

Pierwsze dni w przedszkolu

1. RODZICU! NAJPIERW ZWRÓĆ UWAGĘ NA **SWOJE** EMOCJE - TWÓJ SPOKÓJ POMOŻE DZIECKU W PIERSZYCH DNIACH. PAMIĘTAJ, TY WYBRAŁEŚ NAJLEPSZE MIEJSCE DLA DZIECKA!
2. ZADBAJ O TO, BY DZIECKO MOGŁO **POZNAĆ** BUDYNEK, SWOJĄ SALĘ, PANIE, ORGANIZACJE DNIA
3. WARTO POZNAĆ I WDROŻYĆ RYTM DNIA PRZEDSZKOLNEGO **CO NAJMNIEJ** TYDZIEŃ PRZED PÓJŚCIEM DO PRZEDSZKOLA
4. PRZYGOTUJ **RAZEM Z DZIECKIEM** WYPRAWKĘ, WYBIERZCIE RAZEM PLECAK, PRZYMIERZCIE MUNDUREK
5. **CHWAŁ DZIECKO** ZA WYTRWAŁOŚĆ I BYCIE DZIELNYM!
6. **WARTO PYTAĆ** DZIECKO O **KONKRETNE RZECZY** - CZY BYLIŚCIE NA SPACERZE? CO WIDZIAŁEŚ? SŁUCHAŁEŚ DZIŚ SŁUCHOWISKA? - SKUPIAJĄC SIĘ NA TYM, CO PRZYJEMNE
7. **WYSŁUCHUJ** TRUDNYCH EMOCJI, KTÓRE POJAWIAJĄ SIĘ NATURALNIE, JAKO CZĘŚĆ PROCESU ADAPTACJI
8. WARTO, BY POCZĄTKOWO ODPROWADZAŁ DZIECKO TEN RODZIC, KTÓRY MA MNIEJSZĄ TRUDNOŚĆ Z ROZŁĄKĄ. **ŻEGNAJ SIĘ SPRAWNIE** - NP. PRZEZ PRZYBICIE PIĄTKI PRZY DRZWIACH PRZED WEJŚCIEM DZIECKA DO SALI. **NIE CZEKAJ POTEM POD DRZWIAMI** - DZIECKO JEST W DOBRYCH RĘKACH!



ZIARENKO
PRZEDSZKOLE

ABC adaptacji

**A - angażowanie dziecka
w przygotowania do przedszkola**
(wspólne kompletowanie wyprawki,
przygotowywanie śniadaniówki etc.)

B - budowanie poczucia bezpieczeństwa
(dziecko zabiera ulubioną zabawkę, zna plan
dnia, wie, gdzie jego sala i szafka; rodzic
dotrzymuje słowa: np. "będę po obiedzie")

C - celebrowanie / cierpliwość
(docenianie każdego przejawu śmiałości czy
samodzielności, wspólne świętowanie
rozpoczęcia przygody z przedszkolem,
chwalenie postępów przy innych osobach)

D - dystans dorosłego (do sytuacji, nigdy do
dziecka. dzieci czują, że rodzice się przejmują!)

PAMIĘTAJ! BEZPROBLEMOWA I NATYCHMIASTOWA
ADAPTACJA DZIECKA DO NOWEGO MIEJSCA JEST
RZADKOŚCIĄ - CZĘŚCIEJ JEST TO **PROCES**, KTÓRY WYMAGA
CZASU I CIERPLIWOŚCI. ŻYCZYMY POWODZENIA!



ZIARENKO
PRZEDSZKOLE