



Mateřská škola Jurta

Příručka pro rodiče

Praktické informace

www.lesniklub.cz



leden 2013
OBSAH

1.	JAK SE PŘIHLÁSIT DO MATEŘSKÉ ŠKOLY JURTA?	str. 2
2.	PROVOZNÍ DOBA	str. 3
3.	LIGA RODIČŮ	str. 3
4.	BEZPEČNOSTNÍ PRAVIDLA PRO POBYT VENKU	str. 3
5.	PRAVIDLA PRO POBYT DĚTÍ V MATEŘSKÉ ŠKOLE JURTA	str. 3-4
6.	DOVEDNOSTI, KTERÉ SE BUDEME SPOLEČNĚ UČIT	str. 4
7.	VYBAVENÍ DĚTÍ DO LESNÍHO KLUBU	str. 5-6
8.	ADAPTAČNÍ PROGRAM	str. 7
9.	ZAJÍMAVÉ ODKAZY	str. 8
10.	KLÍŠŤATA	str. 9-11

1. JAK PŘIHLÁSIT SVOJE DÍTĚ DO MATEŘSKÉ ŠKOLY JURTA?

- Máte-li zájem umístit svoje děti do Mateřské školy Jurta, vyplňte, prosím, **Žádost o přijetí do Mateřské školy Jurta.**

Jurta (bud' si ji osobně vyzvedněte v MŠ nebo ji můžete po vyžádání obdržet mailem).

- Rodiče podepíší se zástupcem Mateřské školy Jurta **Smlouvu**, obdrží Evidenční list (který mají povinnost do 14 dní od doručení Žádosti doručit do MŠ) a **Příručku pro rodiče**
- V případě plné kapacity MŠ – 20 dětí, je dítě umístěno na seznam náhradníků. (seznam slouží jako databáze při oslovení zájemců v případě nenadálého ukončení docházky jiného dítěte).

2. PROVOZNÍ DOBA

- Provozní doba Mateřské školy Jurta je denně od **8,00** hodin – do **16,00** hodin. Program pro děti začíná v **9,00 hod (prosíme o dochvilnost – při opožděné docházce významným způsobem narušujete program MŠ)**
- Neúčast dítěte je nutné nahlásit nejpozději do 8,30 hodin.
- Možnost adaptačního dopoledního nebo odpoledního programu (viz kapitola Adaptační program)

3. LIGA RODIČŮ

- Rodiče jsou nepostradatelnou součástí Mateřské školy Jurta. Nejlépe znají svoje dítě (jeho přednosti, silné stránky i oblasti, které je potřeba dále rozvíjet). Rodiče svým pevným rozhodnutím podporují děti v překonání počátečního odpoutávání se a poskytují jim tak důvěru v jejich schopnosti a jejich samostatnost.
- Liga rodičů je sdružení rodičů dětí MŠ a ostatních sympatizantů, kteří se pravidelně dvakrát ročně setkávají (je žádoucí účast alespoň jednoho z rodičů – průběžná informovanost o činnosti MŠ, vzájemná zpětná vazba k chodu Mateřské školy Jurta apod.) a aktivně se zapojují do programů MŠ – účast na akcích pořádaných MŠ – projektové dny, brigády, výlety, jiné formy podpory činnosti Mateřské školy Jurta.
- Pedagog MŠ rozesílá před setkáním všem rodičům program. Na výběru témat se rodiče aktivně podílejí – vedoucímu MŠJ zasílají témata, kterým se chtějí na setkání Ligy rodičů věnovat, sami aktivně vyhledávají zajímavé a nové informace vedoucí k rozvoji činnosti lesního klubu.

4. BEZPEČNOSTNÍ PRAVIDLA PRO POBYT VENKU - děti

Je třeba, aby pravidla respektovali pedagogové, rodiče a především děti umístěné v Mateřské škole Jurta. Pravidlům se budeme s dětmi učit průběžně. Pravidla budou dětem vysvětlována v konkrétních situacích a vždy bude důsledně dbáno na jejich dodržování.

