

Adaptacja dzieci w przedszkolu... czyli jak uniknąć niepotrzebnych łez...



Wrzesień zbliża się wielkimi krokami, a co za tym idzie w przedszkolach pojawią się dzieci, które po raz pierwszy przekroczą przedszkolny próg... Dobrze wiemy, że pierwsze dni, a nawet tygodnie, w sporadycznych przypadkach również i miesiące dla niektórych dzieci są naprawdę trudne.

Jak przygotować dziecko na przyjęcie do przedszkola? Jak sobie poradzić z dziećmi, dla których pierwsze dni są naprawdę trudne? Jak pomóc dziecku zaaklimatyzować się w przedszkolnej grupie? Co powiedzieć rodzicom? Takie pytania zadaje sobie niejedna z nas, gdy od nowego roku szkolnego rozpoczynamy pracę w grupie maluszków... Poniżej znajdziecie kilka rad oraz zestawienie książek, które mogą okazać się pomocne dla dzieci, rodziców i nauczycieli.

Trudny start...

Nie ma chyba złotego środka na to jak to wszystko zrobić i zorganizować by pierwsze, wrześnie dni obyły się bez płaczu zarówno u dzieci jak i u niektórych mam... Pewne jest, że to właśnie od rodziców w dużej mierze zależy, w jaki sposób dzieci przejdą proces adaptacji do przedszkola. Pierwszy dzień jest kluczowy dla dobrego zaaklimatyzowania się każdego przedszkolaka. Dlatego to rodzice muszą dobrze się do tego dnia przygotować, by moment rozstania był dla dziecka jak najmniej stresujący. Dlatego poniżej znajdziecie kilka rad, które można przekazać rodzicom dzieci, które rozpoczynają swoją przygodę z przedszkolem.

Jak przygotować dziecko do roli przedszkolaka?

Kilka odpowiedzi...

- Drogi rodzicu staraj się jak najwięcej mówić swojemu dziecku o przedszkolu. Powinno ono wiedzieć, że będzie się tam mogło bawić z kolegami i koleżankami, rysować, oraz że czekają tam na niego zabawki i przede wszystkim miłe Panie, które będą się nim opiekować, kiedy wy będziecie w pracy.
- PAMIĘTAJ! Dziecko musi wiedzieć, jak wygląda przedszkole - dlatego wybierz się na spacer i pokaż dziecku gdzie będzie chodzić do przedszkola.
- Wspólnie z dzieckiem weź udział w dniach otwartych organizowanych w przedszkolu.
- WYPRAWKA - nie kupuj sam rzeczy, których dziecko będzie potrzebowało w przedszkolu, postaraj się wspólnie z dzieckiem wybrać na zakupy i pozwól, aby to ono wybrało kapcie lub worek.
- SAMOBSŁUGA - to bardzo ważne by przed zapisaniem dziecka do przedszkola nauczyć go takich czynności samoobsługowych jak: ubieranie i rozbieranie się, samodzielne jedzenie, mycie rąk czy korzystanie z toalety. Panie w przedszkolu oczywiście pomogą twojemu dziecku, ale na pewno maluch będzie czuł się bardziej komfortowo, gdy opanuje w domu te najprostsze czynności.
- NIE MARTW SIĘ! Jeżeli po raz pierwszy twoje dziecko idzie do przedszkole, nie zamartwiaj się z tego powodu, dziecko szybko wyczuje to i będzie negatywnie nastawione do nowego etapu swego życia. Dodatkowo niekorzystnie wpłynie na niego usłyszane z twoich ust zdanie „Co to będzie?... jak ty sobie dasz radę?... nie

umiesz tego...”.

- Jeśli Twoje dziecko nigdy nie rozstawało się z domem lub z rodzicami warto pomyśleć nad zostawianiem go na kilka godzin pod opieką babci lub sąsiadki - przekona się, że po rozstaniu znów spotka się z rodzicami.
- Jeżeli masz wątpliwości i pytania, szczerze porozmawiaj z nauczycielem oraz dyrektorem placówki, do której zapisałeś swoje dziecko.
- PRZEDSZKOLNE KSIĄŻECZKI! Warto przed pierwszymi dniami dziecka w przedszkolu poczytać książeczki, które są specjalnie napisane na tą okazję, aby twojemu dziecku było się łatwiej przygotować do nowej roli. Poniżej znajdziecie kilka tytułów takich opowiadań.
- NIE STRASZ! Pamiętaj nigdy nie strasz dziecka przedszkolem, tym co go może tam spotkać oraz Paniąmi pracującymi w przedszkolu.

Pierwszy dzień!

Jak należy się przygotować do pierwszego dnia w przedszkolu? Wspólnie z dzieckiem przygotujcie wszystko co niezbędne dzień wcześniej, aby rano, nie robić niepotrzebnego zamieszania. Dodatkowo poniżej znajdziecie kilka rad.

