



Wsparcie na starcie

Moje dziecko idzie do przedszkola...

SPIS TREŚCI

- Wstęp.01
- Wprowadzenie - po co jest przedszkole?02
- W jaki sposób wybrać przedszkole?06
- Jak przygotować dziecko do przedszkola?08
- Pierwsze dni dziecka w przedszkolu.12
- Obecność i zaangażowanie rodziców w przedszkolu.14
- Książki, które pomagają w adaptacji dziecka do przedszkola.16



WSTĘP

*Jeśli przesadzić sadzonkę z miejsca na miejsce, może się to stać dla niej albo bodźcem do rozwoju, albo wstrząsem.
Dobry ogrodnik robi wszystko, by wstrząs zminimalizować, aby roślina mogła w miarę możliwości
bezboleśnie przyjąć się w nowym miejscu.
(Cleave, Jowett & Bate).*

Drodzy Rodzice,

Wasze dziecko wchodzi w wiek przedszkolny. Już niedługo przekroczy próg domu rodzinnego i zostanie przedszkolakiem. To, z perspektywy dziecka, ważne wydarzenie życiowe, dużo nowych sytuacji i trudnych wyzwań. Badania pokazują, że mamy tendencję do powtarzania naszych pierwszych doświadczeń adaptacyjnych, a z naszej strategii radzenia sobie w nowych sytuacjach korzystamy na kolejnych etapach edukacyjnych i życiowych np. w starcie szkolnym czy zawodowym.

Pójście do przedszkola to przeżycie dla całej rodziny, dlatego warto przygotować się na ten moment. Pozwoli to na złagodzenie stresu adaptacyjnego oraz pomoże dziecku w dobrym przejściu do przedszkola, a rodzicom w przygotowaniu się do nowej roli – roli mamy / taty przedszkolaka.

Pewnie zadajecie sobie pytania:

- Czy moje dziecko poradzi sobie w przedszkolu ?
- Czy jest już gotowe?
- W jaki sposób wybrać przedszkole? Czym się kierować?
- Jak je przygotować do tej nowej roli ?
- Jak mu można pomóc w adaptacji przedszkolnej?

Książeczka „Wsparcie na starcie” zawiera informacje, które z pewnością pomogą Wam znaleźć odpowiedzi na te ważne pytania.

Życzymy powodzenia w starcie przedszkolnym, a Waszemu dziecku wielu wspaniałych i inspirujących chwil w przedszkolu!

WPROWADZENIE

– PO CO JEST PRZEDSZKOLE?

Doświadczenia przedszkolne stanowią ogromną wartość i wpływają na całościowy rozwój oraz jakość życia dziecka. W przedszkolu dzieci zdobywają wiedzę o otaczającym je świecie, budują wiarę w siebie i w swoje możliwości, mają okazję dokonywania samodzielnych wyborów i podejmowania decyzji, rozwijają umiejętności radzenia sobie ze zmianami, a także budują umiejętność współpracy i współdziałania z innymi. Przedszkola różnią się pod względem koncepcji programowej, ale można znaleźć wiele wspólnego w ich codziennej pracy:

