

DOBRE RADY NA POCZĄTEK

Drodzy Rodzice

Nadszedł czas w którym wasze pociechy po raz pierwszy przekroczą próg przedszkola.

Bez pomocy mamy i taty nauczą się pokonywać własne trudności. Będą miały okazję do poznania nowych kolegów i koleżanek oraz rozwijania swoich zainteresowań.

Na początku przedszkole będzie dla nich obcym miejscem. Jednak każdego dnia będą odkrywać je na nowo. Przekonają się, że czeka na nie mnóstwo niespodzianek: atrakcyjnych zabaw, wesołych płaśów i śpiewów przy muzyce, wspólnych spacerów. Poniżej przedstawiamy Wam kilka wskazówek przydatnych do rozpoczęcia przedszkolnej przygody.

ABC ADAPTACJI W PRZEDSZKOLU - WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW

Zanim dziecko przyjdzie do przedszkola:

- rozmawiaj z dzieckiem o przedszkolu, opowiedzcie o nowym miejscu, zasadach tam panujących, wspólnych zabawach z innymi dziećmi
- pozwalaj dziecku na samodzielność - nie wyręczaj go w ubieraniu, podczas jedzenia, mycia rąk i zębów, a także w korzystaniu z toalety; chwal wysiłek, jaki wkłada
- przeczytaj książeczkę o przygodach w przedszkolu – to dobry początek udanej adaptacji
- poznaj wcześniej przedszkole poprzez udział w zajęciach adaptacyjnych
- bądź pozytywnie nastawiony, a entuzjazm udzieli się na pewno dziecku

ważne jest:

- dotrzymywanie słowa – zawsze odbieraj dziecko o ustalonej, stałej porze
- krótkie pożegnanie przed salą,
- powstrzymanie się od zadawania zbyt wielu pytań o dzień w przedszkolu – daj dziecku czas na oswojenie się z nową sytuacją
- prowadzenie rozmów z nauczycielem i przedstawienie swoich obaw i wątpliwości
- bycie wytrwałym i cierpliwym przez cały okres adaptacji, który może trwać nawet miesiąc (nie porównuj dziecka do rówieśników, nie rób wyrzutów – każdy ma indywidualne predyspozycje)

unikaj...

- zwrotów: „Nie bój się, nie martw się, musisz tu zostać, bo...” – takie komunikaty przynoszą często odwrotny skutek
- zabierania dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
- pośpiechu i chaosu – to zwiększy stres związany z pozostaniem w przedszkolu
- długich rozmów przed salą – to przedłuży proces rozstania, który sam w sobie bywa trudny
- oszukiwania: „Idę tylko do samochodu, zaraz wracam” – to spowoduje utratę zaufania, a rozstanie następnego dnia będzie jeszcze trudniejsze
- „wymykania się” z sali – dziecko, które zauważy, że „mama lub tata gdzieś zniknęli” często odczuwa dwa razy większy strach
- obietnic bez pokrycia – jeśli mama lub tata obiecuje, że przyjdzie po obiedzie – to ja po obiedzie czekam na rodziców
- przekazywania dziecka na ręce Pani – dziecko powinno wejść do sali na własnych nogach – zabieranie dziecka z rąk Rodzica jest trudne dla wszystkich
- komunikatów potęgujących emocje, z którymi dziecko często nie potrafi sobie poradzić

Zanim dziecko wejdzie do sali:

- powiedz mu kto i kiedy odbierze dziecko z przedszkola – taka wiedza daje Twojemu dziecku poczucie bezpieczeństwa
- życz: „Miłej zabawy!” – taki komunikat zachęca Twoje dziecko do pozostania w przedszkolu
- rutynowe i krótkie rozstania są najłatwiejsze - to może być cokolwiek, co odpowiada rodzicowi i dziecku, np. „buziak, przytul, piąteczka”. Pierwszego dnia ciężko mówić o rutynie, ale po jakimś czasie dziecko zacznie się przyzwyczajać, a rozstanie będzie łatwiejsze.
- pokaż, że się uśmiechasz! – Twój uśmiech będzie towarzyszył mu przez cały dzień (rano uśmiech - na dobry humor, po południu - na znak, że to był udany dzień)

Wiemy, że powierzają nam Państwo swój najcenniejszy skarb.

Będziemy o niego się troszczyć!

MAMUSIU, TATUSIU CO MI BĘDZIE POTRZEBNE?

- **Potrzebuję wygodnych ubranek:** takich, w których będzie mi wygodnie w zabawach oraz które sam ściągnę i ubiorę po spaniu lub toalecie.
- **Proszę o zestawy zapasowych ubranek** (i bielizny), czekających w szafeczce. Wicie – czasem pędzel z farbą nie trafi w kartkę, a zupa udekoruje bluzkę, czasem zgubię drogę do toalety lub zapomnę o niej świetnie się bawiąc.
- **Lubię podpisane ubranka i buciki** – gdy zapomnę co do mnie należy, Pani pomoże odnaleźć mi moje zguby.
- **Przydadzą się wygodne kaptcie** ze sztywną podeszwą, w dobrym rozmiarze, wygodne i chroniące przed wywrotką.
- **Przydadzą mi się chusteczki** – mokre i suche w dużym opakowaniu - w końcu jestem eleganckim przedszkolakiem.

*Nie martwcie się: jestem niewątpliwie niesamowicie dzielny brzdącem,
ale może przytrafić się tak, że kilka łez popłynie mi z oczu przy pożegnaniu.*

Bez obaw to normalne! W końcu jestem jeszcze malutki.

*Za rok będziecie wspominać moje pierwsze kroki w przedszkolu patrząc
na to jaki jestem samodzielny i ile już umiem !!!*



Źródło:

www.panimonia.pl

www.przedszkolneabc.pl

www.facebook.com/BajkowaPlaneta