

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.
<i>Pravidelný režim je pro dítě důležitý nejen při vstupu do první třídy. Podporuje jeho pocit bezpečí a jistoty.</i>	<i>Регулярний режим важливий для дитини не тільки під час вступу до першого класу. Це сприяє її почуттю безпеки та захищеності.</i>
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.
<i>Když si dítě nemůže vzpomenout, které věci jsou jeho, učitel mu může snáze pomoci s hledáním.</i>	<i>Коли дитина не може згадати, які речі належать їй, вчитель може допомогти їй легше їх знайти.</i>
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.
<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>	<i>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.</i>
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.
<i>Dítě se v klidu připraví na výuku a má prostor na komunikaci se spolužáky.</i>	<i>Дитина спокійно підготується до уроків і матиме простір для спілкування з однокласниками.</i>
Ved'te 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.
<i>Dítě má přehled o svých věcech. Učí se zodpovědnosti a samostatnosti. Nenosí zbytečně těžkou aktovku s věcmi, které nepotřebuje.</i>	<i>Дитина має уявлення про свої речі. Вона вчиться відповідальності та самостійності. Вона не носить надмірно важкий рюкзак з речами, які їй не потрібні.</i>

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.
<i>Dítě má přehled o době, kterou ve škole stráví a není vystaveno stresu, že jste na něj zapomněli.</i>	<i>Дитина усвідомлює, скільки часу вона проводить у школі, і не переживає, що ви про неї забули.</i>
Povídejte si s dítětem. Zajímejte se o to, co se ve škole dělo.	Говоріть зі своєю дитиною. Цікавтеся тим, що відбувається в школі.
<i>Projevením zájmu posilujete emoční stabilitu a sebedůvěru dítěte. Společným vyprávěním rozvíjíte jeho slovní zásobu a komunikační dovednosti.</i>	<i>Виявляючи зацікавленість, ви зміцнюєте емоційну стабільність дитини та її впевненість у собі. Розмовляючи з дитиною, ви розвиваєте її словниковий запас і комунікативні навички.</i>
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.
<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>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.</i>