

Najważniejsze rady na pierwsze dni w przedszkolu

Większość trzylatków przechodzi adaptację pomyślnie i już po kilku dniach widać, że dziecko przystosowało się do nowej sytuacji. Są jednak maluchy, które potrzebują nawet miesiąca. Dlatego pamiętaj, żeby być cierpliwym. Choć czasem to bardzo trudne! Poniżej znajdziesz rady pomocne przy adaptacji:

1. Pozytywne nastawienie

Mam tu na myśli stan ducha zarówno Twój, drogi Rodzicu, jak i Twojego dziecka. Podkreślaj często, że przedszkole jest super, dzieci się tam bawią i śpiewają, pani czyta książeczki i można zwrócić się do niej z każdym problemem, jest pyszne jedzenie, można budować z klocków, są samochody i garaże i takie zabawki, których nie ma u was w domu!

2. Konsekwencja i stanowczość

Konsekwencja w decyzji o posłaniu dziecka do przedszkola to sprawa absolutnie konieczna. Okres adaptacji jest naturalny, czasem trzeba czekać wiele dni, zanim dziecko z uśmiechem przekroczy próg przedszkola. Jeśli rodzic ulega prośbom dziecka, żeby zostać w domu, okres adaptacji będzie się wydłużał, a każdy kolejny dzień w przedszkolu może być trudniejszy. Zamiast ulegać namowom dziecka i zostawiać je w domu – zaprowadź pociechę do przedszkola, ale odbierz wcześniej. Stanowczość wyrazić zaś należy w postaci następujących informacji: *Wybrałem/am dla Ciebie najlepsze przedszkole. Ja chodzę do pracy, ty w tym czasie do przedszkola. Nie możesz zostać sam/sama w domu, bo tam nikogo nie będzie. Odbiorę cię po zupie/obiedzie.*

3. Zegar czynnościowy

Trzeba mieć świadomość, że maluchy nie orientują się w upływie czasu, co dodatkowo potrafi utrudnić adaptację. Trudno się umówić z dzieckiem, kiedy po nie przyjdziemy i oczekiwać, że trzylatek zrozumie i to zaakceptuje. Dlatego polecam wykorzystywanie zegara czynnościowego, który doskonale sprawdził się zarówno w mojej pedagogicznej, jak i macierzyńskiej praktyce. Zegar czynnościowy to wymienianie czynności istotnych w harmonogramie dnia i ustalenie w oparciu o nie, kiedy odbierze się dziecko. Warto uwzględnić harmonogram dnia, który realizowany jest w przedszkolu. Taką informację można najczęściej znaleźć na stronie internetowej placówki lub dopytać o niego nauczyciela. Jak to wygląda w praktyce? Najlepiej jest wymieniać z dzieckiem czynności na palcach: 1. palec – *zjesz w przedszkolu śniadanko*, 2. palec – *pobawisz się*, 3. palec – *zjesz drugie śniadanko*, 4. palec – *znowu będzie zabawa*, 5. palec – *zjesz obiad*, 6. palec – *odpoczniesz na leżaczku*, 7. palec – *zjesz podwieczorek*, 8. palec – *przyjdę po Ciebie i wrócimy razem do domu. Chcesz powtórzyć i policzyć, za ile paluszków po Ciebie przyjdę?* Warto wprowadzić zegar czynnościowy jeszcze zanim dziecko przekroczy próg przedszkola, żeby mogło się przyzwyczaić do takiego sposobu odmierzenia czasu.

4. Krótkie rozstania – długie powitania

Najlepsza rada: do przedszkola powinien zaprowadzać dziecko ten rodzic, który potrafi utrzymać emocje na wodzy, nie rozklei się, kiedy maluch wtuli się w niego z całych sił i zacznie płakać. Poranne pożegnanie w drzwiach sali powinno być krótkie, nawet jeśli dziecko płacze. Nauczyciele potrafią sobie z tym poradzić, odwrócić uwagę. Jednak Twoja obecność na pewno w tym nie pomoże. A witać możecie się już, ile chcecie. Często dzieci rozczulają się na widok rodziców. I wtedy trzeba je przytulić i okazać dumę, że zostały w przedszkolu!

5. Wygodne ubranie

Niekrępujące ruchów ubranie to podstawa – nie powinno uciskać i powinno być łatwe w zakładaniu. Bez zbędnych guzików, zamków. Najlepsze są spodnie, getry i spódniczki z gumkami w pasie – łatwo się je ściąga i ponownie zakłada! Dzięki temu maluch ma poczucie, że sobie poradzi i czuje się pewniej i bezpiecznie. Pamiętaj też, że dziecko w przedszkolu bawi się, rysuje, maluje, je – ubranie ma prawo być brudne, więc zadбай o takie, którego nie będzie Ci szkoda, jeśli niektórych plam nie uda się potem wywabić.

6. Nic na ostatnią chwilę!

Zadбай, szczególnie w te pierwsze dni, żeby przyprowadzać dziecko do przedszkola na spokojnie, nie spoglądając nerwowo na zegarek, nie poganiając dziecka w szatni z obawą, że spóźnisz się do pracy. Nerwowa atmosfera nie pomoże maluchowi.

7. Bądź twardy/a

Nie stój pod drzwiami sali przedszkolnej, nie zaglądaј ze łzami w oczach w dziurkę od klucza. Twoje dziecko jest w dobrych rękach, a zaufanie ze strony rodzica to podstawa udanej adaptacji!

8. Więcej ciepła, miłości, czułości, czasu i uwagi

W pierwszych dniach przedszkola otocz dziecko większą uwagą – miej dla niego więcej czasu, więcej zainteresowania i więcej... przytulania!

9. O co zapytać dziecko?

Zacznę od tego, jakiego pytania na pewno nie stawiać: *Ja pójdę do pracy, a ty zostaniesz w przedszkolu, dobrze?* Lepiej też unikać pytań: *Podobało ci się w przedszkolu? Chcesz tam wrócić?* To, że dziecko wychodzi z przedszkola z uśmiechem, nie oznacza, że już czuje się w nim na tyle bezpiecznie, żeby mieć ochotę chodzić tam codziennie. Na samym początku może wysyłać sprzeczne informacje, bo to dla niego nowa sytuacja. Więc lepiej z tym pytaniem poczekać, aż już się zaadaptuje. Powyższe pytania zmień na: *Z kim się dziś bawiłeś/aś? Czy są fajne zabawki? A która jest twoją ulubioną?*

10. Pod żadnym pozorem...

Z całą mocą podkreślam: nie strasz dziecka przedszkolem ani nauczycielem! Absolutnie niedozwolone są zdania typu: *Oj, jak pójdziesz do przedszkola, to będziesz grzeczny/grzeczna! Wszystko powiem twojej pani, będzie na ciebie zła.*