

## *Adaptacja w Przedszkolu Gedanensis*

Chwila, w której dziecko przekraczania próg przedszkola należy do najbardziej znaczących i trudnych w jego życiu, dlatego bardzo ważne jest, by te pierwsze doświadczenia dziecka z przedszkolem przebiegały w atmosferze bezpieczeństwa, spokoju i łagodności.

Adaptacja dziecka do przedszkola jest to sytuacja wzbudzająca silne emocje. Dziecko czuje się wyrwane z rodzinnego domu, który gwarantuje mu poczucie stabilności, bezpieczeństwa i rozumienie tego co się dzieje wokół niego. Z dnia na dzień zostaje wprowadzone w nieznane środowisko: nowe otoczenie, przestrzeń, osoby, są konsekwencją tego, że dziecko nie jest w stanie kontrolować sytuacji i odczuwa ją jako zagrożenie. Dzieci na nowe sytuacje reagują: płaczem, wycofaniem, zaburzeniem funkcjonowania, które może prowadzić do lęku.

Nikt inny jak rodzice, a w końcu nauczyciele powinni tworzyć sytuacje sprzyjające pozytywnemu nastawieniu i zainteresowaniu dziecka przedszkolem.

### Założenia ogólne programu

- tworzenie warunków do łatwej adaptacji dziecka w przedszkolu,
- pomoc dzieciom w adaptacji do nowych warunków w przedszkolu,
- włączenie rodziców do udzielenia dziecku pomocy w adaptacji.

### ***Szczegółowy wykaz terminów spotkań z rodzicami i dziećmi:***

- I. **Spotkanie organizacyjne z rodzicami** – 22 czerwca 2017 godz. 17.00
- II. **Spotkania z rodzicami i dziećmi:**
  1. Zabawy z rodzicami w sali przedszkolnej – 4 VII 2017 godz.16-17.00
  2. Zabawy w ogrodzie przedszkolnym – 6 VII 2017 godz.16-17.00
  3. Wspólny poczęstunek - 11 VII 2017 godz.16-17.00

Zapraszamy!



## **DOBRE RADY DLA RODZICÓW** - *których dziecko pierwszy raz przekracza próg przedszkola*

1. Kompletuj wyprawkę wspólnie z dzieckiem i ciesz się, że będzie korzystać z niej w przedszkolu.
2. Pomóż dziecku rozebrać się w szatni.
3. Nie przeciągaj pożegnania w sali, pocałuj je i wyjdź, nie okazuj zdenerwowania.
4. Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to, choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
5. Nie obiecuj; jeśli pójdziesz do przedszkola to coś dostaniesz; kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu małą prezent, ale nie może być to forma przekupywania.
6. Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres.
7. Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tato, rozstania z tatą są mniej bolesne.
8. Pamiętaj: zegnaj i witaj swoje dziecko zawsze uśmiechem!

## **CO MOŻE POMÓC DZIECKU**, - aby przeżyło mniejszy stres w nowym środowisku przedszkolnym?

- wcześniejsze przyzwyczajanie dziecka do przebywania w nowym miejscu pod opieką osób trzecich, kontaktowanie dziecka z rówieśnikami, np. na placu zabaw,
- uczenie dziecka poprzez zabawę czynności związanych z samoobsługą,
- informowanie dziecka o tym, że czas w przedszkolu będzie spędzał w towarzystwie innych dzieci, bez rodziców,
- ważne jest, aby rodzice podczas rozstania z dzieckiem byli spokojni (dziecko wyczuwa niepokój dorosłych),
- zabawy z dzieckiem „w przedszkole”, przedstawianie jego realnych zalet, m.in. obecność rówieśników, mnogość zabawek,
- akceptacja płaczu dziecka przez rodziców - naturalnej, zdrowej reakcji na nową sytuację (nie należy dziecka zawstydząć) - duża labilność uczuć dziecka powoduje, że za chwilę jest wesołe i świetnie się bawi,
- wcześniejsze poznanie przedszkola - spacer w kierunku placówki, krótkie wizyty w ogrodzie przedszkolnym i przedszkolu,
- „kawałek domu” - drobiazg przyniesiony przez dziecko z domu, np. ulubiona zabawka, poduszeczka,
- wcześniejsze odbieranie dziecka w początkowym okresie (zawsze należy odbierać dziecko zgodnie z obietnicą).

## **CO DO PRZEDSZKOLA - żeby dziecko czuło się bezpieczne i było samodzielne?**

- Luźne spodnie lub spódnica w gumkę;
- Bluza dresowa lub lekki sweterek ;
- Kaptcie - najlepiej na rzepy lub zatrzaski;
- Kurtka z suwakiem, który łatwo się zapina;
- Ubrania z rozciągliwymi dekolcami;
- Rzeczy na zmianę: koszulka z krótkim i długim rękawem, majtki, rajstopy, spodnie, skarpetki;
- Śliniak dla dzieci młodszych w celu ochrony ubranek;
- Ukochana przytulanka, dzięki której łatwiej będzie przeżyć rozstanie z mamą;
- Szczoteczka do zębów i kubek;
- Piżamka (dla dzieci leżakujących).

