

Jak můžete podpořit své dítě v prvních týdnech školní docházky	Как вы можете поддержать своего ребенка в первые недели учебы в школе
<p>Promyslete pravidelný režim dne a dodržujte ho. Můžete navázat na režim z povinného předškolního vzdělávání.</p>	<p>Продумайте регулярный распорядок дня и соблюдайте его. Вы можете опираться на режим обязательного дошкольного образования.</p>
<p><i>Pravidelný režim je pro dítě důležitý nejen při vstupu do první třídy. Podporuje jeho pocit bezpečí a jistoty.</i></p>	<p><i>Регулярный режим важен для ребенка не только при поступлении в первый класс. Это способствует его чувству безопасности и безопасности.</i></p>
<p>Označte dítěti co nejvíce osobních věcí monogramem nebo značkou, kterou si pozná.</p>	<p>Обозначьте как можно больше личных вещей вашего ребенка монограммой или значком, который он узнает.</p>
<p><i>Když si dítě nemůže vzpomenout, které věci jsou jeho, učitel mu může snáze pomoci s hledáním.</i></p>	<p><i>Если ребенок не может вспомнить, какие вещи принадлежат ему, учитель может помочь ему легче их найти.</i></p>
<p>Připravujte svačinu společně s dítětem. Nezapomínejte na pití, dávejte dítěti vodu nebo jiné neslazené nápoje.</p>	<p>Готовьте перекусы вместе с ребенком. Не забывайте о питье, давайте ребенку воду или другие несладкие напитки.</p>
<p><i>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.</i></p>	<p><i>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.</i></p>
<p>Zajistěte, aby dítě přicházelo do školy alespoň 15 minut před začátkem vyučování.</p>	<p>Убедитесь, что ваш ребенок приходит в школу как минимум за 15 минут до начала занятий.</p>
<p><i>Dítě se v klidu připraví na výuku a má prostor na komunikaci se spolužáky.</i></p>	<p><i>Ребенок спокойно подготовится к урокам и будет иметь время для общения с одноклассниками.</i></p>
<p>Ved'te dítě k pořádku ve školní aktovce, kterou si pod vaším dohledem připravuje podle rozvrhu.</p>	<p>Учите ребенка поддерживать порядок в школьном рюкзаке, который он собирает под вашим наблюдением в соответствии с расписанием.</p>
<p><i>Dítě má přehled o svých věcech. Učí se zodpovědnosti a samostatnosti. Nenosi zbytečně těžkou aktovku s věcmi, které nepotřebuje.</i></p>	<p><i>Ребенок имеет представление о своих вещах. Он учится ответственности и самостоятельности. Он не носит слишком тяжелый рюкзак с вещами, которые ему не нужны.</i></p>

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.
<i>Dítě má přehled o době, kterou ve škole stráví a není vystaveno stresu, že jste na něj zapomněli.</i>	<i>Ребенок осознает, сколько времени он проводит в школе, и не переживает, что вы о нем забыли.</i>
Povídejte si s dítětem. Zajímejte se o to, co se ve škole dělo.	Поговорите с ребенком. Интересуйтесь тем, что происходит в школе.
<i>Projevením zájmu posilujete emoční stabilitu a sebedůvěru dítěte. Společným vyprávěním rozvíjíte jeho slovní zásobu a komunikační dovednosti.</i>	<i>Проявляя интерес, вы укрепляете эмоциональную стабильность ребенка и его уверенность в себе. Разговаривая с ребенком, вы развиваете его словарный запас и коммуникативные навыки.</i>
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.
<i>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.</i>	<i>В школе ребенок подвергается нагрузкам, к которым он, возможно, не привык. Ему нужно время для себя и отдыха. Перегрузка может привести к психологическим проблемам.</i>