- Przedszkole wspiera naturalną ciekawość i aktywność dzieci, rozwija ich inicjatywę i wyobraźnię. Mają one okazję uczestniczyć w ciekawych zajęciach ruchowych, muzycznych, plastycznych, grach i zabawach zespołowych oraz projektach badawczych.
 - Dzieci poznają i eksperymentują z różnymi naturalnymi materiałami i masami sensorycznymi np. kasztanami, szyszkami, drewnem, wodą, ryżem, fasolą, gliną, piaskiem kinetycznym, masą kisielową, farbami. Dzięki zmysłowym doświadczeniom w mózgu dzieci zaczynają intensywnie budować się połączenia nerwowe i tworzyć mapy umysłowe.
 - Dzieci w czasie realizacji przedszkolnych projektów badawczych z zainteresowaniem eksplorują interesujące je przedmioty, procesy i zjawiska np. *Dlaczego kamień jest twardy?*, *Ile mamy kości?*, *Dlaczego woda w rzece płynie?*, *Jaką drogę pokonuje list od nadawcy do odbiorcy?*. Dzięki tym doświadczeniom aktywnie uczą się oraz budują i porządkują swoją wiedzę o otaczającym je świecie.
 - W przedszkolu dzieci spędzają dużo czasu w towarzystwie innych przedszkolaków. Mają okazję bawić się w parach, w małych zespołach i dużej grupie. Dzięki temu nawiązują kontakty, uczą się współpracować, prezentować swoje pomysły, ale równocześnie uwzględniać pro-
- pozycje kolegów. Zabawa w towarzystwie innych jest dla nich ogromnym źródłem przyjemności i rozwoju.
- Dzieci uczą się, w jaki sposób funkcjonować w grupie, poznają sposoby komunikowania się z innymi, znajdują swoje miejsce w zespole, trenują różne role i pozycje w grupie. Stopniowo uczą się przestrzegać zasad, pomagać sobie, czekać na swoją kolej oraz podejmować różne decyzje, radzić sobie z frustracją i rywalizacją, a także rozwiązywać wspólnie konflikty
 - W przedszkolu dzieci przeżywają pierwsze przyjaźnie. Uczą się i doświadczają różnorodnych sytuacji związanych z byciem dziewczynką i chłopcem. Mają okazję uświadomić sobie, w czym są do siebie podobne, a czym się różnią, np. wszyscy jesteśmy przedszkolakami, nasza grupa to „Ananasy”, mamy różne kolory włosów, lubimy rozmaite owoce – poziomki, jabłka, truskawki. W ten sposób uczą się szacunku do innych, uwzględniania indywidualności i różnorodności.
 - Przedszkole wspiera rozwój samodzielności dzieci, zarówno w zakresie samoobsługi, np. w ubieraniu, myciu, jedzeniu, jak i w obszarze dziecięcej autonomii – np. dzieci rozwijają gotowość do podejmowania wyborów i decyzji oraz trenują wytrwałość w ich realizacji, a także ponoszeniu konsekwencji.

- Poprzez czytanie książeczek, śpiewanie, wierszyki, słuchanie i rozmowy z rówieśnikami i nauczycielami dzieci rozwijają komunikację i umiejętności językowe – zaczynają więcej i szybciej mówić, wzbogaca się ich słownictwo, rozwija pamięć.
- Dzieci zdobywają umiejętności emocjonalne, społeczne i poznawcze, które są bazą do budowania gotowości szkolnej oraz ułatwiają radzenie sobie ze startem szkolnym i wymogami następnego etapu edukacyjnego.



W JAKI SPOSÓB WYBRAĆ PRZEDSZKOLE?

Obecnie mamy wiele możliwości wyboru przedszkola dla naszego dziecka. Są przedszkola publiczne, niepubliczne, prowadzone przez organizacje pozarządowe, przedstawicieli rodziców, podmioty związane z kościołem. Różnią się koncepcją pracy, wielkością, ceną, położeniem, infrastrukturą. Nie bójmy się szukać przedszkola, kierującego się istotnymi dla nas wartościami. Dobre przedszkole to takie, w którym nauczyciele współpracują z rodzicami, szanują potrzeby i godność dzieci. Wybierając przedszkole, warto kierować się tym, co jest najlepsze dla dziecka, ponieważ będzie to miejsce, w którym przez najbliższe lata będzie spędzało dużo czasu.

