



1. września bez stresu?



Nicole Cieplik
Niedziadkowo
niedziadkowo.pl

To możliwe!

Pierwszy dzień w przedszkolu niewątpliwie zawsze będzie dniem, kojarzącym się z ogromnymi emocjami, zarówno wśród dzieci, jak i rodziców. Nic dziwnego! Rozpoczęcie przedszkola to moment otwarcia nowego rozdziału w życiu każdej rodziny. Często wiąże się ze stresem, reorganizacją dotychczasowego porządku dnia, niepewnością, ale także ciekawością i ekscytacją. Warto dobrać się do niego przygotować.

W WAKACJE...

Moment rozpoczęcia edukacji na kolejnym poziomie poprzedzony jest długim oczekiwaniem przez całe wakacje. Stanowi on jeden z głównych tematów do rozmów niemal każdego dnia, potrzebą dowiedzenia się: jak to będzie? Co dziecko będzie robić? Czy maluch da radę bez rodziców? Pytania te zadaje każdy opiekun. Warto zwrócić uwagę na to, czego najbardziej obawia się dziecko. Jeśli jest podekscytowane nowością i zmianą otoczenia można rozważyć pokonywanie trasy do przedszkola podczas codziennych spacerów, rozmawiać o nowym rytmie dnia czy zwyczajach panujących w placówce. Jeśli natomiast nasz przedszkolak obawia

się nowej grupy, nauczycieli i nie jest pewny swoich kompetencji lub czegoś się boi, należy bardziej zaopiekować się jego emocjami i poczuciem sprawczości. Utwierdzajmy dziecko w przekonaniu, że sobie poradzi i zawsze może na nas liczyć.

WYPRAWKOWY ZAWRÓT GŁOWY

Temat wyprawki przedszkolnej spędza sen z powiek wielu rodzicom. Nie tylko z uwagi na koszty z nią związane, ale także z uwagi na ilość niezbędnych produktów. Dobrze zorganizowane przedszkole powinno odpowiednio wcześniej udostępnić listę artykułów, które należy zakupić. Warto, aby w procesie kompletowania wyprawki uczestniczył sam za-

interesowany – wybór nowego kocyka do spania, kapci czy artykułów papierniczych, na pewno wspomogą w tworzeniu dobrych skojarzeń, związanych z przedszkolem i pozwoli na aktywny udział w przygotowaniach. Dodatkowo warto, aby dziecko od początku uczyło się organizacji własnej, poznawało, co jest mu potrzebne i jak musi dbać o własne rzeczy. Nie zapomnijmy o opisanie każdego elementu osobno – w większej grupie zapewnia to bezpieczeństwo przed zagubieniem. W dobie dzisiejszych możliwości maluch może wybrać element charakterystyczny na naklejce lub naszywce (np. ulubione zwierzątko, dzięki czemu będzie rozpoznawał swoje rzeczy osobiste).

NOWY RYTM DNIA, NOWE OBOWIĄZKI

Nawet najbardziej entuzjastycznie nastawione dziecko, które rozpoczęła przedszkolną przygodę nie jest do końca świadome ilości zmian, jakie zachodzą w jego życiu z nadejściem 1. września. Rozpoczęcie nauki w nowej placówce to moment, w którym do planu dnia wchodzi codzienne, nowe obowiązki i nie ma już aż tyle wolnego czasu. Rolą rodzica jest przygotowanie malucha do zmian. Okres wakacyjny powinien zatem służyć rozmowom, jak będzie wyglądał nowy dzień, o której godzinie będziemy wstawać, co będzie się odbywało po kolei w ciągu dnia. Dobrym pomysłem jest wdrożenie rutyny, jaka panuje w przedszkolu w ostatnich tygodniach sierpnia. Oswajanie dziecka z tematem pozwoli na uniknięcie buntu już w pierwszym tygodniu września, kiedy obowiązki zaczną się pojawiać.

ODPUŚC ZAJĘCIA DODATKOWE OD POCZĄTKU

Wydarzenie pójścia do przedszkola jest niezwykle dociążające dla młodego

człowieka. Zanim okrzepnie w nowej rzeczywistości, warto zwrócić uwagę na czas wolny każdego dnia. Basen, balet, aikido, plastyka oraz śpiew i gimnastyka w jednym tygodniu naprawdę nie są niezbędne dla prawidłowego rozwoju dziecka. Świetnym czasem na dodanie nowej pasji do kalendarza jest październik – wciąż wiele grup ma wolne miejsca, będziecie bardziej świadomie korzystać z czasu wolnego, a dziecko będzie miało moment na decyzję, w jakie zajęcia chce się zaangażować (może część z nich Wasza placówka i tak ma w swojej ofercie?). Pamiętajmy, że dwa zajęte popołudnia w tygodniu zupełnie wystarczą i nie znudzą się.

WSPÓŁPRACUJ Z PLACÓWKĄ

Bardzo istotnym elementem, na który każdy rodzic powinien zwrócić uwagę w pierwszych dniach września jest współpraca z placówką, do której zdecydował się (miejmy nadzieję, że świadomie!) zapisać swoje dziecko. Wiele osób podchodzi roszczeniowo, nie zgadzając się na pewne standardy oraz nie przyjmując do wiadomości, że życie przedszkolne (związane z funkcjonowaniem placówki) różni się od tego, które prowadzili dotychczas. Kluczowym jest przyjęcie do wiadomości, że każde miejsce ma swoją organizację i należy ją zaakceptować, skoro z jakiegoś powodu zdecydowaliśmy, że dziecko będzie zapisane do danej placówki. Pamiętajmy, że miejsca te przyjmują nowe dzieci każdego września, więc mają na pewno większe doświadczenie niż rodzice, które robią to pierwszy raz od czasów swojego dzieciństwa! Przy odrobinie akceptacji i zaangażowania można wspólnie zbudować fantastyczną przestrzeń, w której dziecko będzie się wspaniale rozwijało i tworzyło wspomnienia, a rodzice będą mogli bez stresu wkroczyć w ten wyjątkowy etap razem z nim.

Warto, aby dziecko od początku uczyło się organizacji własnej, poznawało, co jest mu potrzebne i jak musi dbać o własne rzeczy.

mości, że życie przedszkolne (związane z funkcjonowaniem placówki) różni się od tego, które prowadzili dotychczas. Kluczowym jest przyjęcie do wiadomości, że każde miejsce ma swoją organizację i należy ją zaakceptować, skoro z jakiegoś powodu zdecydowaliśmy, że dziecko będzie zapisane do danej placówki. Pamiętajmy, że miejsca te przyjmują nowe dzieci każdego września, więc mają na pewno większe doświadczenie niż rodzice, które robią to pierwszy raz od czasów swojego dzieciństwa! Przy odrobinie akceptacji i zaangażowania można wspólnie zbudować fantastyczną przestrzeń, w której dziecko będzie się wspaniale rozwijało i tworzyło wspomnienia, a rodzice będą mogli bez stresu wkroczyć w ten wyjątkowy etap razem z nim.

Powodzenia we wrześniu!

REKLAMA

Najwygodniejsze buciki pod słońcem

- do domu
- do żłobka, przedszkola
- na plac zabaw
- można prac w pralce

Attipas.pl
MADRY WALK