**PIERWSZE ZEBRANIE Z RODZICAMI**

**Szanowni Państwo!!!**

W dniu 17 czerwca 2025r. (wtorek) o godzinie 17:00 odbędzie się na terenie przedszkola zebranie z Rodzicami dzieci najmłodszych, przyjętych do grupy ,,Żabek”, na rok szkolny 2025/2026. W harmonogramie zebrania, również prelekcja Pani pedagog Anny Pietrzak z PPP z ul. Motylowej, która współpracuje z naszym przedszkolem.

W poniższym linku załączam materiały, z którymi warto się zapoznać:

**Jutro będę przedszkolakiem, czyli debiut w przedszkolu.**

**Poradnik dla przerażonych rodziców.**

**Zamiast wstępu**  
Droga mamo! Drogi Tato!  
Twoje dziecko już 1 września zacznie uczęszczać do przedszkola. To będzie wielka  
chwila nie tylko dla niego, ale i dla Ciebie i całej rodziny. Wielkie przeżycie, a nawet...  
stres. W domu, w znanym otoczeniu, czuje się ono pewnie i bezpiecznie, a przedszkole może  
napełniać je strachem. Jednak nieraz większy lęk o swoje pociechy przeżywają rodzice.  
Dlatego też dla Twojego dziecka mamy przygotowany program adaptacyjny, a dla Was tę  
książeczkę, w której opiszemy, jak w miarę bezboleśnie przejść okres adaptacji dziecka do warunków przedszkola.  
Prosimy, skorzystajcie z naszych rad i wskazówek, a na pewno będzie łatwiej Wam  
i dziecku przeżyć dramat rozstania.

**Organizacja pracy przedszkola**  
Przedszkole nasze czynne jest w godzinach 6:00 – 17:00. Dzieci należy  
przyprowadzać do godziny 830. O każdym spóźnieniu trzeba informować nas telefonicznie.  
Jeśli dziecko będzie odbierać z przedszkola osoba inna, niż rodzice (babcia, dziadek,  
starsze rodzeństwo, ciocia itp.), musicie Państwo napisać upoważnienie (na druku przygotowanym przez przedszkole.

**OSOBIE NIEUPOWAŻNIONEJ DZIECKO  
NIE ZOSTANIE WYDANE!**

**Godziny posiłków:**  
8:30 - 9:00 śniadanie

11:30 –12:00 obiad

14:20 – 14:40 podwieczorek

**Co trzeba przynieść do przedszkola?**  
Debiutującego przedszkolaka trzeba wyposażyć w pantofle i ubranie na zmianę (przynieść już 1września – majteczki, spodnie lub getry, bluzeczkę, gdyby zdarzyła się „wpadka” , lub przy zupie zadrżała ręka – zostawiamy w szatni, w półce dziecka).

Wielu rodziców chciałoby mieć czapkę niewidkę, lub przez dziurkę od klucza  
obserwować, co robi ich dziecko, gdy jest poza domem. Dla informacji podajemy więc.  
**Rozkład zajęć w przedszkolu:**  
6:00 – 830 wspólne zabawy z udziałem nauczycielki oraz zabawy i zajęcia indywidualne, czynności higieniczne.  
900 – 11:30 (po śniadaniu) zajęcia w grupach, działania dzieci w kącikach plastycznym,  
przyrodniczym, konstrukcyjnym i tematycznych, pobyt na świeżym powietrzu, czynności higieniczne.  
12:30 – 14:00 (po obiedzie) odpoczynek – leżakowanie

14:40 (po podwieczorku) zabawy swobodne dzieci, zabawy ruchowe, rozmowy  
indywidualne z dziećmi.

**Czy adaptacja musi być trudna, czyli idzie Ola do przedszkola.**

Adaptacja to przystosowanie się do nowego środowiska społecznego,  
do nowych warunków. Chyba zawsze jest trudna. Rozłąka z mamą,  
przebywanie w dużej grupie, konieczność podporządkowania się innym, niż w domu, zasadom, to trudne dla małego dziecka. Ma więc prawo do złego humoru lub zmęczenia. Każda ważna zmiana w życiu jest źródłem stresu. Do tej pory obecność mamy zapewniała dziecku poczucie bezpieczeństwa. Teraz zostaje ono samo ,w obcym otoczeniu, z obcą panią, nieznanymi dziećmi. Dlatego, nawet jeśli marzyło o przedszkolu, przez pierwsze tygodnie może sprawiać kłopoty – bać się, płakać, moczyć się, mieć niespokojny sen, fantazjować, lub zamknąć się w sobie.  
Nie straszymy Państwa, lecz uświadamiamy, że tak się może zdarzyć.  
Żeby się nie zdarzyło udzielamy kilku rad, podpowiadamy, jak zachować się w „podbramkowych” sytuacjach. Prosimy, skorzystajcie z nich, dla swojego dobra i dla dobra dziecka.

