

PORADY NA START DLA RODZICÓW „MALUCHÓW”

Rodzice odgrywają niebagatelną rolę w przygotowywaniu dziecka do pójścia do przedszkola. Podpowiadamy, w jaki sposób „oswoić” pociechę z przedszkolem.

- **Pracuj w domu nad przygotowaniem dziecka do przedszkola.**

Nauczycielki oczekują, że dziecko będzie reagowało na swoje imię, wykonywało proste polecenia, typu: podejdź, usiądź, wstań, odłóż na miejsce, będzie akceptowało obecność innych dzieci, sygnalizowało potrzeby fizjologiczne. W przedszkolu dzieci nie korzystają z pampersów. Do wypracowania nawyku czystości dziecko potrzebuje treningu, ale przede wszystkim przykładu do naśladowania.

Zadbaj o wyrabianie samodzielności u dzieci – przy stole, w łazience, w toalecie, podczas zmiany odzieży. Przydzielaj dziecku proste i bezpieczne zadania typu: sprzątanie zabawek, przynoszenie nietłukących się naczyń, wyrzucanie śmieci do kosza, segregowania prania (białe- kolorowe), pomoc w rozpakowaniu zakupów.

Dzięki samodzielności Twoje dziecko nabierze do siebie zaufania, będzie wiedziało, że sobie poradzi. To sprawi, że nie będzie czuło się bezradne i zagubione czekając na pomoc dorosłego.

Nadopiekuńczość rodziców polegająca na wyręczaniu dziecka w najprostszych czynnościach tj. jedzenie, czynności samoobsługowe może spowodować:

- 1) oczekiwanie na natychmiastową pomoc i dyskomfort
- 2) niską samoocenę i lęk przed nową sytuacją („nie poradzę sobie”)
- 3) niechęć dziecka do samodzielnego wykonywania zadań i obowiązków

Wydłużaj czas pozostawiania malucha pod opieką innej osoby. Pomoże mu to doświadczyć, że pod opieką innej osoby nic złego się nie dzieje i że mama lub tata wracają do dziecka.

Wdrażaj malucha do przebywania wśród innych dzieci. Organizuj spotkania w kilkusobowym gronie dzieci w domu i na podwórku. Obserwuj, czy dziecko potrafi dzielić się zabawkami, jak się zachowuje w sytuacjach konfliktowych.

Warto czytać dziecku książeczki o przedszkolu, np.:

M. Kozłowska „Feluś i Gucio idą do przedszkola”,

A. Głowacka „Kocia Kocia w przedszkolu”,

E. Piotrowska „Tupcio Chrupcio. Przedszkolak na medal”,

J. Bednarek, M. Kurczewska „Dusia i Psinek- Świnek - Pierwszy dzień w przedszkolu”,

Ch.Tielmann, S.Kraushaar „Maks idzie do przedszkola”.

- **Okazuj dziecku radość i ciesz się razem z nim, że idzie do przedszkola.**

Staraj się uświadomić maluchowi, że przedszkole to przyjazne miejsce, gdzie jest dużo zabawek, kolegów, koleżanek, gdzie się dużo dzieje. Nie wygłaszaj stwierdzeń typu: „Pójdiesz do przedszkola, tam panie szybko cię nauczą jak się sprząta!” lub „**Musisz** iść do przedszkola, bo ja muszę iść do pracy i nie mogę cię zabrać ze sobą”. Podawaj przykłady, opowiadaj, co dziecko będzie w przedszkolu robiło, okazując przy tym pozytywne emocje.

- **Rano budź dziecko z uśmiechem na twarzy.**
- **Krótkie pożegnania to dobre pożegnania.** Zwracaj uwagę na swoją mowę ciała, ton głosu, nie okazuj dziecku własnego lęku i niepewności.
- **Nie pytaj co i ile dziecko zjadło** (to z punktu widzenia dziecka nieistotne, maluchy szybko o tym zapominają) – **zapytaj z kim i w co się bawiło!** Wyrażaj zadowolenie z najdrobniejszych osiągnięć dziecka.
- **Pamiętaj, iż płacz dziecka wynika z lęku separacyjnego** – maluch zostaje sam w nowym dla niego środowisku, gdzie wszystko wygląda inaczej niż w domu, są zasady grupowe, którym należy się podporządkować, nauczycielka inaczej mówi niż mama, inaczej się uśmiecha, inaczej gestykuluje.

Smutek i płacz są na początku czymś naturalnym. Nie myśl, że dziecku dzieje się jakaś krzywda! Zdaniem psychologów należy dzieciom pozwolić się wypłakać. Przedszkole i wszystko, co się znajduje wokół dziecka może wydawać się obce i groźne przez długie dni. Jeżeli chcesz pomóc dziecku w trudnych dniach adaptacji, nie uspokajaj dziecka na siłę, posadź je na kolanach i mocno przytul.

Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu – jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić i sytuacja będzie się powtarzać.

- **Pamiętaj o zapasowym ubranku dla dziecka** pozostawionym w szatni w podpisanym worku (koszulka, bluzka, majtki, rajstopy/spodnie, skarpetki). Staraj się, by ubranie, w którym dziecko przychodzi do przedszkola było wygodne, łatwe do zdjęcia, kapcie nie miały śliskiej podeszwy, a buty przeznaczone na podwórko były zapinane na rzepy.
- Na czas poobiedniego odpoczynku- **przygotuj dziecku pościel**. Twoje dziecko może protestować podczas zmiany ubrania, dlatego w pierwszym okresie możemy odstąpić od reguły przebierania Twego dziecka do snu, zdejmie jedynie kapciuszki.
- **Wszystkie wątpliwości lub pytania kieruj do nauczyciela**, który spędza z dzieckiem większość dnia.

RODZICU, WIEMY, ŻE POWIERZASZ NAM SWÓJ NAJCENNIJSZY SKARB. BĘDIEMY SIĘ O NIEGO TROSZCZYĆ!