

## Jak pomóc dziecku w adaptacji do przedszkola?

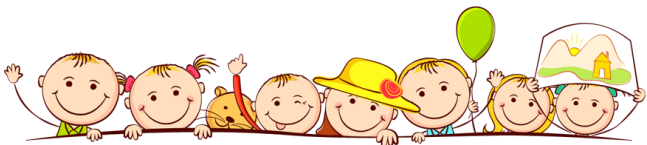
Przez pierwsze trzy lata życia dziecko buduje specyficzną więź z matką, która zaspokaja wszelkie jego potrzeby, matka jest bezpieczną bazą w momentach zwątpienia, uczy, bawi się z nim, przeżywa wszelkie radości i smutki. Ta prawidłowo wytworzona więź z matką jest podstawą do tworzenia w przyszłości satysfakcjonujących relacji międzyludzkich opartych na empatii, przyjaźni, miłości. Jest wzorem do umiejętnego „posługiwania się” uczuciami, odczytywania potrzeb własnych i cudzych. To matka, a także inni członkowie rodziny przybliżają małemu dziecku świat zewnętrzny. Od 3. roku życia maluch zaczyna czuć się kimś odrębnym, tworzy się jego poczucie tożsamości, nie musi już być tak blisko mamy.

### I właśnie wtedy trafia do PRZEDSZKOLA.

Pierwsze dni dziecka w przedszkolu to trudny okres, zarówno dla dziecka, jak i dla rodziców. Pojawia się mnóstwo wątpliwości czy maluch poradzi sobie w nowej sytuacji, z dala od opiekuńczych skrzydeł mamy. Czy dziecko wie, co je czeka? Nie, jeśli do tej pory nie przeżyło rozstania.

W przedszkolu dziecko bawi się i uczy, ma nowe warunki rozwoju (społecznego, emocjonalnego, intelektualnego, fizycznego), poznaje nowe dzieci i dorosłych, uczy się norm obowiązujących w grupie, uczy się samodzielności, twórczej zabawy, rozwija mowę, pamięć, uwagę, sprawność grafomotoryczną, spostrzegawczość.

W przedszkolu spotykają dziecko także duże zmiany: codziennych nawyków, jakości pożywienia, zaspokajania potrzeb, oczekiwań i granic. Zamiast mamy (babci) pojawia się nauczyciel, który musi objąć opieką całą grupę, a nie tylko jedno dziecko.



## Jak ułatwić maluchowi pierwsze kroki w dorosłość?

- Zadbaj o pozytywne nastawienie do przedszkola. Maluszek słuchając rozmów rodziców dotyczących przedszkola buduje swój obraz tego miejsca oraz tego, jak sobie w nim poradzi. Dlatego w rozmowach podkreślamy pozytywy i możliwości rozwoju umiejętności dziecka.
- Opowiedz o swoich doświadczeniach z przedszkola. Dzieci uwielbiają słuchać jak to było, gdy ich rodzice byli dziećmi.
- Ucz dziecko samodzielności w obsłudze: samodzielne jedzenie, mycie rąk, korzystanie z toalety, czy sprzątanie zabawek będą doskonalone przez pierwszy rok nauki.
- Przyzwyczajaj dziecko do rozłąki. Niech zostaje czasem pod opieką babci czy kogoś z rodziny, to pozwoli mu zrozumieć, że wrócisz.

### Pierwsze dni w przedszkolu

1. Nie przeciągaj rano rozstania z dzieckiem. Pożegnaj się krótko, całus i wyjdź szybko z przedszkola.
2. Poinformuj dziecko, że teraz pobawi się z Panią oraz innymi dziećmi, a potem odbierzesz je z przedszkola.
3. Przypomnij maluchowi, kiedy po niego przyjdiesz (określ czas w sposób konkretny, zrozumiały np. po obiedzie, po podwieczorku).
4. Przez kilka dni odbierz dziecko nieco wcześniej, stopniowo przedłużając z każdym dniem czas jego pobytu w przedszkolu.
5. Po powrocie do domu znajdź dla dziecka parę chwil tylko dla Was, po to by się poprzytulać oraz podzielić wrażeniami.

..I pewnego dnia może się okazać, że lęki same zniknęły, a w zamian pojawiło się mnóstwo przyjemnych wrażeń, czego życzyć zarówno dzieciom, jak i Państwu.

Sława Wesołowska  
psycholog

## WYPRAWKA PRZEDSZKOLAKA

Prosimy, aby dziecko w pierwszym dniu przedszkola miało ze sobą:

### DZIECI MŁODSZE (3-LATKI I 4-LATKI)

- wygodne ubrania, umożliwiające swobodną zabawę
  - ubrania na zmianę umieszczone w podpisanym worku
    - kaptcie, również podpisane
    - piżamę
    - małą poduszkę
  - grzebień/szczotkę do włosów

### DZIECI STARSZE (5-LATKI I 6-LATKI)

- wygodne ubrania, umożliwiające swobodną zabawę
  - ubrania na zmianę umieszczone w podpisanym worku
    - kaptcie, również podpisane
    - grzebień/szczotkę do włosów

To naturalne, że podczas działań w przedszkolu ubrania mogą ulec zabrudzeniu.

Jeśli na półce w szatni zawsze będą czekać zapasowe, dziecko będzie mogło się bawić bez zmartwień!

Dziękujemy.



**Wszystkie szczegółowe informacje otrzymają  
Państwo podczas spotkań organizacyjnych  
w pierwszym tygodniu września.**

**Prosimy o śledzenie strony internetowej.**



## Kontakt:

Publiczne Przedszkole Nr 17  
im. Krasnala Hałabały

ul. Śniadeckich 3A, 64-920 Piła

<https://publiczneprzedszkole17.pila.pl/>

tel. 67 214 11 96  
e-mail: pp17@cuw.pila.pl

## **ADAPTACJA PRZEDSZKOLAKA**