**JESZCZE W LIPCU I SIERPNIU, PRZED ROZPOCZĘCIEM ROKU  
SZKOLNEGO:**

**Rada 1  
Przygotuj samą/samego siebie.**  
Jeśli chcecie, by Wasz maluch awansował na przedszkolaka, powinniście przede  
wszystkim przygotować do tego... siebie samych!  
Rodzice powinni być przekonani, że takie rozwiązanie będzie najlepsze, zarówno  
dla nich, jak i dla dziecka. Decyzja powinna być podjęta raz, a później konsekwentnie  
realizowana. Dziecko nie może widzieć na Waszej twarzy wahania, nie powinniście też przy  
nim dyskutować, czy dane przedszkole jest dobre, czy złe. Wątpliwości, które zasiejecie w jego umyśle, obrócą się potem przeciwko Wam. Uwierzcie, nawet gdy malec bawi się w swoim pokoju i tak słyszy, o czym rozmawiają dorośli. Najlepiej pójście do przedszkola  
traktować, jako oczywistość. Mama i tata chodzą do pracy, starsze dziecko do szkoły, a młodsze do przedszkola. Tej raz podjętej decyzji należy się konsekwentnie trzymać,  
tłumacząc, że takie jest po prostu życie.

**Rada 2**  
**Opowiedz o przedszkolu.**  
Wyjaśnij dziecku, kto będzie je odprowadzał, kto odbierał, opowiedz, co tam będzie  
robiło, zapewnij, że pozna w przedszkolu kolegów, nauczy się ciekawych rzeczy.  
Absolutnie nie strasz go mówiąc „w przedszkolu nauczą Cię grzeczności”, nie  
przypominaj co chwilę: „jak zostaniesz przedszkolakiem, będziesz musiał...”. Podobne uwagi  
zniechęcają dziecko do przedszkola, wywołują niepotrzebny stres. Lepiej, by dziecko miało  
wrażenie, że „awansuje na przedszkolaka”, co oznacza: „teraz jesteś już duży”. Odwołuj się  
do pochwał typu: „założyłeś spodnie sam, zupełnie jak prawdziwy przedszkolak”.  
PAMIĘTAJ! Dobre nastawienie to połowa sukcesu!

**Rada 3**  
**Naucz malca samodzielności.**

Do tej pory pomagaliście dziecku podczas mycia, ubierania się, jedzenia, być może  
nawet wyręczaliście je w tym. Aby pobyt w przedszkolu nie był zbyt dużym stresem dla  
dziecka, powinno ono choć trochę radzić sobie samo w łazience i przy stole. Jest jeszcze  
trochę czasu, poćwiczcie więc z nim w domu samodzielne jedzenie, picie z kubka, ubieranie  
się, mycie rąk, niech przynajmniej samo zacznie działać. Na pierwsze przedszkolne tygodnie  
dobierz ubranka, które łatwo się zdejmują i spodenki z gumką. Bluzki wciągane przez głowę  
(nie za ciasne), pantofle na rzepy lub zamek (bez sznurowadeł).  
Pozwólcie też dziecku samodzielnie wybrać i kupić pantofle, worek, co pozwoli bardziej emocjonalnie związać się z przedszkolem.  
Tyle w czasie wakacji, nadszedł 1 wrzesień, a więc...

**Rada 4  
Rozłąka jest nieunikniona.**

Nie przychodźcie do przedszkola w ostatnim momencie. Lepiej mieć czas na spokojne towarzyszenie malcowi w szatni. Nie wprowadzajcie atmosfery pośpiechu i nerwowości. Potem czule, lecz stanowczo i konsekwentnie pożegnajcie się i wyjdźcie. Łzy przy rozstaniu z mamą są naturalne. Dziecko nie ma poczucia czasu i Wasze obietnice, że wrócicie po południu, mogą na początku niewiele dla niego znaczyć. Nie pytajcie też: „Czy mogę już iść?”, „Już idę, dobrze?”, bo co zrobicie, jeśli dziecko zdecydowanie powie „NIE!”? Czy zmienicie swoją decyzję powodując tylko mętlik w głowie malucha?  
Jeśli mimo upływu czasu – bardzo mamo cierpisz przy rozstaniu z dzieckiem lepiej, by przyprowadzał je tata. Pamiętaj też, że najgorsze są poniedziałki. W kolejnych dniach dziecięcy protest nieco się wycisza, by w następny poniedziałek pojawić się z nową siłą.

