



PORADNIK DLA RODZICÓW

ZANIM DZIECKO PÓJDZIE  
DO PRZEDSZKOLA



*Jedynym rozsądnym sposobem wychowania jest oddziaływanie  
własnym dobrym przykładem...*  
Albert Einstein

Dojrzałość pójścia do przedszkola osiągają dzieci między 3 a 4 rokiem życia. Zależy to od tempa indywidualnego rozwoju dziecka oraz jego doświadczeń. Pierwsze dni w przedszkolu wiążą się zwykle z zachwianiem poczucia bezpieczeństwa. Dziecko boi się nie tylko tego, co go spotyka, ale przede wszystkim, że mama nie wróci. Dlatego dobrze jest przez pierwsze dni zabierać dziecko nieco wcześniej, jeśli to możliwe po obiedzie lub zaraz po podwieczorku. Bardzo stresująca jest dla malucha sytuacja, gdy większość dzieci poszła już do domu, a on jeszcze nie.

#### **Dziecko dojrzało do pójścia do przedszkola, gdy:**

1. Dobrze znosi nieobecność mamy ( zostaje pod opieką innych członków rodziny lub znajomych osób).
2. Potrafi wykonywać proste czynności samoobsługowe.

Wymagania jakie stawia przedszkole w zakresie samoobsługi sprowadzają się do:

- ☺ komunikowania i samodzielnego załatwiania potrzeb fizjologicznych;
- ☺ umiejętności zdjęcia i podciągnięcia bielizny;
- ☺ korzystania z papieru toaletowego;
- ☺ umiejętności podciągnięcia rękawów, umycia rąk mydłem i wytarcia w ręcznik;
- ☺ umiejętności samodzielnego jedzenia ( posługiwania się łyżką i widelcem );
- ☺ samodzielnego ubierania i rozbierania się dziecka ( zakładanie obuwia, bluzki bez guzików, spodni bez suwaków i sprzączek, włożenie piżamy ( przynajmniej podejmowanie takich prób);

Jeśli podejmiecie Państwo decyzję o wysłaniu dziecka do przedszkola, należy zastanowić się, czy jest ono dostatecznie na to przygotowane. Być może po raz pierwszy pozostanie samo bez osoby bliskiej i do tego w nowym środowisku. To będzie mocne przeżycie dla dziecka i dlatego należy dołożyć wszelkich starań, aby początkowe trudności były drobne i nie urosły do rangi problemu, a pobyt w przedszkolu od pierwszego dnia był zapamiętany jako radosny okres w życiu.



## JAK PRZYGOTOWAĆ DZIECKO DO POBYTU

### W PRZEDSZKOLU?

1. Czytanie opowiadań, których bohaterowie chodzą do przedszkola.
2. Rozmowy ze znajomym dzieckiem, które chętnie chodzi do przedszkola.
3. Opowieści rodziców jak to było, kiedy sami chodzili do przedszkola.
4. Uświadomienie dziecku zalet przedszkola: wielu nowych kolegów do zabawy, dużo zabawek, rysowanie, lepienie, malowanie).
5. Wyjaśnienie dziecku, dlaczego będzie chodzić do przedszkola np. bo mama i tata idą do pracy i zdecydowali, że w przedszkolu dziecko będzie miało najlepszą opiekę. Niektóre dzieci przyjmują argument, że skoro mama i tata chodzą do pracy to ono też ma swoją pracę- przedszkole.
6. Zapoznanie dziecka z przedszkolem – oglądanie sal, ogrodu przedszkolnego, krótki kontakt z wychowawczynią i dziećmi, omówienie planu dnia i zwyczajów panujących w przedszkolu.
7. Wspólne kupowanie rzeczy dla przyszłego przedszkolaka.
8. Danie dziecku swobodę, niech w domu samodzielnie doskonali swoje umiejętności. W nowej sytuacji ważne jest, aby samodzielnie mogło je zaspokajać.
9. Ćwiczenie z dzieckiem samoobsługi! Dotąd było tak, że mama lepiej znała potrzeby dziecka niż ono same, reagowała nie tylko na słowa, ale i gesty. W nowej sytuacji dziecko często ma problemy z wyrażeniem swoich potrzeb, dlatego ważne jest, żeby umiało ( a chociaż podejmowało próby) je zaspokoić. Dużo łatwiej adoptują się dzieci samodzielne niż te zależne od dorosłych.
10. Uczestniczenie w zajęciach adaptacyjnych i w zebraniu rodziców nowoprzyjętych dzieci, jest świetną okazją, aby wzajemnie się poznać,

zebrać informacje o dzieciach i życiu przedszkola. Dobrze jest nawiązać kontakt z rodzicami innego dziecka z grupy i zapoznać bliżej swoje pociechy.

