

Drodzy Rodzice,

naszym oraz waszym zadaniem jest sprawić, aby nowy etap w życiu waszych dzieci, którym jest pójście do przedszkola, przebiegał łagodnie i bezstresowo. Dla maluszków jest to wielkie przeżycie- zmiana środowiska, wejście do nowego budynku, spotkanie nowych osób, a także długi czas bez rodziców. Przygotowaliśmy zatem listę przydatnych porad dla Państwa, dzięki którym wspólnie pomożemy dzieciom w łatwiejszym starcie w nowym dla nich miejscu.

WYPRAWKA TRZYLATKA:

1. Wygodne ubranie, które umożliwi swobodne poruszanie się oraz korzystanie z toalety, dostosowane do warunków atmosferycznych;
2. Wygodna piżama (podpisana);
3. Koczek o wymiarach 120 x 140 lub 140 x 160;
4. Poduszka, tzw. jasek;
5. Kaptcie na rzepy lub gumki;
6. Worek z ubraniami na zmianę (2 sztuki majtek, skarpetki, rajstopy, podkoszulka, spodnie, bluzeczka- wszystko podpisane)
7. Przytulanka – ulubiony pluszak, tzw. pocieszyciel, który będzie dawał dziecku poczucie bezpieczeństwa

PRZEDSZKOLNA GARDEROBA I JEJ TAJEMNICE:

1. Początkujący przedszkolak potrafi samodzielnie założyć spodnie i majteczki, niektórym udaje się też założyć skarpetki i buciki. Aby maluchowi było łatwiej, dobrze jest zakładać mu do przedszkola spodnie na gumce, bez suwaka i bez szelek. Z różnych rodzajów kapci najlepiej sprawdzają się wsuwane.
2. Maluszek nie potrafi zapinać guzików. Jednak paluszki trzylatka są już na tyle sprawne, żeby podjąć próby rozpięcia dużych guzików, takich jak np. przy płaszczu mamy.
3. Smyk może się pobrudzić. To bardzo dobrze, że mały odkrywca chce wszystko dotknąć, bo w ten sposób poznaje świat. Zamiast karcić go za plamy na bluzeczce czy spodniach, lepiej kupić mu takie ubranka, które można często prać.

UMIĘTNOŚCI PRZEDSZKOLAKA:

1. **Jedzenie-** Im bardziej dziecko jest samodzielne przy stole, tym lepiej. Panie pomagają maluchom we wszystkich czynnościach, ale nie są w stanie nakarmić całej grupy. Zaradny smyk będzie miał łatwiej.
2. **Ubieranie-** Na doskonalenie tej umiejętności jest jeszcze czas, ale dobrze by debiutujący przedszkolak chociaż próbował założyć na siebie cokolwiek. Jeśli umie więcej, nie będzie się stresował nieporadnością.
3. **Korzystanie z toalety-** to przedszkolna podstawa. Trzylatkowi mogą zdarzyć się tzw. awarie, zwłaszcza na początku, gdy stres jest największy. Nigdy nie wolno obwiniać za to dziecka.
4. **Zgłaszanie potrzeb-** dziecko musi wiedzieć, że w przedszkolu opiekuje się nim pani i to jej, tak jak w domu mamie, powinno mówić, czego potrzebuje. Bawiąc się z malcem w przedszkole, warto wcielić się w rolę pani albo w rolę dziecka i pokazać, jak należy zgłaszać swoje potrzeby.
5. **Porozumiewanie się-** dobrze jest sprawdzić czy obce osoby są w stanie pojąć, o co chodzi dziecku, bo żeby zgłaszać potrzeby, malec powinien mówić zrozumiale. Przy trudnościach z porozumiewaniem się, należy koniecznie o tym poinformować wychowawcę.

PRZEDSZKOLE W NAPACHANIU

6. **Zabawa z rówieśnikami**- choć małe dzieci lubią towarzystwo innych maluchów, nie zawsze potrafią się z nimi bawić. Dobrze, aby choć na krótko byli w stanie nawiązać ze sobą kontakt. To bardzo ułatwi przedszkolne zabawy. Warto wykorzystać chwile na placu zabaw, pobyt u znajomych itp., by maluch wprawiał się w zabawach z rówieśnikami.
7. **Skupienie uwagi**- najmłodszy przedszkolak powinien umieć przez pięć minut skoncentrować się na jednej czynności: słuchać bajki czytanej lub opowiedanej przez dorosłego, wspólnie z nim śpiewać piosenkę lub układać puzzle.