Wybierając przedszkole dla swojego dziecka:

- Zbierz informacje o różnych przedszkolach : Jaka opinię mają przedszkola w Twoim środowisku?, Czy lubią tam chodzić dzieci Twoich znajomych?, Co mówią rodzice, a co dzieci?
- Przy podejmowaniu decyzji koniecznie osobiście odwiedź wybrane przedszkola i zapytaj o ważne dla Ciebie i dziecka kwestie. Masz prawo pytać o wszystko, a obowiązkiem pracowników placówek jest udzielenie Ci wyczerpujących odpowiedzi. Skorzystaj z organizowanych Dni Otwartych lub umów się na spotkanie w ciągu roku.
- Sprawdź, w jaki sposób przedszkole pomaga dzieciom w czasie adaptacji, co robi, aby złagodzić stres adaptacyjny. Dobre przedszkole ma opracowany program adaptacyjny np. organizuje specjalne zajęcia adaptacyjne wspólnie z rodzicami, umożliwia przyszłym przedszkolakom korzystanie z ogródka przedszkolnego, a na początku września proponuje wspólny pobyt z rodzicem w przedszkolu.
- Zapytaj, jak organizowane są sytuacje codzienne: powitanie / pożegnanie z rodzicami, posiłki, odpoczynek, czynności higieniczne, spacer. Sprawdź: W jaki sposób przebiega codzienne pożegnanie z rodzicami? Czy w przedszkolu jedzenie jest zdrowe i smaczne? Czy dzieci nie są zmuszane do jedzenia? Czy picie jest zawsze dla niego dostępne? Czy dzieci odpoczywają wg potrzeb, czyli, gdy są zmęczone relaksują się, a gdy nie mają takiej potrzeby, mogą zająć się czymś innym? Czy czynności higieniczne uwzględniają aktualne możliwości dzieci i nie naruszają ich godności ? Czy codziennie dzieci wychodzą na dwór?
- Zapytaj i zaobserwuj, czy dzieci mają wystarczająco dużo okazji do swobodnej i spontanicznej zabawy. Czy mogą decydować w co się bawić? Czy przestrzeń w sali daje wiele impulsów do twórczych i rozwijających zabaw? Czy zabawki i materiały są w zasięgu wzroku i ręki dzieci?
- Sprawdź, jak przedszkole zaspakaja naturalną potrzebę dzieci do zdobywania wiedzy i eksplorowania świata. Czy oferuje ciekawe aktywności oparte na zainteresowaniach i potrzebach dzieci? Czy prace dzieci, eksponowane w przedszkolu, są wykonane przez nie samodzielnie, czy są różnorodne i kreatywne?
- Zwróć uwagę, czy zajęcia dodatkowe są adekwatne do potrzeb i wieku dzieci. Czy nie jest ich za dużo? W jaki sposób są wybierane?

- Zaobserwuj, jakie podejście do dzieci mają pracownicy przedszkola. Czy personel odnosi się do dzieci z szacunkiem?, Czy codziennie je wita, okazując radość z ich przybycia? W jaki sposób komunikuje się z nimi? Czy zna zainteresowania dzieci? Czy interesuje się ich pomysłami i propozycjami?
- Dowiedz się, w jaki sposób przedszkole komunikuje się z rodzicami. Czy rodzice czują się mile widziani w przedszkolu? Czy mogą towarzyszyć dziecku w czasie adaptacji? Czy są na bieżąco informowani, jak dziecko rozwija się, radzi sobie w grupie? Czy mogą na co dzień przebywać w przedszkolu, odprowadzić dziecko do sali? Czy mogą wraz z dzieckiem w niej pobyc?

Drogi Rodzicu,

Nie znajdziesz przedszkola idealnego!

Dla małego dziecka najważniejsze jest poczucie bezpieczeństwa. Istotne jest, aby miało zaufanie do swoich pań, czuło, że jest lubiane i akceptowane. Kiedy podstawowe potrzeby są zaspokojone, wtedy najważniejsze dla niego staje się, aby w przedszkolu było ciekawie, żeby był czas na swobodną zabawę oraz obserwowanie i badanie świata.

JAK PRZYGOTOWAĆ DZIECKO DO PRZEDSZKOLA?

