|  |  |
| --- | --- |
| **Jak můžete podpořit své dítě v prvních týdnech školní docházky** | **Як ви можете підтримати свою дитину в перші тижні навчання в школі** |
| Promyslete pravidelný režim dne a dodržujte ho. Můžete navázat na režim z povinného předškolního vzdělávání. | Продумайте регулярний розпорядок дня і дотримуйтеся його. Ви можете відштовхуватися від режиму обов'язкової дошкільної освіти. |
| *Pravidelný režim je pro dítě důležitý nejen při vstupu do první třídy. Podporuje jeho pocit bezpečí a jistoty.* | *Регулярний режим важливий для дитини не тільки під час вступу до першого класу. Це сприяє її почуттю безпеки та захищеності.* |
|  |  |
| Označte dítěti co nejvíce osobních věcí monogramem nebo značkou, kterou si pozná. | Позначайте якомога більше особистих речей вашої дитини монограмою або позначкою, яку вона впізнає. |
| *Když si dítě nemůže vzpomenout, které věci jsou jeho, učitel mu může snáze pomoci s hledáním.* | *Коли дитина не може згадати, які речі належать їй, вчитель може допомогти їй легше їх знайти.* |
|  |  |
| Připravujte svačinu společně s dítětem. Nezapomínejte na pití, dávejte dítěti vodu nebo jiné neslazené nápoje. | Готуйте перекуси разом з дитиною. Не забувайте про пиття, давайте дитині воду або інші несолодкі напої. |
| *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.* | *Відповідний перекус і достатня кількість рідини дадуть вашій дитині енергію, необхідну для навчання. Коли вона бере участь у приготуванні перекусів, у неї з'являється більше стимулів з'їсти їх. Спільне приготування також сприяє самостійності дитини.* |
|  |  |
| Zajistěte, aby dítě přicházelo do školy alespoň 15 minut před začátkem vyučování. | Переконайтеся, що ваша дитина приходить до школи щонайменше за 15 хвилин до початку занять. |
| *Dítě se v klidu připraví na výuku a má prostor na komunikaci se spolužáky.* | *Дитина спокійно підготується до уроків і матиме простір для спілкування з однокласниками.* |
|  |  |
| Veďte dítě k pořádku ve školní aktovce, kterou si pod vaším dohledem připravuje podle rozvrhu. | Навчайте дитину підтримувати порядок в шкільному рюкзаку, який вона збирає під вашим наглядом відповідно до розкладу. |
| *Dítě má přehled o svých věcech. Učí se zodpovědnosti a samostatnosti. Nenosí zbytečně těžkou aktovku s věcmi, které nepotřebuje.* | *Дитина має уявлення про свої речі. Вона вчиться відповідальності та самостійності. Вона не носить надмірно важкий рюкзак з речами, які їй не потрібні.* |
|  |  |
| Domluvte se s dítětem na tom, zda půjde po skončení vyučování domů nebo do školní dužiny, a kdo si ho ze školy vyzvedne. | Домовтеся з дитиною, куди вона буде ходити – додому чи в групу продовженого дня, і хто буде забирати її зі школи. |
| *Dítě má přehled o době, kterou ve škole stráví a není vystaveno stresu, že jste na něj zapomněli.* | *Дитина усвідомлює, скільки часу вона проводить у школі, і не переживає, що ви про неї забули.* |
|  |  |
| Povídejte si s dítětem. Zajímejte se o to, co se ve škole dělo. | Говоріть зі своєю дитиною. Цікавтеся тим, що відбувається в школі. |
| *Projevením zájmu posilujete emoční stabilitu a sebedůvěru dítěte. Společným vyprávěním rozvíjíte jeho slovní zásobu a komunikační dovednosti.* | *Виявляючи зацікавленість, ви зміцнюєте емоційну стабільність дитини та її впевненість у собі. Розмовляючи з дитиною, ви розвиваєте її словниковий запас і комунікативні навички.* |
|  |  |
| Nezatěžujte dítě velkým množstvím zájmových kroužků a aktivit. Dopřejte mu časový prostor pro hru a relaxaci. | Не перевантажуйте дитину великою кількістю гуртків та занять за інтересами. Дайте їй час пограти та розслабитися. |
| *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.* | *У школі дитина піддається навантаженням, до яких вона, можливо, не звикла. Їй потрібен час на себе і на відпочинок. Перевантаження може призвести до психологічних проблем.* |