

## ADAPTACJA – LIST DZIECKA DO RODZICÓW

### *Kochana Mamusiu! Kochany Tatusiu!*

Jutro pójdziemy pierwszy raz do przedszkola. Wieczorem sprawdzimy czy do mojego nowego woreczka zapakowaliśmy wszystko, co będzie mi w przedszkolu potrzebne. Przy pożegnaniu bądźcie spokojni i uśmiechnięci, pamiętajcie, że z Waszej twarzy potrafię wyczytać wiele emocji, zarówno niepokój jak i zdenerwowanie. Bądźcie gotowi na trudne rozstania w pierwszych dniach i tygodniach - na mój płacz i odmowę pójścia do przedszkola.

Pamiętajcie, że najważniejsze jest krótkie pożegnanie. Nawet jeśli płaczę, pożegnajcie mnie z uśmiechem i zostawcie pod opieką wykwalifikowanej kadry, która doskonale wie co w takiej sytuacji zrobić, abym szybko zapomniał o trudnym rozstaniu z rodzicem. Kiedy się ze mną rozstajecie powiedzcie konkretnie „Zjesz obiad, trochę się pobawisz i będę”. Pamiętajcie, **dotrzymujcie słowa**.

Mamusiu, jeśli rozstanie ze mną jest dla Ciebie zbyt trudne, postarajmy się jeśli jest możliwe, by do przedszkola odprowadzał mnie tatuś – zwłaszcza na początku. Rozstanie z tatusiem bywa łatwiejsze, może to wynika z większej stanowczości i opanowania emocji 😊

Jeśli to możliwe w pierwszym okresie odbierajcie mnie wcześniej, poczucie czasu odbieram inaczej. Okres przebywania poza domem wydaje się bardzo długi.

Bardzo ważne jest rozwijanie czynności samoobsługowych, pozwólcie mi myć samodzielnie ręce, jeść, korzystać z toalety nie nocnika, ubierać i rozbierać. Nasze panie w tych czynnościach na pewno mi pomogą, ale jeśli będę miał to opanowanie przed pójściem do przedszkola będę się czuł bezpiecznie i komfortowo.

Niezwykle ważne są rozmowy o wydarzeniach w przedszkolu jednak, jeśli nie mam ochoty o tym mówić lub nie pamiętam nie naciskajcie, muszę sam sobie to poukładać w swojej głowie jak tam było. Jak będę gotowy, to sam Wam opowiem.

Nie zabierajcie mnie do domu, gdy płaczę przy rozstaniu. Kiedy raz mi ulegniecie będę wymuszał łzami kolejny powrót do domu.

Chętnie posłucham jak to było, kiedy Wy, Mamo i Tato byliście w przedszkolu. Czytajcie mi książeczki na ten temat, bawcie się ze mną w przedszkole, rozmawiajcie ze mną o moich wyobrażeniach, obserwujmy razem bawiące się na placu zabawy starsze przedszkolaki. Będę wówczas wiedział, że przedszkole to takie miejsce, w którym będę się bawił z dziećmi. Czekają tam mnie nowe zabawki, koleżanki i koledzy, moje panie, które się będą mną troskliwie opiekować, urozmaicając w ciekawy sposób czas, kiedy Wy będziecie w pracy.

Wybierajcie do przedszkola rzeczy wygodne, bym mógł z łatwością się rozebrać: kapcie, buty bez sznurówek, spodnie czy spódniczka na gumkę, luźny dekolt bluzki.

Kiedy macie problem, rozterki, zwracajcie się ze swoimi wątpliwościami do nauczycieli. Oni chętnie Wam pomogą, znajdą czas, bo dla Was i dla nich najważniejsze jest dobro dziecka.

Miejcie uśmiech na twarzy, spokój, cierpliwość i zaufanie do nauczycieli i całego personelu przedszkola i w 100% pewność, że sobie tu poradzę w nowym dla mnie miejscu.

Kiedy wspólnie się zastosujemy do wszystkich tych zaleceń, moje pierwsze dni w przedszkolu będą przygodą, będę szczęśliwy i chętnie będę tam wracał każdego dnia po nowe przygody i wyzwania.



## **Szanowni Rodzice!**

Dziękujemy wam za zaufanie jakim nas obdarzyliście wybierając nasze przedszkole i powierzając nam wasz skarb – swoje dziecko. Bardzo lubimy swoją pracę, która jest naszą pasją. Dołożymy wszelkich starań, aby wasze dziecko czuło się tutaj bezpieczne, radosne i szczęśliwe. Drodzy rodzice pamiętajcie, że wy również macie wpływ na to, w jaki sposób wasze dziecko zaadaptuje się w nowym środowisku, jakim jest przedszkole.

Rodzice pierwszego dnia przynoszą:

- pewność, że dziecko sobie poradzi
- zaufanie do nauczycieli i całego personelu przedszkola
- uśmiech na twarzy

*Dyrektor, Rada Pedagogiczna i Pracownicy Przedszkola Tęczowe Kredki w Plewiskach*

## **Wyprawka przedszkolaka**

- wygodne łatwe do zdjęcia i założenia ubranie, nie krępujące ruchów,
- buty antypoślizgowe na jasnej podeszwie, dobrze trzymające stopę, na gumkę lub na rzepy nie crocsy,
- woreczek z kompletem ubrań do przebrania i bieliznę na zmianę
- poduszka i kocyk
- chusteczki suche i mokre po jednym opakowaniu na miesiąc

Wszystkie rzeczy znane dziecku oraz podpisane w sposób trwały.

Wyprawkę do przedszkola proponujemy zakupić przy aktywnym udziale dziecka. Niech przyszły przedszkolak sam sobie wybierze kaptcie, woreczek, poduszkę, kocyk. Pozwólcie Państwo dziecku oswoić się z tymi przedmiotami i zakupić je na tyle wcześniej, by zaczęło traktować je jak swoje (np. latem przed podjęciem edukacji przedszkolnej).