Rozpoczęcie edukacji przedszkolnej to duża zmiana w życiu dziecka i ważne przeżycie dla całej rodziny. Każde dziecko potrzebuje czasu, aby poznać nowe miejsce, zbudować relacje z nauczycielkami czy nauczycielami i innymi dziećmi oraz przyzwycząć się do nowego rytmu i zwyczajów. Warto dobrze przygotować się na ten kluczowy moment. Pozwoli to dziecku na złagodzenie stresu adaptacyjnego, a rodzicom w dopasowaniu się do nowej roli – roli mamy/ taty przedszkolaka.

Co zatem możemy zrobić?

■ Podejmij decyzję.

Pierwsze rozstania są bardzo trudne dla dziecka i rodzica, a konieczność pozostawienia malucha pod czyjąś opieką wywołuje dużo niepokoju i obaw wśród rodziców. Dziecko wyczuwa napięcie i emocje dorosłego, dlatego warto zacząć od siebie. Ważne, aby rodzice wypracowali w sobie pozytywne nastawienie do przedszkola – to pomoże dzieciom w procesie adaptacji. Na tym etapie niewątpliwie kluczowe są nasze własne przekonania o słuszności naszej decyzji. Warto przedyskutować między sobą, czy dziecko jest gotowe do pójścia do przedszkola, jakie mamy oczekiwania w tej sprawie, np.: Co jest dla nas ważne? Czego potrzebujemy, aby powierzyć nasze dziecko innym osobom? Co będziemy brać pod uwagę w kwestii wyboru przedszkola? Jeżeli decyzja zostanie podjęta, to należy jej się trzymać i uznać, że przedszkole to ważne i dobre miejsce dla rozwoju dziecka. Zaufanie rodzica do przedszkola i nauczycieli pomoże dziecku łagodniej przejść ze środowiska domowego do przedszkolnego oraz zbudować więź z opiekunami i grupą dzieci.

■ Buduj pozytywny i realny obraz przedszkola.

Ważne, aby budować pozytywny i realny obraz przedszkola. Można motywować dziecko, wyrażając nasze

uczucia i podziw, np. Jesteś już duży, radzisz sobie, cieszymy się, że będziesz przedszkolakiem. To, co można robić, to stopniowo wprowadzać dziecko w nowy świat – opowiadać mu o przedszkolu, co się będzie tam działo, co go czeka, jak będzie wyglądał dzień, jakie są tam zwyczaje, np.: W przedszkolu jest dużo zabawek, są inne dzieci, można robić ciekawe rzeczy, jest czas na jedzenie, spanie i spacer, będziesz miała swoją szafkę w szatni i swoją salę. Warto wspólnie oglądać i czytać dziecku książeczki na ten temat, pokazywać zdjęcie nauczycielek, budynku, odwiedzać ogród i placówkę. A także przedstawiać realistyczny obraz przedszkola, nie pomijając trudnych rzeczy, np.: W przedszkolu będziesz bez rodziców, my jesteśmy tym czasie w pracy, a ty się bawisz w swojej sali. W przedszkolu są różne zwyczaje, czasami inne niż w domu.

■ Poznaj z dzieckiem nowe miejsce.

Wspólnie z dzieckiem korzystaj z zaproponowanych przez przedszkole form adaptacji, które wspierają stopniowe i łagodne przejście dziecka z rodziny do placówki. Wcześniej, jeszcze przed wrześniowym startem, odwiedź z dzieckiem przedszkole, pokaż mu jego przyszłą salę, łazienkę, szatnię, ogród, otoczenie. Możesz zrobić zdjęcie przedszkola. Pobaw się na placu zabaw, pokaż drogę do domu. Bardzo cenne jest, gdy dziecko może poznać swojego nauczyciela, korzystaj



więc z dni otwartych, spotkań adaptacyjnych. Jeżeli to możliwe, zrób zdjęcie pani lub dziecka z panią. Wracaj w rozmowach w domu do zdjęć z przedszkola np. – Zobacz Kasiu, to twoje przedszkole, tu wchodzimy do niego, potem są schody, a potem idziemy do szatni się rozebrać, a później już do sali. A to twoja pani Ania, pamiętasz, ma czarne włosy i bardzo ładnie się uśmiecha. Większość przedszkoli prowadzi także swoje strony internetowe i profile na portalach społecznościowych, które możemy śledzić razem z dzieckiem. W ten sposób budujesz i utrwalasz w dziecku obraz przedszkola.

