

# **Rady dla rodziców - „Bądź przygotowana/ny na ...”**

- rozstanie pierwszego dnia może być przykre  
Maluch może kurczowo trzymać się Ciebie, płakać a nawet krzyczeć . Nie przedłużaj pożegnania. Zapewnij, że przyjdiesz punktualnie. Oddaj dziecko Opiekunce i wyjdź. Ona je przytulii odwróci uwagę na inną czynność .
- rozstania w pierwszych dniach mogą być trudne  
Dziecko może poinformować Cię, że wcale mu się tu nie podoba. Będzie protestować, a nawet zmuszać Cię do zmiany stanowiska. Niech dziecko przyprowadza ojciec. Rozstania z tatą są dla dziecka łatwiejsze.
- kryzys po kilku dniach zostawania bez protestów  
Dziecko zaspokoilo swoją ciekawość, poznało zabawki i przedszkolne kąty. Uznało, że już nie chce tu przychodzić. Protestuje, a nawet płacze. Wytłumacz dziecku, że nie poprosiłaś szefa o dzień wolny. Dziś musisz być w pracy, ale jutro zwolnisz się i odbierzesz dziecko wcześniej. Dotrzymaj słowa.
- objawy zmęczenia i senność u pełnego energii dotąd malca  
Wyjdźcie na świeże powietrze. Może to być spacer, jazda na rowerku lub zabawa na placu zabaw.
- agresywne zachowanie, bunt  
Dziecko odreaagowuje oddziaływanie zbyt wielu bodźców. Wyraża swoje niezadowolenie, protestuje w sposób zwracający uwagę. Nie udawaj, że nie widzisz. Zaprotestuj, ale nie krzycz na dziecko. „Jest mi przykro, kiedy się złościsz” Rozumiem, że jesteś niezadowolony. Mama musi iść do pracy, a ty do przedszkola.
- infekcja po trzech tygodniach chodzenia do przedszkola  
Pobyt w przedszkolu to również wyrabianie odporności. Uprzedź lekarza pediatrę, że dziecko idzie do przedszkola. Poradź się, jak ustrzec dziecko przed chorobą. Podawaj dużo jarzyn i owoców.

## **Zanim Twój maluch przekroczy progi przedszkola.....**

a to ogromna zmiana w jego życiu, sprawdź czy Twoje dziecko:

- woła siusiu, samodzielnie opuszcza i podciąga majtki  
Nie pozwalaj na wołanie w ostatniej chwili, bo w przedszkolu może nie zdążyć skorzystać z toalety.
- umie umyć i wytrzeć ręce  
Pozwól dziecku samodzielnie odkręcać i zakręcać kran, korzystać z mydła, wycierać ręce.
- umie samodzielnie myć zęby
- potrafi pić z kubka i jeść łyżką, mówi, że mu coś nie smakuje  
Panie będą dziecku pomagały, ale większość rzeczy musi robić samodzielnie.  
Nie rozdrabniaj wszystkich potraw, dziecko musi uczyć się gryźć.

- jasno komunikuje swoje potrzeby, nazywa czynności i przedmioty  
Nie wyręczaj dziecka w mówieniu .Nauczyciel musi wiedzieć, o co mu chodzi, a wtedy łatwiej będzie mógł mu pomóc.
- nawiązuje kontakt z dorosłymi dziećmi, którym Ty okazujesz zaufanie  
Ucz, by nie bało się nowo poznanych osób, by umiało zapytać lub poprosić o coś.  
Potrafiło bawić się z innymi dziećmi.
- ubiera się samodzielnie przed spacerem i po spaniu  
Ułatwisz nam pracę i pozwolisz dziecku na bycie samodzielnym jeżeli do przedszkola dasz mu luźne spodnie, bez sprzączek i pasków, bluzkę, sweter bez guzików łatwo przechodzący przez głowę, buty najlepiej zapinane na rzepy.
- ma stały rozkład dnia, podobny do przedszkolnego  
Przyzwyczaj dziecko do jedzenia posiłków w godzinach podobnych do podanych w przedszkolu. Poobiedni odpoczynek nie musi polegać na spaniu, ale też na słuchaniu bajek, muzyki relaksacyjnej, ale nie oglądaniu TV.
- wie, że idzie do przedszkola  
Zacznij mówić dziecku o przedszkolu, ale bez przesady. Nie upiększaj, by nie czuło się rozczarowane. Nie strasz przedszkolem, zadbaj by miał pozytywny obraz tej instytucji.

Przygotujcie wspólnie wyprawkę do przedszkola:

- kaptcie, najlepiej sznurowane, profilaktyczne, za kostkę
- szczoteczkę do zębów, kubeczek-podpisane
- jasek
- przytulankę
- rzeczy na przebranie
- pampersy, chusteczki (jeśli używa }