PRZYKAZANIA DLA RODZICÓW:

1. **Uwierz, że przedszkole jest naprawdę dobrym miejscem dla dziecka.** Według badań dla rozwoju dzieci bardzo ważne jest przyzwyczajanie ich do działania w grupie rówieśników, wykształcenie w nich ciekawości świata, umiejętności współpracy i rozwiązywania konfliktów, wytrwałości w wykonywaniu zadań i pewności siebie. Te umiejętności są dzieciom niezbędne, aby później mogły dobrze radzić sobie w szkole.
2. **Nie oczekuj, że maluch zakocha się w przedszkolu od pierwszego wejrzenia.** Początki zwykle bywają trudne. Z kolei potem sześciolatkom ciężko jest się rozstać z przedszkolem.
3. **Nie strasz.** Nigdy nie mów, że jeżeli dziecko się nie nauczy wołać siusiu, to panie w przedszkolu będą złe, będą na niego krzychały itp. To nie pomoże, a przecież i tak wkrótce malec zacznie sygnalizować swoje potrzeby. Jeszcze trochę cierpliwości.
4. **Pamiętaj o krótkim pożegnaniu z dzieckiem.** Nie wychodź bez uprzedzenia, ucałuj i powiedz, kiedy przyjdiesz np. po obiedzie. Być może nie unikniesz też, ale malcowi będzie łatwiej.

BŁĘDY, KTÓRYCH NIE POWINNO SIĘ POPEŁNIAĆ:

1. **Nie strasz dziecka przedszkolem.** Nie mów, że dzieci będą się śmiały, jeśli maluch nie nauczy się np. ładnie jeść. Nie szantażuj, że o jego złym zachowaniu w domu powiesz pani w przedszkolu.
2. **Nie opowiadaj o swoich obawach i wątpliwościach w obecności dziecka.** Nie analizuj, czy słusznie zrobiłeś/aś zapisując dziecka do przedszkola. Nie strasz też swoimi przykrymi przedszkolnymi przeżyciami. Maluch musi wiedzieć, że miejsce, w którym ma spędzać czas bez rodziców, jest najlepsze i najbardziej bezpieczne pod słońcem.
3. **Nie obiecuj rzeczy, co do których nie masz pewności.** Lepiej wcześniej się upewnij, jakie zasady obowiązują w przedszkolu.

JAK OSWOIĆ DZIECKO Z NOWYM MIEJSCEM?

1. **Zaplanuj spacer w okolice przedszkola.** Jeśli mieszkacie w pobliżu, przy każdej okazji oglądajcie budynek, plac zabaw i teren wokół.
2. **Przedstaw dziecku jego przyszłą panią.** Zdecydowanie lepiej, kiedy maluch może poznać swoją panią wcześniej, np. podczas dni adaptacyjnych. W waszych opowieściach o przedszkolu będzie istniała jako konkretna osoba, która ma imię, jasne lub ciemne włosy i miły uśmiech.
3. **Opowiadaj o tym, co dzieje się w przedszkolu.** Spróbuj dostosować rytm dnia w domu do rytmu przedszkolnego. Przy obiedzie mów np. że przedszkolaki też myją ręczki i siadają do stołu.
4. **Czytaj książeczki, których bohaterowie chodzą lub będą chodzić do przedszkola,** np. opowiadania z serii o żółtym Franklinie, o Kamyczku albo bajki terapeutyczne (np. autorstwa Marii Molickiej lub Doris Brett).
5. **Zabierz dziecko na przedszkolne zakupy.** Wspólnie wybierzcie kapcie do przedszkola, piżamkę. Kupując ubranka, kieruj się też względami praktycznymi: daruj sobie guziki, suwaki i sznurówki. Przede wszystkim pamiętaj, że ubranka muszą też przypaść do gustu Twojemu dziecku.