■ **Trenuj rozstania z dzieckiem.**

Jeżeli dziecko było do tej pory głównie pod opieką rodziców, nie chodziło do żłobka, nie było pod opieką niani, trzeba stopniowo przyzwyczajać je do rozstania i stwarzać okazję, aby zajmował się nim ktoś inny niż tylko mama i tata. Warto zostawiać malucha w domu lub poza domem z osobami, które zna i którym ufa, np. z babcią, dziadkiem, ciocią. Nigdy nie wychodź z domu bez uprzedzenia, zawsze trzeba powiedzieć dziecku, że wychodzisz i kiedy wracasz; spokojnie pożegnać się z nim, przytulić i pomachać mu. Gdy dziecko regularnie zostaje z przyjaznymi opiekunami, uczy się, że mamy i taty czasem nie ma, ale zawsze wracają, tak jak obiecują. Warto traktować więc pożegnania i emocje z nim związane jako coś naturalnego, skupić się na tym, jak dziecku ułatwić sytuację rozstania, a nie jak jej uniknąć.

■ **Rozwijaj samodzielność dziecka.**

W ramach przygotowania do przedszkola, dobrze jest stwarzać dziecku okazję do rozwijania samodzielności podczas codziennych czynności, np. w czasie posiłku, mycia się, ubierania i rozbierania się oraz dawanie mu odpowiednio dużo czasu na wykonywanie tych działań, nie wyręczając go. Warto rozwijać nowe umiejętności dziecka, które pozwolą mu czuć się bardziej komfortowo w przedszkolu, np. samodziel-

ne mycie rąk, jedzenie łyżką, podciąganie spodni. W czasie wakacji naucz dziecko korzystać z toalety. To pomoże mu poczuć się pewniej w przedszkolu. Ważne, aby dzieci umiały także komunikować swoje potrzeby nauczycielce, np. że chce im się pić, jeść czy też, że coś je boli. Trenuj z dzieckiem porozumiewanie się, by umiało poprosić, zapytać, gdy czegoś potrzebuje, wyjaśnić, o co mu chodzi. Warto dbać również o to, aby dziecko samo przez kilka minut umiało zająć się sobą czy zabawą. To ważna i potrzebna umiejętność, która przydaje się w dużej grupie, ponieważ dziecko nie zawsze ma możliwość ciągłego i indywidualnego kontaktu z dorosłym. Wspólnie z dzieckiem przygotujcie przedszkolną wyprawkę, pozwól mu samodzielnie wybrać np. worek, kapcie do przedszkola.

■ **Przyzwyczajaj dziecko w domu do rytmu przedszkola.**

Przedszkolny rytm dnia jest dostosowany do rytmu większości dzieci, ale rytm twojej pociechy może być inny. Dlatego istotne jest poznanie rozkładu dnia w przedszkolu i wcześniejsze, w miarę możliwości, wprowadzenie go w domu. Im mniej różnic między domem a przedszkolem, tym dziecku będzie łatwiej zaakceptować nową sytuację i łagodniej dostosować się do rytmu placówki. Przystrojenie przez malucha nowego rytmu dnia, np. innych pór jedzenia czy odpoczynku, będzie wymagało czasu, dlatego warto go stosować co najmniej w ostatnim miesiącu przed pójściem do przedszkola. Warto również, już po starcie przedszkolnym, zachować podobny rytm dnia w weekendy, aby dziecko miało ciągłość doświadczeń rodzinnych i przedszkolnych.