11. Dziecko powinno być stopniowo przygotowywane do pójścia do przedszkola, rozciągnijmy ten proces w czasie, aby mogło oswoić się z myślą codziennego spędzania czasu w grupie rówieśników.



## PIERWSZE DNI W PRZEDSZKOLU

### RODZICE:

1. W miarę możliwości bądźcie spokojni i zdecydowani, wasz niepokój może udzielić się dziecku.
2. Dajcie dziecku ukochaną maskotkę, aby mogło się do niej przytulić. Dobrze jest też przypiąć dziecku plakietkę z imieniem, na pewno poczuje się lepiej, gdy pani zwróci się do niego po imieniu.
3. Powiedzcie dziecku, kiedy i kto po nie przyjdzie, zapewnijcie, że mocno je kochacie, że nie zostanie tu do nocy i na pewno go odbierzecie.
4. Pożegnajcie się z dzieckiem już w szatni szybko i bez łez.
5. Przyjdźcie po dziecko punktualnie, chwalcie go za jego dzielność i umiejętność radzenia sobie w każdej sytuacji. Jeśli dziecko bardzo płakało powiedzcie mu, że wszyscy ludzie denerwują się robiąc coś pierwszy raz, ale po kilku dniach czują się pewnie.
6. Podczas konsultacji z nauczycielem zapytajcie o samopoczucie dziecka, co robiło w przedszkolu, jak sobie radziło w kontaktach z rówieśnikami.
7. Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postarajcie się, żeby przez parę dni odprowadzał je tato, rozstania z tatą są mniej bolesne.



## CZEGO RODZICE NIE POWINNI ROBIĆ

1. Przeciągać pożegnania w szatni, pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź!
2. Zabierać dziecko do domu kiedy płacze przy rozstaniu! Jeśli zrobicie to choć raz, dziecko będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić!
3. Zaglądać po pożegnaniu do sali, by sprawdzić czy dziecko się bawi. Jeśli to zauważy to resztę dnia spędzi przy drzwiach, a w razie niepowodzeń będzie chciało uciec z sali!
4. Obiecywać : **Jeśli pójdziesz do przedszkola to coś dostaniesz** , kiedy będziesz odbierać dziecko możesz dać mu małe drobiazgi, ale nie może to być forma przekupstwa!
5. Kontroluj się co mówisz, zamiast **Już możemy wracać do domu**, powiedz: **Teraz możemy iść do domu** . To niby nie wielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.
6. Nie wymuszaj na dziecku, żeby po przyjściu do domu opowiadało co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres!
7. Nie strasz dziecka przedszkolem ( „ **Poczekaj, już pani w przedszkolu nauczy cię porządku** ” ) !
8. Nie przenoś na dziecko swojego zdenerwowania i negatywnych emocji związanych z jego adaptacją, gdyż dziecko to wyczuwa co potęguje jego lęk, strach i większy płacz. Nie obwiniaj przedszkola za trudności dziecka w adaptacji! Tylko wspólna i wzajemna współpraca z nauczycielami pomoże Rodzicom i dziecku pokonać ten trudny czas.
9. Nie poddawajcie się! Jeśli rodzice wzruszeni łzami bądź zdenerwowani tupaniem swojej latorośli zdecydują zostawić dziecko „jeszcze tylko dzisiaj” w domu jest to znak dla malucha, żeby jeszcze bardziej demonstrować swoje niezadowolenie i wcześniej czy później dziecko postawi na swoim i zostanie w domu na dłużej.

**PAMIĘTAJ !  
ŻEGNAJ I WITAJ SWOJE DZIECKO  
Z UŚMIECHEM!**







