazyka.
- 8.Během dne využívat možnosti si s dítětem povídat.**

Ve volném tempu řeči mu dávat hodně prostoru, aby mluvílo, poslouchat ho, krátce komentovat co říká, aby vědělo, že mu rozumíme, aby umělo říct co potřebuje a postupně se naučilo komunikovat s ostatními.

9. Krátce a srozumitelně oceňovat, co se dítěti daří, povzbuzovat ho, když mu něco nejde, ale i jasně odmítnout nevhodné chování a vysvětlit proč.

10. Vyvarovat se výhružek typu: „Počkej, až budeš ve školce....“

Dítě se pak bude školky bát už předem a působí to, jako bychom tím ze sebe setřásl odpovědnost za to, co dítě dělá nebo naopak neumí udělat.

11. Opatrně zacházet i s vychvalováním školky: „...tam bude všechno báječné!“

Držme se reality a mluvmе o tom, co asi všechno tam dítě bude moct dělat. Předjdeme vytvoření nereálných představ a následnému zklamání.

12. Připravujte jídlo pro sebe i pro dítě současně a stolujte u jednoho stolu.

Přijetí jídla se tak stane samozřejmou součástí života dítěte. Dítě pozoruje, inspiruje se a zvyká si. Vidí, že ostatní jídlo jedí, zažívá přítomnost určitého prožitku z rodinné skupinky, která je jídlem uspokojena.

Na co by dítě mělo být zvyklé již z domu :

- na klasickou vařenou stravu, pomazánky, zeleninu a ovoce
- samostatně se najíst lžící, pít z hrníčku nebo ze sklenice / nepoužívat sací láhev/
- na sebeobslužné dovednosti
- na dodržování zásad hygieny před jídlem a po jídle

13. Utvořte si společně pravidla soužití.

Nejsou-li smysluplně utvořena pravidla soužití mezi dítětem a dospělým, necháváme tak dítě vytvářet si pravidla vlastní, zpravidla taková, která nerespektují pokyny dospělého a která nejsou zaměřena na vybudování úcty k dospělým, ke kázní.

14. Splňte vždy to, co jste dítěti slíbili

tzn. kdy pro ně přijdete, zda budou odpočívat, či ne, kam spolu půjdete, účast na besídce apod.

Děti si velmi dobře pamatují, co jsme jim v ranním spěchu slíbili, mluví o tom, těší se a zklamání je pak veliké!