



GRUPA 3-4 LATKÓW „MOTYLKI”

KILKA SŁÓW O ADAPTACJI DZIECKA DO PRZEDSZKOLA

Już w pierwszych dniach pobytu w przedszkolu pojawiają się w niektórych przypadkach problemy-dziecko rozpaczliwie broni się przed pozostaniem w obcym miejscu, często płacze. Dlatego warto już teraz zadbać o to, aby rozstanie z rodzicami było jak najmniej przykre.

Oto kilka wskazówek, którymi możecie się Państwo kierować przygotowując swoje pociechy do przedszkola:

- Gdy zapada decyzja o wysłaniu dziecka do przedszkola warto już wcześniej popracować nad niektórymi umiejętnościami, takimi jak: radzenie sobie z samoobsługą (jedzenie, ubieranie się, mycie, korzystanie z toalety...) zgłaszanie swoich potrzeb, zabawa z rówieśnikami.
- Przed właściwym rozpoczęciem chodzenia dziecka do przedszkola warto poznać wybraną placówkę: obejrzeć budynek przedszkola i jego otoczenie, poznać personel.
- Wspólnie przygotujcie w domu wyposażenie przedszkolaka.
- Chodzenie do przedszkola powinno być traktowane jako zupełnie naturalna rzecz (podobnie mama czy tata chodzi do pracy).
- Rodzice powinni być konsekwentni, gdyż przerywanie rytmu chodzenia do przedszkola przedłuża tylko okres adaptacji dziecka.
- Z czasem zrozumie ono, że chodzenie do przedszkola jest bardzo przyjemnym obowiązkiem.

- Pożegnanie z dzieckiem niech odbywa się bez pośpiechu, ale też bez zbytniego odwlekania momentu rozstania. Z obserwacji wiemy, że choć dziecko płacze i nie chce *puścić się* mamy, to kiedy ona wyjdzie z przedszkola *maluszek* bardzo szybko zaczyna bawić się z innymi dziećmi i już nie pamięta o porannych łzach.
- W pierwszych dniach dziecka w przedszkolu można regulować czas jego pobytu- odebrać je wcześniej lub przyprowadzić później. Trzeba to jednak wcześniej uzgodnić z nauczycielką.
- Ubranie maluszka powinno być wygodne i nie sprawiać mu kłopotu-zrezygnujmy więc z džinsów na korzyść dresu...
- W rozmowach z dzieckiem na temat przedszkola starajmy się podkreślać jego dobre strony. Pozwólmy dziecku się wyżyć i podtrzymujmy je na duchu. Przedszkolak powinien wiedzieć w jakich sytuacjach trudnych może zaufać swojej pani tak jak mamie.
- Warto nawiązać kontakt z wychowawcą grupy. Nauczyciel chętnie poinformuje rodzica o tym jak dziecko zjadło posiłek, czy dobrze się dziś bawiło, czy wystąpiły problemy wychowawcze, jak sobie radzi podczas zajęć i zabaw z rówieśnikami. Chętnie podpowiemy jaki kierunek pracy należy obrać w domu.
- Wiedza i umiejętności zdobyte w przedszkolu powinny być utrwalane w domu. Trzeba pracować z dzieckiem szczególnie w tych dziedzinach, które sprawiają mu największe trudności.
- Pamiętajmy, że opinie i uwagi nauczycielek szczególnie te trudne do zaakceptowania przez rodziców wynikają z troski o dziecko. Przedszkole jest partnerem rodziców we właściwym kształtowaniu osobowości ich pociech.
- Pobyt w przedszkolu jest tylko jednym z etapów w życiu dziecka, dołożmy więc starań by był on wspominany jako jedno z najradośniejszych okresów życia.

Przez pierwszy tydzień września , kiedy dzieci rozpoczynają edukację przedszkolną pozwalamy się im bawić tak, jak mają na to ochotę. Później stopniowo w sposób zabawowy wprowadzamy zasady i reguły obowiązujące w grupie.

Na ogół połowa września to koniec najważniejszego procesu adaptacyjnego. Dzieci ufnie przekraczają próg przedszkola, czują się bezpieczne i akceptowane. Chętnie bawią się z kolegami i są radosne. Nie znaczy to , że wszystkie dzieci zdążą się w przedszkolu zaklimatyzować i im właśnie należy poświęcić najwięcej czasu i uwagi.

Zdarza się, że po weekendzie lub dłuższej nieobecności spowodowanej chorobą dziecko niechętnie rozstaje się z rodzicami i znów adaptuje się do nowych warunków, ale za każdym razem trwa to coraz krócej.

