

## T - Tata

Czasem lepiej sprawdza się w pierwszych dniach niż mama. Kiedy już naprawdę musi wyjść z przedszkola, by zdążyć do pracy, robi to spokojnie, ale stanowczo. A maluchowi, który wyczuwa ten spokój i brak wahań, łatwiej pogodzić się z rozstaniem.

## U - Ubranie na zmianę

Wpadki zdarzają się najlepszym. Ale uwaga, do torby z zapasem ubrań - oprócz majtek i spodni (wiadomo!) - warto włożyć także bluzkę (zupy bywają „opryskliwe”) i skarpetki (skakanie po kałużach podczas spaceru to świetna zabawa).

## W - wszy i inne niespodzianki

Może się zdarzyć, że dziecko zarazi się w przedszkolu wszami czy owsikami. Tak bywa w dużych zespołach dzieci - trzeba spokojnie podejść do sprawy i uzgodnić z pediatrą sposób leczenia dziecka.

## Z - Zabawki

Wbrew pozorom wcale nie takie ważne. Znacznie ważniejsza od nich jest miła i ciepła atmosfera przedszkola, ciekawe wydarzenia, tylko wtedy jest szansa, że maluch je polubi. Jednak pozwalamy, by jeden, ustalony dzień w tygodniu dziecko mogło przynieść swoją ulubioną zabawkę – pamiętaj, by nie była ona zbyt mała, twarda i nie posiadała drobnych, ruchomych elementów.



# ALFABET PRZEDSZKOLAKA

## NIBYLANDII,

czyli : „Jak przygotować dziecko do przedszkola?” ...

... „Jestem Maluszkiem!”

## A - Adaptacja

Może trwać dość długo. W końcu pobyt w przedszkolu to dla dziecka zupełnie nowa sytuacja. Jeśli jednak rozpacz trwa ponad dwa miesiące, sprawa jest poważna. Być może maluch nie dojrzał jeszcze do przedszkola.

## B - Buty

Koniecznizapisane na rzepy lub wciągane, z twardą podeszwą. Wtedy dziecko bez problemu będzie mogło je samo założyć, a potem zdjąć. Buty sznurowane lepiej odłożyć na razie na półkę. Będą świetne na niedzielne spacer, kiedy macie dużo czasu i możecie maluchowi pomóc (a jeśli koniecznie chce zmierzyć się ze sznurówkami, cierpliwie zaczekać). Większość dzieci opanowuje trudną sztukę wiązania sznurowadeł dopiero w zerówce.

## C - Ciocia

Dawne określenie wychowawczynie w przedszkolu, częściej stosowane w żłobku, dziś raczej nie używane. Teraz maluchami zajmują się panie ... Weronika, Malina, Irmina, Justyna, Klaudyna czy Agnieszka. I właśnie pani Weronika czy Justyna może stać się bardzo ważną osobą w życiu waszego dziecka. Będzie miła, ciepła, cierpliwa, ale także stanowcza. I najważniejsze - będzie lubić wasze dzieci!

## D - Drzwi do sali

Odprowadzamy dzieci do sali, natomiast sami do niej nie wchodzimy... zostajemy za drzwiami!

## E - Edukacja

Dla trzy - czterolatka najważniejsze są teraz kontakty z rówieśnikami, poznanie reguł życia w grupie i po prostu zabawa (a to wbrew pozorom także edukacja).

## F - Fajnie, że....

Fajnie, że jesteśmy już w przedszkolu i do przedszkola nie zabieramy:

- smoczków,
- butelek,
- picia,
- jedzenia,
- pieluszek jednorazowych (tylko do spania w razie potrzeby).

## G - Guziki

Prawdziwe utrapienie dla trzylatka. Nie rób tego swojemu maluchowi i nie ubieraj go w ubrania zapisane na guziki. Dla początkującego przedszkolaka najlepsze są bluzy i sukienki wciągane przez głowę oraz kurtki zapisane na suwak lub rzepy.

## H - Huśtawki

Zwykle główna atrakcja przedszkolnego ogrodu. Mają ogromne walory edukacyjne, dzięki nim dzieci zaczynają rozumieć, że nie wszystko można mieć od razu i czasem trzeba poczekać na swoją kolej.