■ **Trenuj umiejętności społeczne.**

Rozwijaj systematyczne kontakty dziecka z innymi dziećmi. Zorganizuj mu kontakt z jednym lub dwójką dzieci. Odwiedzaj także miejsca dla dzieci – place zabaw, parki, klubiki, które dadzą mu możliwość osvajania się z większą grupą dzieci. Obserwuj, jak się zachowuje,

z czym sobie radzi, a co trzeba jeszcze ćwiczyć i rozwijać. Ważne, aby przed pójściem do przedszkola dziecko doświadczyło różnych ról w grupie.

■ **Przygotuj „emocjonalną wyprawkę”.**

Przed pójściem do przedszkola przygotuj dziecku rzeczy, które będą dla niego namiastką domu i zapewnią mu poczucie emocjonalnego bezpieczeństwa, np. przytulankę, poduszeczkę, kocyk, zdjęcie rodziny, przedmiot należący

do mamy lub taty – np. apaszkę z jej zapachem, albo breloczek od taty.

Jeżeli dziecko nie ma swojej przytulanki, która jest dla niego pocieszycielem w sytuacjach nowych i trudnych, pomóż mu ją wybrać. Przyzwyczajaj je do tego, aby z nią spało, by towarzyszyła mu w czasie spacerów, w nowych sytuacjach, ponieważ będzie dla niego bardzo ważna w pierwszych tygodniach pobytu w przedszkolu.



PIERWSZE DNI DZIECKA W PRZEDSZKOLU

Początki w przedszkolu to kluczowe wydarzenie w życiu człowieka, które wpływa na poczucie jakości życia i jego późniejsze doświadczenia edukacyjne, zawodowe i życiowe. Na tym etapie rozwoju żadne z umiejętności adaptacyjnych nie są na tyle ukształtowane, by dziecko mogło samodzielnie poradzić sobie z tak dużą zmianą. Dziecko potrzebuje obecności najbliższych – mamy, taty lub innej bliskiej osoby, żeby czuć się bezpiecznie w przedszkolu. Rolą rodziców jest być „bezpiecznym portem” dla dziecka: przebywanie blisko niego, dodawanie odwagi, pomaganie w trudnych sytuacjach, co w dużym stopniu łagodzi jego stres adaptacyjny.

Jak wspierać dziecko w pierwszych dniach w przedszkolu?

- Tuż przed rozpoczęciem przedszkola spędź z dzieckiem spokojny dzień, by było wypoczęte i w dobrym nastroju. Spakuj wieczorem wszystko, co jest potrzebne, a szczególnie „emocjonalną wyprawkę” – ulubioną przytulankę, zdjęcie mamy i taty, ważny przedmiot, który kojarzy się z domem.
- Przygotuj dziecko do przedszkola tak, aby mogło swobodnie się ubrać i rozebrać. Zaznacz jego ubrania, by łatwo mogło je rozpoznać. Im dziecko bardziej samodzielne, tym pewniej czuje się w przedszkolu.
- Przypomnij rano dziecku, że dzisiaj idzie do przedszkola, np. *Dzisiaj idziemy do przedszkola. Weźmiemy ze sobą twojego królika i nowe kaptcie. W przedszkolu czeka na nas pani Magda. Najpierw pójdziemy do szatni i tam się rozbierziesz, potem pójdziemy do sali. Poznasz dzisiaj swoją panią, dzieci i co się robi w przedszkolu.*
- Zarezerwuj sobie czas, aby towarzyszyć dziecku w pierwszych dniach w stopniowym poznawaniu przedszkola i przyzwyczajaniu się do życia w grupie. Postaraj się, aby na początku dziecko mogło przebywać w przedszkolu jedynie przez część dnia, np. odbieraj je po zjedzeniu zupy, a potem stopniowo wydłużaj czas jego pobytu.
- W pierwszych dniach zajęć przedszkolnych korzystaj z wszelkich dostępnych, zaproponowanych przez placówkę, form adaptacji, które wspierają stopniowe i łagodne przejście dziecka z rodziny do placówki.
- Osobiście zaprowadź dziecko do przedszkola i w zależności od jego potrzeb oraz możliwości wesprzyj je w czasie pierwszych pożegnań. Są dzieci, które potrzebują, by rodzic pobył z nim dłużej w szatni, inne – by mama spędziła z nim jakiś czas w sali, a pozostałe wymagają rodzica przez całą dzień czy nawet kilka dni.
- Pomóż dziecku w znalezieniu jego wieszaka, rozebraniu się, zaznaczeniu obecności, jeżeli jeszcze nie potrafi samo tego robić, oraz zaprowadź do sali i przywitaj się wspólnie z dzieckiem z jego nauczycielką/nauczycielem.
- W czasie pożegnania korzystaj z rytuałów, które stosujesz w czasie codziennych rozstań, np. machanie, przytulenie. Nie przedłużaj rozstania, zachowaj spokój, bo Twoje wahanie zwiększa lęk i niepewność dziecka. Powiedz, kiedy wrócisz, zawsze odbieraj dziecko punktualnie.
- Poświęć czas w domu na wspólną zabawę w „przedszkole”. W ten sposób stworzysz okazję do tego, aby dziecko uczyło się radzenia sobie z nową sytuacją i różnymi uczuciami, które przeżywa.
- Poświęcaj dziecku dużo uwagi. Okazuj zainteresowanie tym, co robi w przedszkolu. Świątuj z całą rodziną jego pójście do przedszkola i stanie się przedszkolakiem.