W tym dniu każdy rodzic powinien ze sobą zabrać:

- przede wszystkim uśmiech na twarzy,
- równie ważny jest spokój i cierpliwość,
- zaufanie do nauczycielek i całego personelu,
- NAJWAŻNIEJSZE! 100% pewności, że dziecko sobie poradzi!

Co powinno zababrać ze sobą dziecko idąc pierwszy raz do przedszkola:

- przede wszystkim dobry humor,
- przytulankę, która będzie „wspierać” Waszą pociechę,
- pantofle w worku tekstylnym podpisane imieniem i nazwiskiem,
- ubrania na przebranie w razie konieczności zmiany odzieży, bielizny (zostawiamy na półce w szatni, dbamy o to by zawsze było coś zapasowego).

Pierwsze dni...

O czym powinien pamiętać rodzic w pierwszym tygodniu...

- PAMIĘTAJ! Nie przeciągaj pożegnania w szatni, im krócej będzie to trwało tym będzie lepiej dla ciebie i dla dziecka, zatem pomóż się dziecku rozebrać, pocałuj je na „do widzenia” i wyjdź.
- BARDZO WAŻNE! Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu - jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić i następnego dnia znów będzie płakało by zabrać je do domu. Panie w przedszkolu robią wszystko co w ich mocy, aby pobyt dziecka w przedszkolu był przyjemnością, a nie przymusem.
- PAMIĘTAJ, NIE PRZEKUPUJ! Nie obiecuj dziecku - *jeśli pójdziesz do przedszkola, dostaniesz prezent*. Po wyjściu z przedszkola, możesz dać mu słodki drobiazg, ale nie może to być przekupywanie dziecka.
- ZWAŻAJ NA TO, CO MÓWISZ! Drogi rodzicu kontroluj swoje wypowiedzi - to bardzo ważne: zamiast „już możemy iść do domu”, powiedz „*teraz idziemy do domu*”, niby niewielka różnica, a dla dziecka wiele to zmienia. Ponieważ dziecko nie powinno czuć, że przebywanie w przedszkolu jest sytuacją przymusową, ma się tu bowiem dobrze bawić.
- NIE WYMUSZAJ! Nie wymuszaj na dziecku, aby od razu opowiadało, co wydarzyło

się w przedszkolu, także i ono musi sobie to wszystko w głowie poukładać. Jeśli będzie gotowe - samo chętnie ci opowie.

- DOTRZYMUJ OBIETNIC! Gdy powiesz dziecku, że przyjdiesz po niego o określonej porze to zawsze dotrzymuj słowa.
- GARDEROBA! Ubieraj swoje dziecko w wygodne spodnie i bluzki, które z łatwością będzie mógł sam rozebrać i ubrać. To ważne np. podczas korzystania z toalety oraz przygotowywania się do poobiedniego odpoczynku.
- OBUWIE! Jeżeli twoje dziecko nie umie wiązać sznurówek zakup mu buty na rzepy, przy dużej grupie Pani będzie ciężko, przed każdym wyjściem wiązać buty wszystkim przedszkolakom.
- WAŻNE! Jeżeli dziecko jest bardziej przywiązane do mamy będzie lepiej, jak w pierwszych dniach do przedszkola Waszą pociechę będzie odprowadzać tata, babcia lub dziadek.

Warto przeczytać...

Poniżej znajdziecie zestawienie kilku książek, które warto mieć w domowej i przedszkolnej bibliotece.

Książeczki dla przyszłego przedszkolaka

1. W przedszkolu. Obrazki dla maluchów, Emilie Beaumont i Nathalie Belineau
2. Tupcio Chrupcio nie chce iść do przedszkola, Anna Casalis
3. Kubuś idzie do przedszkola, V. Costetti i M. Rinaldi
4. W przedszkolu, Wandrey Guido
5. Kamyczek. Przedszkole, Christine LHeureux
6. Lulaki, Pan Czekoladka i przedszkolaki, czyli ważne sprawy małych ludzi, Beata Ostrowicka
7. Zuzia idzie do przedszkola, Liane Schneider i Eva Wenzel - Bürger
8. Pora do przedszkola, Anna Sójka
9. Wkrótce będę przedszkolakiem, Karolina Turek

Poradniki dla rodziców

1. Moje dziecko idzie do przedszkola. Nowe regulacje prawne w wychowaniu przedszkolnym
2. Moje dziecko w przedszkolu: poradnik dla rodziców, Wyd. HARMONIA, red. Aneta Jegier
3. Niekończąca się historia...: poradnik dla rodziców, o tym, jak wprowadzić dziecko w świat przedszkola, Karolina Turek
4. Trzylatek w przedszkolu: gotowość dziecka trzyletniego do podjęcia edukacji przedszkolnej, Anna Klim - Klimaszewska
5. Czas na przedszkole: czyli jak pomóc dziecku zaadaptować się w grupie przedszkolnej, Anna Kałużny, Marta Misztela