|  |  |
| --- | --- |
| **Jak můžete podpořit své dítě v prvních týdnech školní docházky**  | **Как вы можете поддержать своего ребенка в первые недели учебы в школе**  |
| Promyslete pravidelný režim dne a dodržujte ho. Můžete navázat na režim z povinného předškolního vzdělávání.  | Продумайте регулярный распорядок дня и соблюдайте его. Вы можете опираться на режим обязательного дошкольного образования.  |
| *Pravidelný režim je pro dítě důležitý nejen při vstupu do první třídy. Podporuje jeho pocit bezpečí a jistoty.* | *Регулярный режим важен для ребенка не только при поступлении в первый класс. Это способствует его чувству безопасности и безопасности.* |
|  |  |
| Označte dítěti co nejvíce osobních věcí monogramem nebo značkou, kterou si pozná. | Обозначьте как можно больше личных вещей вашего ребенка монограммой или значком, который он узнает. |
| *Když si dítě nemůže vzpomenout, které věci jsou jeho, učitel mu může snáze pomoci s hledáním.* | *Если ребенок не может вспомнить, какие вещи принадлежат ему, учитель может помочь ему легче их найти.* |
|  |  |
| Připravujte svačinu společně s dítětem. Nezapomínejte na pití, dávejte dítěti vodu nebo jiné neslazené nápoje. | Готовьте перекусы вместе с ребенком. Не забывайте о питье, давайте ребенку воду или другие несладкие напитки. |
| *Vhodná svačina a dostatek tekutin dodá dítěti energii, kterou pro učení potřebuje. Když se podílí na její přípravě, má větší motivaci ji sníst. Společná příprava podporuje také jeho samostatnost.* | *Подходящий перекус и достаточное количество жидкости дадут вашему ребенку энергию, необходимую для учебы. Когда он участвует в приготовлении перекусов, у него появляется больше стимулов съесть их. Совместное приготовление также способствует самостоятельности ребенка.* |
|  |  |
| Zajistěte, aby dítě přicházelo do školy alespoň 15 minut před začátkem vyučování.  | Убедитесь, что ваш ребенок приходит в школу как минимум за 15 минут до начала занятий.  |
| *Dítě se v klidu připraví na výuku a má prostor na komunikaci se spolužáky.* | *Ребенок спокойно подготовится к урокам и будет иметь время для общения с одноклассниками.* |
|  |  |
| Veďte dítě k pořádku ve školní aktovce, kterou si pod vaším dohledem připravuje podle rozvrhu. | Учите ребенка поддерживать порядок в школьном рюкзаке, который он собирает под вашим наблюдением в соответствии с расписанием. |
| *Dítě má přehled o svých věcech. Učí se zodpovědnosti a samostatnosti. Nenosí zbytečně těžkou aktovku s věcmi, které nepotřebuje.* | *Ребенок имеет представление о своих вещах. Он учится ответственности и самостоятельности. Он не носит слишком тяжелый рюкзак с вещами, которые ему не нужны.* |
|  |  |
| Domluvte se s dítětem na tom, zda půjde po skončení vyučování domů nebo do školní dužiny, a kdo si ho ze školy vyzvedne. | Договоритесь с ребенком, куда он будет ходить – домой или в группу продленного дня, и кто будет забирать его из школы. |
| *Dítě má přehled o době, kterou ve škole stráví a není vystaveno stresu, že jste na něj zapomněli.* | *Ребенок осознает, сколько времени он проводит в школе, и не переживает, что вы о нем забыли.* |
|  |  |
| Povídejte si s dítětem. Zajímejte se o to, co se ve škole dělo. | Поговорите с ребенком. Интересуйтесь тем, что происходит в школе. |
| *Projevením zájmu posilujete emoční stabilitu a sebedůvěru dítěte. Společným vyprávěním rozvíjíte jeho slovní zásobu a komunikační dovednosti.* | *Проявляя интерес, вы укрепляете эмоциональную стабильность ребенка и его уверенность в себе. Разговаривая с ребенком, вы развиваете его словарный запас и коммуникативные навыки.* |
|  |  |
| Nezatěžujte dítě velkým množstvím zájmových kroužků a aktivit. Dopřejte mu časový prostor pro hru a relaxaci. | Не перегружайте ребенка большим количеством кружков и занятий по интересам. Дайте ему время поиграть и расслабиться. |
| *Dítě je ve škole vystaveno zátěži, na kterou nemusí být zvyklé. Potřebuje čas samo pro sebe a na odpočinek. Přetížení může vést ke vzniku psychických potíží.* | *В школе ребенок подвергается нагрузкам, к которым он, возможно, не привык. Ему нужно время для себя и отдыха. Перегрузка может привести к психологическим проблемам.* |