OBECNOŚĆ I ZAANGAŻOWANIE RODZICÓW W PRZEDSZKOLU

Rodziców i nauczycieli łączy wspólny cel, jakim jest dobro dziecka. Razem możecie Państwo wiele zrobić, aby dziecko dobrze się czuło w przedszkolu i mogło się w nim bawić i rozwijać. Wzajemna współpraca przedszkola z rodzicami rozpoczyna się od pierwszego kontaktu i rozwija przez cały czas pobytu dziecka w placówce

By dziecko dobrze czuło się w przedszkolu, warto pamiętać o kilku zasadach:

- Nawiąż osobisty kontakt z nauczycielkami/ nauczycielami Twojego dziecka, zaufaj ich doświadczeniu i kompetencjom. Od tego momentu będą one ważnymi osobami w życiu Twojej pociechy i „skarbnicą wiedzy” o niej. Jeżeli Ty zaufasz, będzie mogło zaufać też Twoje dziecko.
- Regularnie rozmawiaj z personelem, zadawaj pytania o tym, jak wygląda codzienność dziecka w przedszkolu, jak ono sobie radzi, co lubi w przedszkolu, a czego nie, z kim się przyjaźni, co jest dla niego wyzwaniem itp. Wtedy lepiej zrozumiesz codzienny świat swojego przedszkolaka.
- Dziel się z nauczycielkami/ nauczycielami informacjami o dziecku, które są ważne dla jego samopoczucia i codziennego przebywania w przedszkolu np.: mów, co lubi, a czego nie lubi, jak się czuje, co ważnego wydarzyło się, czym dziecko się aktualnie interesuje, czego się obawia. Dzięki tej wymianie informacji, personel lepiej rozumie dziecko i będzie potrafił adekwatnie zareagować.
- Organizuj swój dzień tak, by w czasie przyrowadzania dziecka i jego odbierania móc spędzić choć parę minut w przedszkolu. Twoja codzienna obecność jest dla niego bardzo istotna. Ważne, by odprowadzić dziecko do sali, porozmawiać z nauczycielką/ nauczycielem, zobaczyć, jak się bawi, co dzisiaj robiło, wspólnie pooglądać wystawę rysunków, czy popodziwiać konstrukcje, które zbudowało.
- Komunikuj się z przedszkolem w sposób otwarty, mów o tym, co Ci się podoba, co Cię niepokoi, wyrażaj swoje oczekiwania i potrzeby, ale także uważnie słuchaj komunikatów ze strony nauczycieli
- W miarę swoich możliwości angażuj się w codzienne życie przedszkola, np. bądź ekspertem w ramach realizowanych projektów badawczych, czytaj dzieciom, uczestnicz we wspólnych wyprawach i uroczystościach. Dzieci rodziców, którzy angażują się w życie przedszkola, osiągają znacznie lepsze rezultaty edukacyjne.
- Budowanie współpracy to wspólny proces rodziców i nauczycieli, który wpływa na uczenie się i rozwój dzieci w przedszkolu.



