

JAK POLUBIĆ PRZEDSZKOLE?

Oswajaj dziecko z przedszkolem:

- organizuj spacery w okolice przedszkola;
- policz wraz z dzieckiem okna i drzwi budynku przedszkola;
- przeczytaj tablicę nad wejściem;
- wspólnie z dzieckiem obserwuj zabawy na świeżym powietrzu;
- zachęcaj dziecko do włączania się do wspólnej zabawy z przedszkolakami;
- uczestnicz w dniach otwartych i programie adaptacyjnym;
- baw się z dzieckiem w przedszkole;
- czytaj książki o tematyce przedszkolnej, rozmawiaj o ilustracjach itp.

Aby zapewnić dziecku udany start:

- często mów dziecku, że niebawem pójdzie do przedszkola;
- rozmawiaj z maluchem o przedszkolu;
- opowiadaj, co będzie tam robiło, zapewnij, że pozna nowych kolegów i koleżanki, że dużo się nauczy;
- rozbudź ciekawość, wręcz sprowokuj radosne oczekiwanie na pobyt w przedszkolu;
- akceptuj dziecko i wspieraj je, staraj się zrozumieć jego stres;
- mów pozytywnie o przedszkolu, buduj zaufanie do nauczycieli przedszkola;
- unikaj zachowań utrudniających adaptację, nie użalaj się nad dzieckiem.

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, pantofle na "rzepy" lub zamek);
- wdrażaj dziecko do utrzymywania w ładzie i porządku garderoby;
- zachęcaj do samodzielnego jedzenia - picia z kubka, używania łyżki podczas posiłków;
- odzwyczajaj 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;
- na około 2-3 tygodnie przed pójściem do przedszkola dostosuj rytm dnia do potrzeb przyszłego przedszkolaka, tak by po rozpoczęciu roku szkolnego liczba zmian nie przerosła dziecka.