**Rada 5**  
**Nie bój się płaczu dziecka.**  
Płacz jest naturalną reakcją dziecka – w ten sposób wyraża swoje uczucia, które wynikają z niepewności i lęku przed nową sytuacją. Bardzo często bowiem przestaje być JEDYNYM, a staje się JEDNYM Z WIELU. To minie, gdy poczuje się bezpiecznie. Dużo gorzej jest, gdy dziecko tłumi emocje i zamyka się w sobie. Pozwólcie mu na płacz.

**Rada 6**  
**Ukochana maskotka.**  
Dziecku będzie raźniej, jeśli weźmie z domu ukochanego misia lub inną przytulankę – wsuń  
mu do kieszeni malutkiego krasnoludka (Uwaga! może się zgubić!). Wystarczy, że malec  
będzie miał przy sobie coś, co pachnie mamą lub tatą i... domem.

**Rada 7**  
**Więcej miłości.**  
W pierwszych przedszkolnych chwilach poświęć dziecku więcej czasu niż zwykle.  
Pytaj nie tylko o to, czy zjadło zupę i drugie danie, lecz także o to, jak daje sobie radę w nowej sytuacji, co dzieje się w przedszkolu, czego się nauczyło, czy ma już kolegę, lub koleżankę, jak ma na imię jego pani. I najważniejsze: **często je przytulaj!!**

**Rada 8.**  
**Bądź w bliskim kontakcie z nauczycielką**  
Rozmawiaj z nauczycielką o dziecku, jeśli coś Cię niepokoi lub ,z czegoś się cieszysz. Nauczycielka powie Ci, jak dziecko radzi sobie w ciągu dnia.  
Zdarza się, że w pierwszych dniach dziecko nie pozostawia na nauczycielce “suchej nitki, lub fantazjuje na temat przedszkola. Przyczyny- rozczarowanie, że pani wzięła na kolana innego malca, zbyt szybko nie zareagowała na prośbę dziecka itp. Postaraj się uważnie je wysłuchać, bez komentarzy i pouczenia. Porozmawiaj o tym z nauczycielką, pomoże Ci to ustalić przyczynę antypatii i odpowiednio temu zaradzić.

**Rada 9.**  
**Jeśli znów siusia w majtki...**  
Zdarza się, że dziecko w pierwszych dniach moczy się. Przyczyny mogą być błahe:  
• dziecko było pochłonięte zabawą,  
• nie dało sobie rady z odpięciem spodni,  
• krępowało się poprosić nauczycielkę o pomoc.  
Bywa, że jest to objaw lęku i niepewności. Mokre majtki to sposób, by mama i pani poświęciły mu więcej uwagi. Naturalnie, nie robi tego świadomie. Nie krzycz na dziecko i nie zawstydzaj go. Okazuj za to dużo czułości i troski. Na wszelki wypadek daj dziecku zapasową bieliznę.

**Rada 10 i ostatnia.**  
Jeśli dziecko mimo wszystko bardzo przeżywa rozstanie, jeśli nie chce chodzić do przedszkola – nie poddawaj się, nie zostawiaj go w domu, tylko dlatego, że płacze.  
Przyprowadź, mimo, że wyrywa się na ulicy, gdy zobaczy przedszkole. Nie ulegaj, gdy wpada w histerię i wymusza, abyś je zabrał do domu. Jeśli takie sytuacje będą się powtarzać  
ryzykujesz, że dziecko zawsze wykorzysta Twoją słabość ze szkodą dla siebie. Wielu  
rodziców mówi wtedy „może za miesiąc, może za rok”.  
Na pewno dziecku trudno jest zaadaptować się do nowej sytuacji. Ale warto też zdać  
sobie sprawę, że tego rodzaju próby jeszcze wielokrotnie czekają je w życiu. Pójście do nowej  
szkoły, egzamin, praca – wszystko to są sytuacje stresujące, z którymi trzeba dawać sobie radę.

Rady nasze należy czytać często (bez przesady oczywiście) i stosować. Wtedy będą  
skuteczne. Ale oto najważniejsza rada:

**JEŚLI poczujesz, że nic z tego, że chyba nigdy  
nie przyzwyczaisz się do przedszkola, pomyśl:  
JUTRO BĘDZIE LEPIEJ!**

Z najlepszymi życzeniami udanego startu  
Dyrektor i Nauczyciele i Pracownicy Przedszkola nr 16