



Do przedszkola warto się przygotować! [1]

DO PRZEDSZKOLA WARTO SIĘ PRZYGOTOWAĆ!

Dlatego w wakacje pozwól dziecku doskonalić się w osiąganiu samodzielności, ćwicz razem z nim ważne przedszkolne umiejętności. Dla Twojego malucha pierwsze tygodnie pobytu w grupie rówieśników będą nieformalnym, ale ważnym sprawdzianem jego przedszkolnej dojrzałości. Jeśli malca dobrze przygotujesz, Tobie też będzie łatwiej. Szybciej poczujesz radość z tego, że awansowałaś na mamę przedszkolaka.

8 umiejętności cennych dla małego debiutanta:

1. **Jedzenie.** Im bardziej dziecko jest samodzielne przy stole, tym lepiej. Opiekunki pomagają maluchom we wszystkich czynnościach, ale nie są w stanie nakarmić całej grupy. Zaradny smyk będzie miał łatwiej.
2. **Ubieranie.** Na doskonalenie tej umiejętności jest jeszcze czas. Ale dobrze, by debiutujący przedszkolak chociaż próbował założyć na siebie cokolwiek. Jeśli umie więcej, nie będzie się stresował swą nieporadnością.
3. **Mycie.** Przede wszystkim rącek i ząbków. Na tym głównie skupia się przedszkolna higiena.
4. **Korzystanie z toalety.** To przedszkolna podstawa. Trzylatkowi mogą zdarzać się awarie, zwłaszcza na początku, gdy stres jest największy. Nigdy jednak nie obwiniaj za nie dziecka.
5. **Zgłaszanie potrzeb.** Dziecko musi wiedzieć, że w przedszkolu opiekuje się nim pani i to jej, tak jak w domu mamie, powinno mówić, czego potrzebuje. Bawiąc się z malcem w przedszkole, wciel się w rolę pani albo odwrotnie - Ty jesteś przedszkolakiem, który pokazuje dziecku, jak trzeba mówić do pani.
6. **Porozumiewanie się.** Sprawdź, czy obce osoby są w stanie pojąć, o co chodzi twojemu dziecku. Bo, żeby zgłaszać potrzeby, malec powinien mówić zrozumiale. Jeśli za bardzo spieszcza wyrazy, nie naśladuj go, ale zachęcaj do rozmów i słuchaj cierpliwie. Jeśli do września nie zrobi postępów, wtajemnicz panią w jego specyficzny "język".
7. **Zabawa z rówieśnikami.** Choć małe dzieci lubią towarzystwo innych maluchów, nie umieją się jednak jeszcze z nimi bawić. Dobrze, aby choć na krótko były w stanie nawiązać ze sobą kontakt. To ułatwi przedszkolne zabawy. Wykorzystaj wakacyjne chwile na placu zabaw, pobyt np. na plaży, by maluch wprawiał się w zabawach z rówieśnikami.
8. **Skupianie uwagi.** Najmłodszy przedszkolak powinien umieć przez pięć minut skoncentrować się na jednej czynności: słuchać bajki czytanej lub opowiadanej przez dorosłego, wspólnie z nim śpiewać piosenkę lub bawić się np. w "Starego niedźwiedzia". Zadbaj, by dobrze wyćwiczyć tę umiejętność w domu.

Oswojenie dziecka z nowym miejscem:

- **Zaplanuj spacer w okolice przedszkola.** Jeśli mieszkacie w pobliżu, przy każdej okazji oglądajcie budynek, plac zabaw i teren wokół,
- **Przedstaw dziecku jego przyszłą panią.** Zdecydowanie lepiej, kiedy maluch może poznać swoją panią wcześniej, np. podczas zwiedzania przedszkola lub przy okazji dni adaptacyjnych. W waszych opowieściach o przedszkolu będzie istniała jako konkretna osoba, która ma imię, jasne lub ciemne włosy i miły uśmiech.
- **Opowiadaj o tym, co dzieje się w przedszkolu.** Spróbuj dostosować rytm dnia w domu



Do przedszkola warto się przygotować!

Published on Publiczne Przedszkole nr 2 Pod Kasztanami w Nowych Skalmierzycach
(<https://podkasztanami.noweskalmierzyce.pl>)

do rytmu przedszkolnego. Przy obiedzie mów np. że przedszkolaki też umyły ręczki i siadają do stołu.

- **Czytaj książeczki, których bohaterowie chodzą lub będą chodzić do przedszkola.** Np. opowiadania z serii o żółciu Franklinie, o Kamyczku albo bajki terapeutyczne (np. autorstwa Marii Molickiej lub Doris Brett).
- **Zabierz dziecko na przedszkolne zakupy.** Wspólnie wybierzcie kapcie do przedszkola, piżamkę. Kupując ubranka, kieruj się też względami praktycznymi: daruj sobie guziki, suwaki i sznurówki. Ale przede wszystkim pamiętaj, że ubranka muszą przypaść do gustu Twojemu przedszkolakowi.

Błędy, których nie powinnaś popełnić:

1. **Nie strasz dziecka przedszkolem.** Nie mów, że dzieci będą się śmiały, jeśli maluch nie nauczy się ładnie jeść. Nie szantażuj, że o jego złym zachowaniu w domu powiesz przyszłej pani.
2. **W towarzystwie dziecka nie opowiadaj o swoich obawach lub wątpliwościach związanych z przedszkolem lub panią.** Nie analizuj, czy słusznie zrobiłaś, zapisując tam malca. Nie strasz też swoimi przykrymi przedszkolnymi przeżyciami. Maluch musi wiedzieć, że miejsce, w którym ma spędzać czas bez rodziców, jest najlepsze i najbardziej bezpieczne pod słońcem.
3. **Nie obiecuj rzeczy, co do których nie masz pewności.** Lepiej wcześniej się upewnij, jakie zasady obowiązują w przedszkolu.

