### AKO ZVLÁDNUŤ NÁSTUP DO MATERSKEJ ŠKOLY?

     Niektoré deti sa s nástupom do kolektívu vyrovnajú v priebehu prvých dní, iné sa na nové prostredie adaptujú aj za niekoľko týždňov. Je potrebné si uvedomiť, že dieťa prichádza do neznámeho prostredia, nevie sa orientovať v nových priestoroch, musí sa prispôsobiť novému režimu, pravidlám, nedostáva sa mu toľko pozornosti ako keď je iba s vami. To všetko je veľmi náročné a potrvá určitý čas, kým sa začne v novom prostredí cítiť bezpečne.

##### **Ako pomôcť dieťaťu k úspešnej adaptácii?**

* + Dovoľte mu po dohode s učiteľkou priniesť si obľúbenú hračku, s ktorou sa mu prvé dni ľahšie zvládnu.
	+ Zbytočne nepredlžujte rána s plačúcim dieťaťom v šatni, prejavte mu porozumenie, ubezpečte ho, že ho máte radi a že poň prídete a odovzdajte ho učiteľke.
	+ Zostaňte po celý čas pokojní.
	+ Dôverujte učiteľkám v triede.
	+ Neporovnávajte dieťa s inými deťmi, ktoré neplačú a usmievajú sa, rešpektujte jeho pocity.
	+ Hovorte mu pravdu -  idem do práce, budem doma upratovať, variť a pod.
	+ Komunikujte s dieťaťom o tom, čo sa v materskej škole dialo, ale nenúťte ho rozprávať, ak nechce.
	+ Prejavte mu dôveru, že je šikovné, že to zvládne, že sa naučí aj to, čo sa mu doteraz nedarí.

#### Pripravte sa dopredu

     Ešte pred nástupom do materskej školy oboznámte dieťa na prechádzke s budovou, pozerajte na deti na dvore, hovorte s ním o tom, čo v materskej škole robia a povedzte mu, že aj ono pôjde medzi ne, bude sa tam hrať, učiť sa nové pesničky, básničky, športovať, cvičiť ai. Nezľaknite sa, ak dieťa nemalo spočiatku problém s adaptáciou, tešilo sa do materskej školy a po čase ju začne odmietať. Aj toto je prirodzený prejav niektorých detí, pre ktoré bolo spočiatku všetko zaujímavé, nové a tešilo sa na to. Po čase im však nemusia vyhovovať obmedzenia, takže tento protest u nich prichádza oneskorene. V živote budú čakať na deti ešte iné zmeny, bude sa musieť vyrovnať s rôznymi situáciami, teda už v tomto veku bude mať prvú skúsenosť a môže ju zvládnuť úspešne za vašej pomoci a pochopenia.

https://www.promama.sk/vychova/terapeutka-nastup-dietata-do-skolky-je-prilezitost-ako-spolocne-rast