- Zůstáváme na dohled či doslech.
- Jsme-li voláni jménem, vždy odpovíme.
- Při cestě lesem čekáme na domluvených místech.
- Při práci s nožem či pilou sedíme, ve věku do 4 let pracujeme s těmito nástroji pouze pod dohledem dospělého.
- Nádobí a přístroje v batohu jsou určené pouze na jídlo, ne na hraní.
- V lese nenecháváme odpadky.
- Nelezeme na stohy dříví, klád.
- Větve nenosíme ve výšce očí ostatních dětí.
- Potřebu vykonáváme na místě určeném dospělým.
- Bez souhlasu dospělého sami v lese nic nejíme.
- Zkoumaných hub se nedotýkáme holou rukou, pouze klacíkem nebo rukavicí.
- Neodcházíme z lesa s lidmi, které potkáme, ani známými.

5. PRAVIDLA PRO POBYT DĚTÍ V MATEŘSKÉ ŠKOLE JURTA

- Nepřinášíme hračky.
- Svačina by měla být taková, aby nevznikaly odpadky (používáme termoobaly na jídlo, plastové krabičky, lahev na pití).
- Nejíme lesní plody.
- Nenosíme do klubu sladkosti.
- Při jídle sedíme.
- Nelámeme živé větve, nepleníme stanoviště mechů a rostlin.
- Šermování s klacíky je možné pouze v případě, že obě zápasící strany souhlasí a že se dodržuje základní bezpečnost.
- Neodnášíme živočichy z přírody domů.
- Pokud hoří oheň, je v dřevěné boudě (zázemí) vždy přítomný dospělý.
- Při cestě lesem na jednotlivých zastaveních se vzdalujeme jen na doslech píšťalky. (Zpočátku si s dětmi vytvoříme viditelné hranice př. kláda, kámen. Až si je děti zvnitřní, necháme iniciativu na nich, aby si své hranice určily a hlídaly, jak budou potřebovat.)

6. DOVEDNOSTI, KTERÉ SE BUDEME SPOLEČNĚ UČIT

- Nevyrůšujeme ostatní při hře (nejdříve se jich zeptáme, zda se můžeme připojit).
- Respektujeme přání druhých.
- Vzájemně si nic nebereme.
- Konflikty řešíme nenásilně: vyjadřujeme své pocity, učíme se říkat druhým, co nám vadí a co nechceme, aby dělali.
- Máme zodpovědnost za sebe, rozlišujeme rizika a učíme se rozpoznávat své hranice.

7. VYBAVENÍ DĚTÍ DO MATEŘSKÉ ŠKOLY JURTA (Zdroj: Inspirováno materiálem Lesního klubu Šárynka)

Jaké vybavení nám doporučujete? Co všechno bude dobré pro dítě pořídit? Kolik nás to bude stát?

Co koupit	Kde sehnat (tipy)	Cena (Kč)	Využitelnost
Batoh	http://www.e-outdoor.cz/p-1490-batoh-salewakiddy-ii.aspx	779,00	Jarní podzimní výměnný bazar
spacák	http://www.e-outdoor.cz/p-1757-spacak-bollpatrol.aspx	1099,00	Užijete Jarní podzimní výměnný bazar
Pláštěnka, holinky			
přezuvky	Nazouváky gumové		
termoska	0,5 l		
Pogumované věci	např. Tchibo	Cca 400,00Kč	

• **Výměnný bazar** bude organizovaný 2 x ročně – jaro (letní věci), podzim (zimní věci) – o termínu konání budete vždy včas informováni.

• Odkazy na weby, kde se dá sehnat outdoorové oblečení pro děti i bazarové

www.promaleodobrodruhy.cz

www.outdoorbaby.cz

www.mimibazar.cz

www.skibi.cz

www.klukaholka.cz/kozikidz

www.obleceni-reima.cz/

Děčín: Dětský krámk. Bezručova 569/12. Děčín 4. Tel: 723 053 937

Chladné dny

Tělo:

1) Funkční vrstva: ideální jsou přírodní materiály jako **merino vlna a hedvábí**. Uplatňují se skvěle jako vnitřní vrstva nejbližší tělu. Klíčovou úlohou této vrstvy je odvádět vlhkost pryč od pokožky. Vlna má také tu vlastnost, že hřeje i vlhká a na rozdíl od syntetických funkčních materiálů zpocená nepáchne. Vlna má také jistou samočistící schopnost.

