

# WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW

## **1. Aby ułatwić dzieciom adaptację w przedszkolu już wcześniej zachęcamy do wykonywania czynności samoobsługowych związanych z:**

- myciem rąk
- korzystaniem z toalety (z sedesu i papieru toaletowego)
- wycieraniem noska
- ubieraniem się (samodzielnym zakładaniem tego, co potrafi)
- chodzeniem bez użycia wózka
- spożywaniem posiłków różnej konsystencji

PAMIĘTAJMY, ŻE IM BARDZIEJ DZIECKO JEST SAMODZIELNE, TYM ŁATWIEJ BĘDZIE MU SIĘ POGODZIĆ Z NIEOBECNOŚCIĄ RODZICÓW W PRZEDSZKOLU.

## **2. Ubierając dziecko do przedszkola przestrzegamy zasad:**

- zakładamy spodnie lub spódniczki z gumkami, które ułatwiają samoobsługę
- zwróćmy uwagę, by obuwie (kaptcie i buty) nie miało śliskiej podeszwy i było łatwe do zakładania

## **3. Aby ułatwić rozstanie:**

- nie przedłużajmy pożegnania w szatni; dziecko samo odczuwa lęk przed nową sytuacją, lęk i lzy dorosłych dodatkowo go potęgują
- nie ulegajmy dziecku i nie zabierajmy go z powrotem do domu- dziecko nabierze pewności, że łzami może wiele wymusić
- jeżeli rozstania z mamą są szczególnie bolesne spróbujmy, by do przedszkola przyprowadzał je tata
- nie składajmy dziecku obietnic, których nie możemy dotrzymać: nie mówmy dziecku, że zostanie odebrane po śniadaniu, jeżeli wiemy, że odbierzemy je po obiedzie
- przez pierwsze dni (jeżeli istnieje taka możliwość) odbierajmy dziecko wcześniej; najlepszą porą jest czas po obiedzie, dziecko uczy się w ten sposób porządku dnia w przedszkolu

## **4. Przygotowanie dziecka do pójścia do przedszkola:**

- poinformowanie dziecka dlaczego będzie chodzić do przedszkola (np. mama musi iść do pracy więc rodzice zdecydowali, że w przedszkolu dziecko będzie miało najlepszą opiekę)
- uświadomienie dziecku zalet przedszkola: wielu nowych kolegów i koleżanek, nowe zabawki, wychowawczyni, która zna dużo ciekawych zabaw, piosenek i wierszyków
- opowiadanie dziecku, jak to było, gdy rodzice chodzili do przedszkola
- wspólne czytanie opowiadań, wierszyków, w których dzieci uczęszczają do przedszkola
- ćwiczenie z dzieckiem samoobsługi- ważne jest, aby dziecko potrafiło wyartykułować swoje potrzeby, a także podejmowało próby ich zaspokojenia
- wspólne kupowanie „wyprawki” dla przyszłego przedszkolaka.