

„Akcja adaptacja”

Jak przygotować dziecko do przedszkola? Jak zamienić łzy w uśmiech? Jak poradzić sobie z buntem? Te i wiele pytań spędzają wielu rodzicom sen z powiek. Adaptacja nie musi być koszmarem, czasem wystarczy się do niej odpowiednio przygotować i stosować się do kilku istotnych rad:

1. Stopnij pobyt w przedszkolu – na początku wystarczy kilka godzin dziennie, jeśli dziecko będzie czuło się coraz bardziej komfortowo – czas będzie można sukcesywnie wydłużać;
2. Dotrzymuj umów – utwierdź dziecko, że zostanie odebrane po obiedzie lub po zupie, mówiąc „zaraz wrócę” tracisz zaufanie dziecka;
3. Myśl i mów pozytywnie – pozytywne komunikaty budują w dziecku poczucie bezpieczeństwa, zawsze lepiej jest usłyszeć „udanej zabawy” czy „miłego dnia” niż słowa, które budują strach np. „~~nie bój się~~”;
4. Zbuduj z dzieckiem poranną rutynę – dzieci lubią to co znane, szybko przyzwyczajają się do codziennych rytuałów. Może być to na przykład sposób pożegnania, np. buziak i wyznanie miłości;
5. **Zaufaj nauczycielowi!** – obojgu Wam zależy, aby dziecko w przedszkolu czuło się dobrze. Czas adaptacji jest równie ciężki zarówno dla rodziców, dzieci jak i nauczycieli. Daj znać, że to rozumiesz i podziel się miłym komentarzem 😊

W przygotowaniu dziecka do okresu adaptacji równie istotne jest jego stopniowe usamodzielnianie. Dzieci czują się pewniejsze siebie jeśli potrafią: zmienić obuwie, przebrać się, skorzystać z toalety, czy też zjeść posiłek. Są to podstawowe czynności, które dzieci powinny nauczyć się w domu, a w przedszkolu je utrzymywać. Bez obawy! Wasze pociechy zawsze mogą liczyć na **pomoc** personelu przedszkola, jednak nie możemy ich w tym całkowicie wyręczać. W drodze do

samodzielności, dzieciom mogą pomóc także wygodne i łatwe to założenia ubrania i buty.

Każdemu może się zdarzyć jakaś wpadka, zadbajcie także o spory zapas ubrań na zmianę: majtki, skarpetki, spodnie, bluzki. W tym przypadku więcej znaczy lepiej! Dla maluszków warto także zaopatrzyć się w zapasowe kapcie. Zarówno dzieciom jak i Paniom specjalne zadania ułatwią podpisane na metce ubranka i kapcie. Dzieci miewają takie same rzeczy – w ten sposób unikniemy konfliktów.

Drogi Rodzicu! Twoje dziecko jest już dzielnym przedszkolakiem. Czasem największemu twardzielowi zdarzy się uronić kilka łez, ale nie poddawajcie się! To bardzo normalne. Poza stosowaniem się do wyżej wymienionych rad, korzystajcie także z doświadczenia nauczycielek. W końcu wszyscy gramy w jednej drużynie! Powodzenia!

Rada Pedagogiczna