2) Střední vrstva: Toto je zateplovací vrstva. Jejím úkolem je vytvořit vzduchový prostor mezi pokožkou a izolační vrstvou. Napomůže Vašemu dítěti udržet optimální tělesnou teplotu. Vlněné svetry (**merino vlna** je obzvláště teplá a příjemně měkká, „nekouše“) a **bavlněný fleec** jsou vděčnými materiály. Možné je použít i **syntetický fleec**. Při velkém chladu je vhodné vrstvit více slabších zateplujících vrstev.

3) Vnější vrstva: Je to izolační vrstva. Musí být nepromokavá a větru odolná, ale zároveň prodyšná.

Hlava:

1) čepice popř. kukla

2) šála

Nohy:

1) Funkční vrstva: opět doporučujeme použít přírodní materiály.

2) Vnější vrstva: mrzne-li doporučujeme zateplené kalhoty (popř. celou kombinézu), každopádně je nutné, aby vnější vrstva byla nepromokavá.

Doporučené značky:

Muddy Puddles

TCHIBO (značka **TCM**),

REIMA

KIBA,

KoziKidz

Anglickými dětmi nejčastěji nošené kalhoty „Muddy Puddles Original Bib and Brace“ vyjdou cca na 18 liber (x 30 = 540,-Kč). Oproti levnějším kalhotám (kolem 300,-Kč) se dle zkušenosti několika anglických maminek jen tak neprotrhnou či neprodřou (některé levnější kalhoty se prý prodřely již po 14 dnech nošení). Tedy taková investice má

smysl například máte-li více dětí a budou po sobě kalhoty dědit, nebo když dítě kalhoty odroste (střih umožňuje nosit

kalhoty i rychle rostoucím malým dětem více sezón), prodáte je za second handovou cenu. Nepromokavé kalhoty doporučujeme prát co nejméně.

Chodidla:

Podle zkušeností jako nejlepší zateplení chodidel fungují **dvě vrstvy vlněných ponožek** v kombinaci s **vodě odolnými botami**, které mají dostatečný prostor pro volný pohyb prstů.

Teplé dny

- lehká bavlněná, hedvábná nebo konopná košile nebo triko s dlouhými rukávy
- pokrývka hlavy (kšiltovka, klobouk).
- Dlouhé plátěné kalhoty (alespoň pod kolena)
- pevné dobře větrané boty
- ochranný krém alespoň 30
- repelent

Když prší:

- šustáková nepromokavá bunda (pogumovaná bunda)
- šustákové nepromokavé kalhoty (pogumované kalhoty)
- pláštěnka
- holínky

8. ADAPTAČNÍ PROGRAM

Adaptační a zkušební doba je umožněna individuálně a s ohledem na možnosti rodičů a potřeby konkrétního dítěte.

Časové rozpětí: 1 týden – 1 měsíc

Adaptační plán má dvě formy:

1/ dopolední

2/ odpolední – doporučujeme pro mladší děti a děti s problémy s adaptací

Dopolední program

1.den S rodičem přivítání, vzájemné seznámení (cca 1 hodinu – účast na společném kruhu Mateřské školy Jurta)

1. týden docházka dítěte s rodičem nejdéle do oběda - **08.30 – 09.00** příchod dětí, společné přivítání v kruhu - **9.00 – 11.00** svačina a pobyt v přírodě – terén, zahrada/vzdělávací činnost/kroužky

2. týden a více docházka dítěte s rodičem se společným obědem

- **08.30 – 09.00** příchod dětí, společné přivítání v kruhu

- **9.00 – 11.00** svačina a pobyt v přírodě – terén, zahrada/vzdělávací činnost/kroužky

- **11.45 – 12.00** příprava prostírání pro společné zažívání oběda

- **12.00 – 12.30** oběd/rozpravy s dětmi

Od třetího týdne, pokud probíhá adaptace bez obtíží, je možné vyzkoušet celodenní pobyt dítěte v lesním klubu.

