

## RADY DLA RODZICÓW PRZEDSZKOLAKA

- **Pożegnanie z dzieckiem musi być krótkie, bez przeciągania.** Pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je na do widzenia i wyjdź.
- **Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się zmienić osobę przyprowadzającą** na taką, z którą rozstania będą mniej bolesne.
- **Nie wchodź do sali razem z dzieckiem mimo jego nalegań.** Twój pobyt w sali nie zmieni sytuacji, a jednocześnie może źle wpływać na inne dzieci, które są bez rodziców.
- **Unikaj pośpiechu, aby zdążyć przytulić dziecko i spokojnie pożegnać się z nim.** Nie należy jednak przedłużać samego momentu rozstania.
- **Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu.** Jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wymusić wszystko.
- **Pozwól dziecku w pierwszych dniach zabrać do przedszkola jego ulubioną zabawkę.**
- **Nie spóźniaj się z odbiorem dziecka.** Przestrzegaj czasu odbioru, jaki obiecasz dziecku.
- **Nie strasz dziecka przedszkolem,** np. „Zobaczysz w przedszkolu to cię nauczą” lub „Jak nie będziesz grzeczny, to pójdziesz do przedszkola....”
- **Dodawaj maluchowi wiary w siebie:** „Jestem z ciebie dumny, mój przedszkolaku”.
- **Chwal swoje dziecko za każdy drobny sukces.** Częściej niż zwykle przytulaj je, okazuj miłość, ale nie nagradzaj kupując kolejną zabawkę czy słodycze.
- **Czuwaj nad bezpieczeństwem emocjonalnym swojego dziecka w przedszkolu, współpracuj z wychowawcami.** Mów wprost o swoich obawach, rozterkach i spostrzeżeniach. Również otwarcie, wysłuchuj uwag i wskazówek.
- **Zaufaj personelowi przedszkola** - on wie, jak zaopiekować się Twoim dzieckiem i robi to najlepiej jak potrafi. Twoje dziecko będzie czuło się bezpiecznie przy „nowej pani” tylko wtedy, gdy będzie wiedziało, że Ty też jej ufasz!

### **POMAGAJ DZIECKU W OSIĄGNIĘCIU SAMODZIELNOŚCI:**

- Przyzwyczajaj do samodzielnego załatwiania potrzeb fizjologicznych, mycia rąk i buzi, ubierania i rozbierania się, korzystania z chusteczek higienicznych.
- Ucz zdejmowania i zakładania ubrań.
- Dobieraj garderobę, którą łatwo się zdejmuje (spodenki z gumką, luźne bluzy wciągane przez głowę, buciki na rzepy lub zamek).
- Wdrażaj dziecko do utrzymywania w ładzie i porządku garderoby.
- Zachęcaj do samodzielnego jedzenia - picia z kubka, używania łyżki i widelca podczas posiłków.
- Odzwyczaj dziecko od smoczka i butelki, pampersa.
- Motywuj dziecko do samodzielności, stosuj pochwały, np. "Złożyłeś zabawki sam, jak prawdziwy przedszkolak".
- Zachęcaj do odkładania zabawek na wyznaczone miejsce.
- Organizuj dziecku zabawy ruchowe, np. bieganie, chodzenie po schodach, wspinanie się.
- Stwarzaj okazje sprzyjające rozwojowi mowy.
- Wdrażaj dziecko do przestrzegania umów i zasad.
- Dostosuj rytm dnia do potrzeb przyszłego przedszkolaka.