

PIERWSZE DNI W PRZEDSZKOLU
RADY DLA RODZICÓW PRZEDSZKOLAKA

1. Zaufaj personelowi przedszkola- on wie, jak zaopiekować się Twoim dzieckiem i zrobi to najlepiej jak potrafi. Twoje dziecko będzie czuło się bezpiecznie przy nowej pani tylko wtedy, gdy będzie wiedziało, że Ty też jej ufasz!
2. Nie używaj zwrotów typu „dasz radę”, „poradzisz sobie”, „nie będzie tak źle”. Dziecko zacznie traktować przedszkole jako wyzwanie, coś, z czym musi uporać się, a nie jako coś przyjemnego.
3. Nie ubarwiaj rzeczywistości. Nie obiecuj czegoś, czego dziecko nie doświadczy faktycznie w przedszkolu np. „będziecie jeść lody na deser i codziennie chodzić do zoo...”
4. Wprowadź rytm przedszkolny (poranne wstawanie, godziny posiłków) oraz zwyczaje, np. sprzątanie zabawek przed wyjściem na spacer, zapoznavanie z obcymi równoletkami, danie szansy poznania nowych dorosłych.
5. Unikaj pośpiechu, aby zdążyć przytulić dziecko i spokojnie pożegnać się z nim. Nie należy jednak przedłużać samego momentu rozstania.

Nie wymykaj się cichaczem, dziecko poczuje się oszukane i straci zaufanie.

6. Nie wchodź do sali razem z dzieckiem mimo jego nalegań. Twój pobyt w sali nie zmieni sytuacji, a jednocześnie może źle wpływać na inne dzieci, które są bez rodziców.
7. Staraj się na początku przyprowadzać dziecko do przedszkola najpóźniej jak to możliwe i odbierać jak najwcześniej, pamiętając o czytelnych dla dziecka komunikatach: „Przyjdę po ciebie po obiedzie”, „Przyjdę, jak będziecie się bawić na podwórku”, a nie mówić: „Przyjdę po ciebie niedługo”.
8. W swoim postępowaniu bądź konsekwentny. Jeżeli zdecydujesz, że dziecko będziesz odbierać o godz. 13.00, to przestrzegaj tego ustalenia. Nie wprowadzaj zmian, zabierając je z przedszkola po obiedzie o 12.30, bo np. może to zrobić babcia, która akurat jest na urlopie.
9. Nie daj sobą manipulować. Nie zabieraj z powrotem do domu „rozhisteryzowanego” dziecka z szatni, spod drzwi sali. Lepiej wrócić po dwóch, trzech godzinach i w porozumieniu z wychowawcami, jeśli to jeszcze będzie konieczne, odebrać dziecko niż „poddąć się” od razu.
10. Towarzysz swojemu dziecku w jego emocjach, nazywaj je i akceptuj. „Wiem, że się boisz”, „To wymaga odwagi”. Pozwól wyrazić złość i negatywne opinie: „Nie lubię pani!”, „Nie lubię Franka!” – dopytaj: „Nie lubisz? A dlaczego? Co ci się nie podoba?”. Należy uczyć rozmowy o trudnych rzeczach, a nie tylko pocieszać i przekonywać, że „będzie dobrze”.

11. Nie oszukuj swojego dziecka. Ono musi wiedzieć, że idzie do przedszkola, a nie do sklepu, oraz że spędzi tam dłuższy czas, a nie krótką chwilę.
12. Musisz się przygotować na to, że przerwa na weekend lub choroba to zaczynanie od początku.
13. Staraj się rozmawiać o przedszkolu, pytając o konkrety: „Widziałem w waszej sali wóz strażacki, bawiłeś się nim?”, „Koło kogo siedziałeś przy obiedzie”
14. W obecności dziecka lub kiedy może ono słyszeć (rozmowy telefoniczne z dziadkami, koleżankami), nie mów o trudnościach w przedszkolu lub swoich negatywnych ocenach placówki, lecz akcentuj to, co krok po kroku się udaje i co jest pozytywne.
15. Mów pozytywnie o przedszkolu, buduj zaufanie do nauczycieli przedszkola rozmawiaj z maluchem o przedszkolu. Rozbudzaj ciekawość, wręcz prowokuj radosne oczekiwanie na pobyt w przedszkolu.
16. Nie strasz dziecka przedszkolem np. „Zobaczysz w przedszkolu to cię nauczą” lub „Jak nie będziesz grzeczny to pójdziesz do przedszkola...”
17. W sprawach jedzenia nie decyduj za dziecko - "Proszę nie dawać mojemu dziecku zupy , jajek (itd.), bo nie lubi". Jeżeli nie ma żadnych przeciwwskazań lekarskich dotyczących danej potrawy, spróbuj zachęcić do jej zjedania.
18. Dodawaj maluchowi wiary w siebie: „Jestem z ciebie dumny, mój przedszkolaku”.
19. Zaopatrz dziecko w opiekuna w postaci ulubionej przytulanki (nie zapomnij jej zabrać z przedszkola z powrotem).
20. Chwal swoje dziecko za każdy drobny sukces. Częściej niż zwykle przytulaj je, okazuj miłość, ale nie nagradzaj kupując kolejną zabawkę czy słodycze.
21. Odpowiadaj zawsze na pytania dziecka w sposób zrozumiały, odwołując się do jego własnego rozumu.
22. Szanuj dziecko, jako osobę i nigdy go nie wyśmiewaj.
23. Akceptuj dziecko i wspieraj je, staraj się zrozumieć jego stres.
24. Spędzaj ze swym dzieckiem dużo czasu po południu, pytaj i słuchaj.
25. Czuwaj nad bezpieczeństwem emocjonalnym swojego dziecka w przedszkolu, współpracuj z wychowawcami oraz pedagogiem. Mów wprost o swoich obawach, rozterkach, spostrzeżeniach i, również otwarcie, wysłuchuj uwag i wskazówek.

Daj szansę swojemu dziecku. Daj szansę personelowi przedszkola.

Pomagaj dziecku w osiągnięciu samodzielności:

- przyzwyczajaj do samodzielnego załatwiania potrzeb fizjologicznych, mycia rąk i buzi, ubierania i rozbierania się, korzystania z chusteczek higienicznych;
- ucz zdejmowania i zakładania ubrań;
- dobieraj garderobę, która łatwo się zdejmuje (spodenki z gumką, luźne bluzy wciągane przez głowę, buciki na rzepy lub zamek);
- wdrażaj dziecko do utrzymywania w ładzie i porządku garderoby;
- zachęcaj do samodzielnego jedzenia - picia z kubka, używania łyżki podczas posiłków;
- odzwyczaj dziecko od smoczka i butelki, pampersa;
- motywuj dziecko do samodzielności, stosuj pochwały, np. "Złożyłeś zabawki sam, jak prawdziwy przedszkolak";
- zachęcaj do odkładania zabawek na wyznaczone miejsce;
- organizuj dziecku zabawy ruchowe, np. bieganie, chodzenie po schodach, wspinanie się;
- stwarzaj okazje sprzyjające rozwojowi mowy;
- wdrażaj dziecko do przestrzegania umów i zasad;
- dostosuj rytm dnia do potrzeb przyszłego przedszkolaka.