Odpolední program

1. - 4. týden

- **13:30 – 15:30** odpolední aktivity/terén, zahrada/kroužky

- **15:30 – 16:00** odpolední kruh, odchod dětí

Pokud si dítě zvyká pomaleji, domluví si rodič další individuální průběh adaptace.

Desatero pro rodiče a jejich děti

Jak můžu jako rodič pomoci svému dítěti, aby byl pro něj vstup do Mateřské školy Jurta nenásilný?

- Chodit s ním mezi děti, a to i tehdy, má-li sourozence.
- Nechat dítě na určitou dobu v péči jiného známého člověka, chodit s ním do nových prostředí (např. **Projektové dny pořádané MŠJ, do mateřského centra, na plavání apod.**)
- Zaměřit se na dovednosti sebeobsluhy (při jídle, oblékání, na toaletě).
- Rozvrhnout čas tak, abychom na dítě nemuseli spěchat. Dítě má šanci a dostatečný prostor udělat věci samo.
- Udělat si čas na každodenní společnou chvíli u hry, na čtenou pohádku.
- Během dne využívat možnosti si s dítětem povídat.
- Krátce a srozumitelně oceňovat, co se dítěti daří a jasně odmítnout nevhodné chování a vysvětlit **PROČ. Dospělý je vzorem dítěti v mnoha směrech.**
- Vyvarovat se výhrůžek typu „Počkej, až budeš ve školce...!“, dítě se tak bude obávat školky už předem.
- Opatrně zacházet i s vychvalováním školky, „jak tam bude všechno báječné!“ Držme se reality a mluvmе o **tom, co asi všechno tam dítě bude moci dělat. Předjdeme vytvoření nereálných představ a následnému zklamání.**

9. ZAJÍMAVÉ ODKAZY

www.lesnims.cz (Asociace lesních MŠ), http://www.opzp.cz/soubor-ke-stazeni/46/14089-ekoskolky_a_lesni_materske_skolky.pdf (nová příručka o ekoškolkách a lesních školkách), <http://www.materska-eko-skolka.cz/>, <http://www.naomiodort.cz/>,

Zkuste např. : Respektovat a být respektován,

10. KLÍŠŤATA (Zdroj MUDr. Frolíková pro LMŠ Šárynka)

Klíšťata jsou nedílnou součástí nejen přírody ale i odstrašujících reklam. Neměla by však být důvodem, proč se bát více, než je zdrávo.

1. Zabránit klíštěti se přisát - ODĚVEM A POUŽITÍM REPELENTU

ODĚV:

- **pokrývka hlavy**
- **triko/bunda s dlouhým rukávem**, nejlépe do manžety, optimálně ještě z **hladkého materiálu**, aby bylo pro klíště obtížnější se udržet. Asi by byla lepší tmavší barva, protože světlejší barvy jsou pro hmyz obecně přitažlivější, ale zase naopak je na něm lezoucí klíště lépe pozorovatelné a můžeme mu včasným odklizením zabránit se přisát.
- **dlouhé kalhoty**- opět optimálně z hladkého materiálu
- **pevné, nejlépe kotníkové, boty**- do nichž je dobré kalhoty zastrkat

REPELENTY:

Můžete si je vyrobit sami doma. Postačí jen pár ingrediencí, trocha času a pak lahvička s rozprašovačem. Zde tedy pár

inspirativních receptů: (převzato z <http://www.klistova-encefalitida.cz> a <http://www.karelhadek.cz>):

- 2 lžíce rostlinného oleje + 20 kapek růžového oleje(určitě je možné použít i jiné éterické oleje) + šálek vody
- 2 díly vody + 1 díl jablečného octa + Váš (resp. Vašeho potomka) oblíbený éterický olej
- Smíchat oboupané nakrájené citrusové plody (nevhodnější údajně jsou pomeranče, citrony, limetky či grapefruity + 3 díly vařící vody – nechat povařit 1 minutu a pak nechat mírně vařit ještě 1 hodinu.....bohužel u tohoto receptu není upřesněno množství citrusových plodů....

