



DOBRE RADY

DLA RODZICÓW PRZEDSZKOLAKA

Kochany Rodzicu:

- **Ciesz się** razem z dzieckiem, że następnego dnia idzie do przedszkola.
- **Nie obiecuj** dziecku nagrody za to, że pójdzie do przedszkola.
- **Pozwól zabrać swojemu dziecku z domu ulubioną przytulankę**, maskotkę, lub zabawkę.
- **Ubranie dziecka** musi być wygodne i nie może sprawiać kłopotów. (spodnie na gumkę, bluzki luźno przechodzące przez głowę, buty wsuwane lub na rzepy itp.)
- **Przestrzegaj godziny przyprowadzania** dziecka do przedszkola (śniadanie), bo smutno będzie mu siedzieć samemu przy stoliku. Ok. 9:00.
- **Unikaj pośpiechu**, aby zdążyć przytulić dziecko i spokojnie pożegnać się z nim.
- **Żegnaj się krótko (uśmiech, buziak, pa pa)** – im dłużej zostajesz i przekonujesz dziecko tym gorzej, ponieważ wszelkiego rodzaju obietnice i zapewnienia stają się dla dziecka męczące i drażliwe.
- **Pomóż dziecku rozebrać się**, zwróć uwagę na jego ubranie i gdzie je zostawisz, jaki ma znaczek.
- **Staraj się nie wchodzić z dzieckiem do sali** – oszczędzisz smutku i żalu innym dzieciom (tym, które zostały już same).
- **Nie zabieraj dziecka do domu kiedy płacze przy rozstaniu**, gdy raz ulegniesz będzie coraz trudniej. Twój Maluszek łzami wymusi kolejny powrót do domu. Lepiej wrócić po dwóch, trzech godzinach i w porozumieniu z wychowawcami, jeśli to jeszcze będzie konieczne, odebrać dziecko niż „poddąć się” od razu.
- **Nie ulegaj emocjom** - patrząc na rozpacz dziecka po rozstaniu pamiętaj, że nie robisz mu żadnej krzywdy. Przedszkole jest mu potrzebne, gdy się z nim oswoi, na pewno je polubi.
- **Bądź spokojny i stanowczy** – to doda pewności dziecku i pozwoli mu łatwiej oswoić się z nową sytuacją.
- **Staraj się na początku jeśli to możliwe odbierać dziecko jak najwcześniej**, pamiętając o czytelnych dla dziecka komunikatach: „Przyjdę po ciebie po obiedzie”, „Przyjdę, jak będziecie się bawić na podwórku”, a nie mówić: „Przyjdę po ciebie niedługo”. Obiad mamy o godz. 12:00 więc jeśli chcesz odebrać dziecko wcześniej to najlepiej po obiedzie
- Towarzysz swojemu dziecku w jego emocjach, nazywaj je i akceptuj. „Wiem, że się boisz”, „To wymaga odwagi”. Pozwól wyrazić złość i negatywne opinie: „Nie lubię pani!”, „Nie lubię przedszkola”, „Nie lubię Stasia, Basi!” – dopytaj: „Nie lubisz? A dlaczego? Co ci się nie podoba?”. Należy uczyć rozmowy o trudnych rzeczach, a nie tylko pocieszać przekonywać, że „będzie dobrze”.
- **Wyjaśnij dziecku**, że pod Twoją nieobecność może korzystać z pomocy wychowawczyni lub pani woźnej. Z każdym problemem może przyjść do nauczycielki, szczególnie, gdy ma potrzebę fizjologiczną, gdy płacze i tęskni za domem.
- **Czas odpoczynku**. To chwila wytchnienia, naturalnego wzrostu, zebranie sił do dalszej aktywności w ciągu dnia. Jeśli Wasze dziecko nie śpi w ciągu dnia, może słuchać bajek lub muzyki relaksacyjnej podczas popołudniowego odpoczynku.
- **Nie przedstawiaj dziecku przedszkola jako** miejsca, w którym jest mnóstwo zabawek i że będzie się tu tylko świetnie bawić. Wasz maluch będzie teraz przedszkolakiem, **przedstaw mu, więc plan dnia**, opowiedz jak wygląda dzień przedszkolaka – co robi rano, w południe i po południu.
- **Jeśli rozstanie z mamą jest dla maluszka bardzo bolesne**, do przedszkola powinien przyprowadzać go tato, przynajmniej przez pierwsze dni.
- **Kontroluj to, co mówisz w obecności dziecka o jego pobycie w przedszkolu** – pamiętaj, że dziecko słyszy i żywo reaguje na Twoje słowa. Mówiąc, że jeśli będzie płakało w przedszkolu tak samo jutro jak dziś, to zostanie w domu, nie pomożesz mu przełamać bariery związanej z rozstaniem.
- **Witaj dziecko z uśmiechem**, gdy je odbierasz i ciesz się razem z nim, gdy następnego dnia idzie do przedszkola.

- Nie wymagaj od dziecka by od razu pokochało cały personel i przedszkole.
- Nie wywołuj dodatkowego stresu wymuszając na dziecku, by po przyjeździe do domu natychmiast opowiadało o przedszkolu. Samo zacznie opowiadać w odpowiednim momencie.
- **Obserwuj malca i dziel się z nami wszystkim co cię niepokoi**, z czym wydaje ci się, że masz problem. Nie wstydź się prosić o wsparcie.

CO POWINIEN ZAWIERAĆ „KOSZYCZEK” RODZICA, KTÓRY IDZIE DO PRZEDSZKOLA ZE SWOIM „MALUSZKIEM”

- **Uśmiech** na twarzy, ponieważ dziecko bardzo dokładnie ją obserwuje i wyczytuje dla siebie informacje wg których nastraja się pozytywnie lub negatywnie na cały dzień.
- **Zaufanie** do nauczycielek i całego personelu przedszkola. Oni wiedzą, jak zaopiekować się Twoim dzieckiem i zrobią to najlepiej jak potrafią. Twoje dziecko będzie czuło się bezpiecznie przy nowej pani tylko wtedy, gdy będzie wiedziało, że Ty też jej ufasz!
- **Pewność**, że dziecko sobie poradzi

CO POWINIEN ZAWIERAĆ „KOSZYCZEK” DZIECKA, IDĄCEGO DO PRZEDSZKOLA

- **Dobry humor**
- **Przytulankę**, która pomoże mu się rozstać z rodzicami
- **Kapcie** najlepiej na rzepy – podpisane imieniem i nazwiskiem
- **Zapasowe ubrania** najlepiej w podpisanym worku (3-4 pary majtek, skarpetki, rajstopy, podkoszulki, bluzeczki, spodnie/spódniczka – po kilka sztuk itp.)
- **Nawilżone chusteczki** (zostawić w półeczce dziecka)
- Jeśli jest potrzeba **pampersy**
- **Piżamkę, grzebień, kubeczek, szczoteczkę i pastę do zębów** (podpisane)
- **chusteczki higieniczne wyciągane** (3x 150 sztuk)- może być w późniejszym terminie.