KSIĄŻKI, KTÓRE POMAGAJĄ W ADAPTACJI DZIECKA DO PRZEDSZKOLA

Aby przygotować dziecko do przedszkola i złagodzić stres adaptacyjny, warto dużo z nim rozmawiać. Opowiadać, jak wygląda dzień w przedszkolu, co będzie robić, jak ma na imię jego przyszła nauczycielka/ nauczyciel, co znajduje się w sali.

Warto wykorzystywać książki przeznaczone dla dzieci, które poruszają tematy przedszkolne. Świetnie w tym miejscu sprawdzają się książki z ulubionymi bohaterami dziecka, których losy wcześniej śledziliśmy np. seria o Zuzi wyd. Media Rodzina i Basi wyd. Egmont.

Polecane książki:

Stephanie Blake, *Ja nie chcę do przedszkola*, Wyd. Dwie Siostry, Warszawa 2014

Regina Dąborwska, *Będę przedszkolakiem*, Wydawnictwo Jedność, Kielce 2006

Christine L`Heureux, Gisele Legare, *Kamyczek. Przedszkole*, Seria o *Kamyczku*, Wydawnictwo Rea, Warszawa 2003

Liliane Schneider, Eva Wenzel - Burger, *Zuzia idzie do przedszkola*, Seria *Mądra Mysz*,

Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2008

Anita Głowińska, *Kicia Kocia w przedszkolu*, seria *Kicia Kocia*, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2015

Vilma Costetti, Monica Rinaldini, *Kubuś idzie do przedszkola*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2008

Anna Casalis, *Tupcio Chrupcio nie chce iść do przedszkola*, seria *Tupcio Chrupcio*,

Wydawnictwo Siedmioróg, Wrocław 2005

Barbara Gawryluk, *Przedszkolaki z ulicy Morelowej*, Wydawnictwo Literatura, Łódź 2005

Annelies Schwarz, Lila L. Leiber, *Trzyminutowe opowiadania o przedszkolu*, Wydawnictwo Jedność, Kielce 2005

Anna Sójka, *Pora do przedszkola. 12 przygód przedszkolaków*, Wydawnictwo Papiilon, 2011

Ingrid Kallner, Jutta Garbert, *Witajcie w przedszkolu*, Wydawnictwo Jedność, Kielce 2005

Zofia Stanecka, *Basia i przedszkole*, seria o Basi, Wydawnictwo Egmont, Warszawa 2011

© Copyright © 2015 by Instytut Małego Dziecka im. Astrid Lindgren. Wszystkie prawa zastrzeżone.
Żadna część tej publikacji nie może być powielana i rozpowszechniana bez pisemnej zgody wydawcy.

Publikacja przygotowana i wydana w ramach projektów współfinansowanych ze środków Samorząd Województwa Wielkopolskiego oraz ze środków Miasta Poznania.



SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO

POZnań*

Przedstawione treści wyrażają poglądy realizatora projektu i nie mogą być utożsamiane z oficjalnym stanowiskiem Samorządu Województwa Wielkopolskiego.

tekst i redakcja – Agnieszka Tkaczyńska, Honorata Tkaczyńska, Marta Podłużny

zdjęcia – Karolina Różga

korekta – Aleksandra Marciniak – Podłużny

projekt graficzny i skład – Studio Graficzne „Rytm” Łukasz Rychlicki

W publikacji wykorzystano zdjęcia z Centrum Małego Dziecka i Rodziny w Sępólnie Krajeńskim.

Poznań 2015



INSTYTUT
MAŁEGO
DZIECKA
ASTRID
LINDGREN