Wszystkie działania podejmowane w naszym przedszkolu mają na celu ułatwić dzieciom start w przedszkolu oraz zachęcić rodziców do współpracy, tak aby stworzyć przedszkole partnerskie, twórcze, otwarte na potrzeby środowiska i przyjazne dziecku.

Zapraszamy Państwa do współpracy

LIST PRZEDSZKOLAKA DO RODZICÓW

<https://blizejprzedszkola.pl/artykul-2021,bez-placzu-do-przedszkola-to-mozliwe-czyli-rzecz-o-dobrej-adaptacji#>

Mamo! Tato!

Właśnie zostałem przedszkolakiem i potrzebuję waszego wsparcia:

Przed wyjściem do przedszkola

Stwórzcie poranny rytuał, da mi on poczucie bezpieczeństwa. Może to być wspólna pięciominutowa zabawa, wysłuchanie lub zaśpiewanie ulubionej piosenki, a może opowiecie mi historię o tym jak Wy chodziliście do przedszkola?

W szatni przedszkolnej

Spróbujcie żegnać się ze mną czule, ale szybko. Wiem, jakie to trudne, ale postarajcie się uodpornić na moje łzy. Pamiętajcie, że one są moim sposobem na stres i rozstanie. Zwykle jednak szybko zapominam o smutku. Pamiętajcie, że Wasze zdenerwowanie i niepewność wyczuje natychmiast a wtedy ... będę protestować jeszcze głośniejsze. Wymyślmy razem, co mogę zabrać do przedszkola, co doda mi odwagi i pocieszy.

Zawsze dotrzymujcie danego słowa

Jeżeli obiecujecie, że będziecie w pobliżu, bądźcie tam i nigdzie nie odchodźcie. Zawsze mówcie mi, co zamierzacie. Jeśli będziecie chcieli wyjść z przedszkola powiedzcie mi o tym, nawet jeśli wiecie, że się rozplaczę. Nie martwcie się, jest ze mną Pani wychowawczyni, która na pewno mnie przytuli. Jeśli będziecie chcieli powiedzieć mi, o której mnie odbierzecie, to nie mówcie, że będziecie za trzy godziny, bo ja nie wiem ile to jest. Lepiej jak usłyszę, że przyjdziecie po obiedzie, po odpoczynku, po podwieczorku. I nigdy się nie spóźniajcie. Nie chcę pomyśleć, że zapomnieliście o mnie.

Rozmawiajcie pozytywnie o przedszkolu

Pamiętajcie, że wszystko, co mówicie na temat przedszkola wpływa na to jak w nim się czuję. Wiem, że macie prawo do przeżywania własnych emocji - ale to są sprawy dorosłych. Ja jestem dzieckiem i bardzo chciałbym słyszeć jedynie spokojne i pełne szacunku opinie. Motywujcie mnie do przedszkola w sposób pozytywny – podkreślając często ile już udało mi się osiągnąć. Opowiedzcie najbliższemu o moich sukcesach (najlepiej przy mnie) - ale nie koloryzujcie.

Odbiór dziecka z przedszkola

Dbajcie o dobrą komunikację z moimi wychowawcami. Osoby opiekujące się mną powinny znać moje mocne i słabe strony oraz kłopoty, z jakimi właśnie się borykam. Pytajcie nie tylko o czy zjadłem obiad, ale jakie poczyniłem postępy, czy nawiązuję kontakty z rówieśnikami, w jakim stopniu jestem samodzielny.

Nigdy nie porównujcie mnie do innych dzieci. Nie ma reguły, co do czasu trwania i przebiegu adaptacji. Mam prawo przechodzić ją tak, jak przechodzę.

Samodzielność

Pomóżcie mi stać się samodzielnym przedszkolakiem. Bądźcie cierpliwi, kiedy będę długo sam się ubierał, zakładał i wiązał buty, jadł samodzielnie posiłek czy radził sobie w toalecie.

Bądźcie przy mnie i wspierajcie mnie, ale nie wyręczajcie w tych czynnościach.

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

WYPOSAŻENIE PRZEDSZKOLAKA

Przygotujmy je razem z dzieckiem, aby miało możliwość rozpoznawania swoich rzeczy. Wybierzmy się razem z dzieckiem po zakup potrzebnych rzeczy i dajmy mu możliwość wyboru.

- obuwie zmienne;
- ubranka na zmianę w podpisanym worku;
(koszulka, spodenki, bielizna, skarpety);
- opakowanie mokrych chusteczek.
- chusteczki higieniczne w pudełku;
- kubek, pasta do zębów i szczoteczka w etui (podpisane!);
- segregator na prace plastyczne z koszulkami;
- poszwa na kołdrę o wymiarach 140/200;
- piżama w podpisanym worku;