Wersje treningu rozstania z mamą:

- Zostawiaj malca w domu na 2-3 godziny z babcią, ciocią lub zaufaną sąsiadką, maluch powinien nabrać przekonania, że rozstanie z mamą zawsze kończy się jej powrotem.
- Pozwól dziecku zostać na noc u cioci lub zaprzyjaźnionej rodziny, która ma małe dzieci. Dokładnie omów, kiedy przyjdiesz po malca. Zrób wszystko, by go nie zawieść.
- Zorganizuj wyjazd na kilka dni bez rodziców. Dobrze jednak oceń możliwości malucha. Dla niektórych dwu- i trzylatków nawet dwudniowy pobyt bez mamy u ukochanej babci może się strasznie dłużyć.

Przykazania dla mamy:

1. Uwierz, że przedszkole jest naprawdę dobrym miejscem dla dziecka. Według badań dla rozwoju dzieci bardzo ważne jest przyzwyczajanie ich do działania w grupie rówieśników, wykształcenie w nich ciekawości świata, umiejętności współpracy i rozwiązywania konfliktów, wytrwałości w wykonywaniu zadań i pewności siebie. Te umiejętności są dzieciom niezbędne, aby później mogły dobrze sobie radzić w szkole. A kształtuje je właśnie przedszkole.
2. Nie oczekuj, że maluch zakocha się w przedszkolu od pierwszego wejrzenia. Początki zwykle bywają trudne. Z kolei



Do przedszkola warto się przygotować!

Published on Publiczne Przedszkole nr 2 Pod Kasztanami w Nowych Skalmierzycach
(<https://podkasztanami.noweskalmerzyce.pl>)

potem sześciolatkom ciężko jest się rozstać z przedszkolem.

3. Zawsze żegnaj się z dzieckiem. Nigdy nie wychodź bez uprzedzenia. To najgorsze, co możesz zrobić. Maluch poczuje się, jakby mama go porzuciła. Ucałuj i powiedz, kiedy przyjdiesz po malca, np. po podwieczorku. Być może nie unikniesz łez, ale malcowi będzie łatwiej.

Metody na ośmielenie nieśmiałka:

- Pomagaj maluchowi poznawać nowych kolegów. Dzieci 2-3-letnie dopiero uczą się nawiązywać kontakty na podwórku lub placu zabaw. Stwarzaj okazję do wspólnych zabaw, zapraszaj kolegów do domu.
- Nie wyręczaj dziecka i nie mów za niego. Ale gdy wstydzi się obcych maluchów, szepnij mu na ucho, jak powinien do nich zagadnąć.
- Nie przylepiał etykietki. Nawet w żartach nie nazywaj dziecka nieśmiałkiem. Maluchy zwykle starają się być takie, jak widzą ich rodzice.
- Nie lekceważ dziecięcych uczuć, łez, złości. Powtarzaj malcowi, że go kochasz. Każdy nieśmiałek wymaga szczególnej troski ze strony bliskich mu osób.

Tajemnice przedszkolnej garderoby:

- Początkujący przedszkolak potrafi samodzielnie założyć spodnie i majteczki, niektórym udaje się też założyć skarpetki i buciki. Aby maluchowi było łatwiej, zakładaj mu do przedszkola spodnie na gumce, bez suwaka i tym bardziej bez szelek. Z różnych fasonów kapci najlepiej sprawdzą się wsuwane.
- Maluszek nie umie zapinać guzików. Jednak paluszki trzylatka są już na tyle sprawne, żeby podjąć próby rozpięcia dużych guzików, takich jak np. przy płaszczu mamy.
- Smyk może się pobrudzić. To bardzo dobrze, że mały odkrywca chce wszystkiego dotknąć - w ten sposób przecież poznaje świat. Zamiast karcić go za plamy na bluzeczce czy spodniach, lepiej kupuj mu takie ubranka, które można często prać.

Sposoby z pieluszką na rozstanie:

- Lato sprzyja treningowi czystości. Przedszkolny debiut tuż-tuż, a twój mądrała wciąż maszeruje z pieluchą? Zdejmuj mu ją, kiedy to tylko jest możliwe. Gdy jest ciepło, nic się nie stanie, nawet jeśli maluch się zsiusia. A mokre majteczki zdecydowanie bardziej motywują do pilnowania swoich potrzeb.
- Chwal dziecko za każdy sukces, nawet za to, że dłużej niż zwykle miało sucho, że samo bez twojego przypominania pobiegło do toalety. Kup razem z maluchem nocnik lub nakładkę na sedes, które będą mu się szczególnie podobać. To może być dodatkowy argument, żeby pamiętać o łazience.
- Nie strasz. Nigdy nie mów, że jeżeli smyk się nie nauczy wołać siusiu, to panie w przedszkolu będą złe, będą na



Do przedszkola warto się przygotować!

Published on Publiczne Przedszkole nr 2 Pod Kasztanami w Nowych Skalmierzycach
(<https://podkasztanami.noweskalmierzycze.pl>)

niego krzyczały itp. To nie pomoże. A zapewne i tak wkrótce malec zacznie sygnalizować swoje potrzeby. Jeszcze trochę cierpliwości!

Źródło: kwartalnik **Przed szkolak**

Source URL: <https://podkasztanami.noweskalmierzycze.pl/en/node/86>

Links:

[1] <https://podkasztanami.noweskalmierzycze.pl/en/node/86>