## I - Infekcje

Właśnie z powodu infekcji w pierwszym roku przedszkola wiele maluchów sporo dni spędza w domu. Niestety, w większej grupie dzieci infekcje rozchodzą się błyskawicznie. Wystarczy, że jeden maluch przyjdzie z katarem, a następnego dnia wszystkie pociągają nosami. Na szczęście z wiekiem dzieci nabierają odporności i nie chorują już tak często. I właśnie z troski o swoje i inne dzieci – nie przyprowadzaj chorego dziecka do przedszkola.

## J - Jedzenie

Jedzenie nie powinno być dla dziecka dodatkowym stresem. To, czy zjadło zupę, czy nie, w gruncie rzeczy nie ma większego znaczenia. Dlatego nauczycielki nie zmuszają twojego dziecka, lecz namawiają do jedzenia. A sam pytaj swojego przedszkolaka raczej o kolegów i zabawy niż o menu.

## K - Koledzy

Tak naprawdę to o nich przede wszystkim chodzi. Dla wielu kilkulatków właśnie pobyt w przedszkolu to jedyna okazja do spotkania się z rówieśnikami, wspólnej zabawy, nauczenia się reguł funkcjonowania w grupie. Same plusy? Oczywiście, że nie. Koledzy czasem używają brzydkich słów, a zamiast argumentów używają pięści. Przygotuj się na to, że wyperswadowanie maluchowi, że nie wszystko, co robią koledzy, warte jest naśladowania, będzie nas kosztowało sporo wysiłku.

## L - Leżakowanie

Jest bardzo przyjemne dla dziecka, nawet jak nie śpi, ma okazje do odpoczynku. Leżakują wszystkie dzieci – to czas wypoczynku, wyciszenia, nabierania sił przed kolejnymi zabawami, przedszkolnymi zadaniami.

## Ł - Łzy

W pierwszych dniach, a nawet tygodniach, rzecz w przedszkolu normalna. To dla dziecka zupełnie nowa sytuacja, nie więc dziwnego, że płacze. I trzeba mu na to pozwolić. Nie wmawiaj maluchowi, że to nic takiego, że nie ma powodu do łez. Powód jest i to dość oczywisty - po raz pierwszy dziecko zostaje samo poza domem, w obcym miejscu, wśród obcych ludzi.

## M - Mycie zębów

Prosimy o przygotowanie szczoteczki, pasty i kubka. Myjemy zęby zawsze po obiedzie. Na weekend zabieramy kubek i szczoteczki do wyparzenia.

## N - Niedziela

Ukochany dzień większości przedszkolaków (także tych, które bardzo lubią swoje przedszkole). Warto ją spędzić z całą rodziną.

## O - Ogród przedszkolny

Ważne, by było w nim dużo drzew i bezpieczny plac zabaw. Dzieci zwykle uwielbiają bawić się na dworze. Nie przeszkadza im chłód czy mżawka. Nareszcie mogą wyhasać się do woli. Dzieci powinny jak najczęściej bawić się na świeżym powietrzu, nabiorą wtedy odporności i sił. Pamiętaj, by dziecko zawsze miało odpowiedni, dostosowany do pory roku i pogody ubiór.

## P - Potrzeby

By dziecko dobrze czuło się w przedszkolu, musi umieć powiedzieć dorosłym o swoich potrzebach: że chce mu się siusiu, że chce mu się pić, że jest zmęczony, że coś go boli... Warto ostatnie tygodnie przed początkiem roku szkolnego poświęcić na uczenie tego dziecka.

## R - Rozstania

Na początku trudne dla dziecka, również dla rodziców. Gdy wychodzisz, bądź stanowczy, nie żegnaj się długo z dzieckiem. Umów się, kiedy po nie wrócisz (np. zaraz po spacerze). I trzymaj się! Gdy znikniesz z horyzontu, maluch na pewno zajmie się zabawą.

## S - Spodnie

Obowiązkowo z gumką. Suwaki niepotrzebnie komplikują młodemu człowiekowi życie.