

Jak przygotować dziecko do przedszkola

Przedszkole odgrywa ważną rolę w życiu dziecka. Tu uczy się ono zasad życia w grupie, zabawy z rówieśnikami, rozwija samodzielność, zdobywa wiedzę oraz wiele innych umiejętności...

Pójście do przedszkola może być jednak trudną sprawą dla dziecka i jego rodziców, a z całą pewnością jest dużą zmianą w życiu dziecka, gdyż...

- często pierwszy raz rozstaje się ono na dłużej z rodzicami,
- poznaje nowe miejsce i wiele nowych osób,
- często ma jeszcze problem w swobodnym wyrażaniu swoich potrzeb.

Co może zrobić Rodzic, aby ułatwić dziecku przekroczenie progu przedszkolnego ?

- * Wytwarzać u dziecka pozytywne nastawienie do przedszkola. Nigdy nie straszyć dziecka przedszkolem.
- * Stopniowo dostosowywać rytm dnia dziecka do tego, jaki panuje w przedszkolu (np.: zbliżone pory posiłków, przesunięcie drzemki na godzinę odpowiadającą porze leżakowania).
- * Kształtować u dziecka umiejętności porozumiewania się z innymi dziećmi i dorosłymi (poprzez

zachętę do prowadzenia rozmów, dzielenie się przeżyciami).

- * Włączyć dziecko w przygotowania do pójścia do przedszkola, kupując wspólnie np.: kocyk czy kapcie.
- * Przeprowadzić tzw. trening umiejętności społecznych, polegający na doświadczaniu przez dziecko przebywania z innymi dorosłymi i dziećmi, a także rozstania z rodzicami.
- * Wdrażać dziecko do samoobsługi (samodzielne jedzenie łyżką, mycie rąk, załatwianie potrzeb fizjologicznych, zdejmowanie i ubieranie podstawowych części garderoby).
- * Dostarczać dziecku materiały plastyczne, z którymi zetknie się w przedszkolu – np. kredki, farby, plastelina itp.
- * Stopniowo oswajać dziecko z okolicą, budynkiem przedszkolnym, placem zabaw, a także salą i personelem placówki.
- * Wziąć udział w zajęciach adaptacyjnych.

Rodzicu pamiętaj, że adaptację utrudniają:

- Twoje wyrzuty sumienia,
- niepokój o dziecko,
- brak zaufania do placówki,
- podejrzliwość w stosunku do personelu,
- brak jasnych reguł,

- pośpiech, zdenerwowanie, spóźnianie się,
- brak czasu dla dziecka,
- brak zrozumienia dla jego zachowań, nadopiekuńczość

Dobre rady na pierwszy dzień:

- * opowiedz dziecku jak będzie wyglądał jego dzień i postaraj się, by tak było,
- * wstańcie na tyle wcześnie, by dać dziecku szansę na spokojne zjedzenie śniadania i inne rutynowe czynności,
- * ubierz dziecko wygodnie i tak, aby mogło samo się rozebrać (np. spodenki z gumką),
- * zaprowadź osobiście dziecko do przedszkola,
- * możliwie konkretnie powiedz dziecku, kiedy je odbierzesz (np. po obiedzie, czy też po leżakowaniu a nie „za chwilę”) i **koniecznie dotrzymaj obietnicy.**

Nie spóźniaj się nigdy z odebraniem dziecka!!!

- * miej dla niego czas, wyjdź odpowiednio wcześniej, żeby nie pędzić w pośpiechu,
- * nie przeciągaj pożegnania – nic tak nie utrwała płaczu dziecka jak świadomość, że za jego pomocą może ono osiągnąć to, na czym mu w danej chwili zależy,
- * w czasie rozstania przytul i zapewnij, że wrócisz,
- * nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze, jeśli zrobisz to raz, będzie wiedziało, że łzami wszystko wymusi,

- * nie wchodź do sali na dłużej razem z dzieckiem; przekaż dziecko nauczycielce i wyjdź z sali,
- * nie przeciągaj pożegnania – bądź świadomy, że często drugie pożegnanie jest trudniejsze i bardziej dramatyczne od pierwszego.

**Świętuj ten dzień z dzieckiem – to pierwszy krok ku samodzielności
Twojego dziecka!!!**

Opracowała: Amelia Pergół