Na webových stránkách s přírodní kosmetikou pana Karla Hadka jsem objevila jeho doporučení: lze použít např. éter.

oleje: Cedr Atlas, citrón, citronela, eukalyptus, hřebíček, lavandin, tymián, **túje** a v rostlinném oleji je naředit v koncentraci 2-5 %. Dále doporučuje spíše použít, kvůli potenciaci účinku, směs z (některých) vyjmenovaných éterických olejů.

Údajně(pšíš „údajně“ kvůli tomu, že nemám soukromě ani z odborné praxe ověřeno) také, podle pana Hadka, pomáhá

k odpuzení klíšťat užívání B-komplexu....

Repelenty na přírodní bázi, dostupné v obchodní síti, jsou tyto zn. : ESI Mosquito nebo Alfa Effitan. Další repelenty, které jsou v drogeriích či lékárnách k dispozici, ale které obsahují spíše syntetické účinné složky, jsou např. OFF, Predator, Biolit, Diffusil, Repelan, Autan atd..)

Většina těchto repelentních přípravků obsahuje složku DEET:

DEET (N,N-diethyl-m-toluamid) je téměř bezbarvý aromatický amid, který je v kapalném skupenství používán

jako

účinná složka do repelentních přípravků sloužících k odpuzování bodavého a sajícího hmyzu. Mezi něj náležejí komáři,

mouchy, klíšťata a další druhy hmyzu, které mohou být příčinou přenosu a šíření nebezpečných nemocí. DEET hmyz

nezabíjí, ale odpudí ho dříve, než se dostane do kontaktu s lidskou pokožkou. DEET byl vyvinut americkým ministerstvem zemědělství v roce 1946 jako reakce na zkušenosti vojáků z pobytu v džungli za 2. světové války a sloužil

nejdříve jen armádním účelům. Poprvé byl DEET registrován a uvolněn pro širokou veřejnost v USA v roce 1957. I přesto, že je DEET používán již více než 40 let, nejsou si vědci zcela jisti, jakým způsobem hmyz odpuzuje. DEET s největší pravděpodobností ovlivňuje schopnost hmyzu lokalizovat živého tvora a napadnout ho. Vědci se domnívají, že

blokuje speciální receptory na hmyzích tykadlech, které zachycují přírodní chemické látky vylučované člověkem nebo

zvířetem.

Příručka pro rodiče 9

Pokud je přípravek s obsahem DEET používán u dětí, je nutné si velice pozorně prostudovat pokyny v návodu. Obecně

platí, že ani u dětí nehrozí zdravotní rizika u přípravků s obsahem 10% až 30% DEET, ale nedoporučuje se v žádném

případě aplikovat přípravky na kojence do 2 měsíců věku a s přihlednutím k možným rizikům není doporučeno používat

je u dětí do tří let věku. Stejně tak by přípravky neměly být používány pod oblečení nebo na poraněnou pokožku, aplikovat se mají jen na exponovaná místa, případně povrch oděvů. Ve vzácných případech může dojít k podráždění

kůže. DEET může při vniknutí do oka způsobit podráždění a nesmí se vzhledem k malému riziku toxicity používat. Pokud

již není přípravek zapotřebí nebo v mezidobí mezi jednotlivými aplikacemi, je doporučeno přípravek smýt.

2. Když už se klíště přisálo - ODSTRANĚNÍ:

Když už někde na těle zjistíme přisáté klíště, je potřeba ho co nejrychleji a správně odstranit- pokud je klíště infikované ,

pravděpodobnost přenosu nákazy na člověka stoupá s dobou, po kterou je klíště přisáté. Proto děti kontrolujeme v době výskytu klíšťat každý den!

Odborníci nabádají používat tento postup pro odstranění klíštěte:

- V jednorázových rukavicích místo přisátí a samotné klíště zakápnout alkoholovým dezinfekčním roztokem a počkat asi pět minut.
- Po vydezinfikování použít speciální kleštičky, háčky nebo pinzetu určené k vyndávání klíšťat (tyto instrumenty jsou k zakoupení v lékárnách).
- (Klíště není dobré masit - dusí se tím a při dušení vyzvrací střevní obsah do rány a nemusíme ho ani vytáčet proti či po směru hodinových ručiček.)
- Klíště zachytit nástrojem těsně u kůže a kývavým pohybem jej opatrně odstranit. Místo nakonec znovu potřít dezinfekcí. Vytažené klíště také smočit v kapce dezinfekčního roztoku a vhodit do toaletní mísy. Klíště by se nemělo ani pálit zapalovačem, ani házet do koše.

V žádném případě nesmíme klíště rozmačkávat nehty či jakkoliv mačkat kvůli potřísnění poraněné kůže eventuelně

infikovanými sekrety klíštěte.

Pokud si neumíme s odstraněním klíštěte poradit sami, je nejlepší vyhledat lékaře.

3. Jak se chovat po odstranění klíštěte?

V první řadě zůstat klidný;). Podpořit, dle vlastních zvyklostí a zkušeností, imunitní systém dítěte plus jej následující čtyři týdny nevystavovat nadměrné fyzické zátěži (např. celodenní pobyt u vody, na slunci, je z pohledu fungování imunitního systému silná zátěž). Neznamená to, že dítě nemá dále chodit do lesní MŠ - zde je obecně dodržován takový režim, který není pro dětský organizmus silně fyzicky zatěžující (jinak by děti po pár dnech v lesní MŠ odpadly únavou).

Dále po dobu 4 týdnů pozorně a sledovat zdravotní stav dítěte.

Co sledovat, jaké jsou projevy infekce virem klíšťovky:

Pro toto onemocnění je typický dvoufázový průběh. Zhruba 2 týdny po přisátí klíštěte se u 60 % infikovaných objeví

chřipkovité příznaky- horečka, bolest hlavy, svalů a kloubů, nechutenství. Po několika dnech příznaky spontánně odeznívají. Pak zpravidla následuje období 1 až 2 týdnů bez příznaků(asymptomatické) a u některých pacientů touto

fází nemoc skončí, dochází k úplné zdravě a celoživotní obranyschopnosti proti viru klíšťovky.

Druhá fáze onemocnění se zpravidla ohlásí nástupem bolestí hlavy, které jsou provázeny horečkami, které mohou

obtížně reagovat na antipyretika. Nemocný je zpravidla světloplachý, přidává se nevolnost, zvracení. Příznakem poškození nervového systému je ztuhnutí svalů na šíji (postižený není schopný dát bradu na prsa, dává přednost vodorovné poloze....). Dále může být přítomen svalový třes, slabost v končetinách, polykací potíže, závrativost, dále i

poruchy spánku (nejčastěji převrácení spánkového rytmu), dezorientace. Tento akutní stav trvá 2 až 3 týdny. Poté obvykle dojde k postupnému zlepšování stavu a uzdravě.

Asi u jedné čtvrtiny nemocných dochází ke vzniku trvalých následků různé závažnosti. Patří k nim například chronické

bolesti hlavy, poruchy koncentrace, nálady nebo spánku, snížená výkonnost, deprese nebo obrny končetinových svalů.

K úmrtí dochází pouze ve výjimečných případech.

P.S. Infekce se do těla může dostat nejen sekrety přísátého klíštěte, ale např. i požitím nepřevařeného mléka virem infikované krávy.

A ještě pár soukromě-odborných poznámek: onemocnění klíšťovkou je u dětí spíše přeceňováno a u dospělých spíše

podceňováno, protože právě u dospělých jsou trvalé a vážnější následky častější. Samozřejmě tím nechci vzbudit dojem, že o zas tak moc nejde, že klíšťova u dětí je banalita. Rozhodně není a je opravdu nutné být po přísátí klíštěte

všímavý a dítě hlídat. Jen by bylo škoda vytvářet atmosféru, že klíšťata jsou vraždící hmyzí stroje.