

Zanim Twoje dziecko zacznie edukację w KIDS&Co.

ADAPTACJA RODZICA

**PRAKTYCZNY PORADNIK
DLA RODZICÓW**



Drodzy Rodzice,

Rozpoczęcie przygody Waszego dziecka w żłobku lub przedszkolu to wyjątkowy moment pełen emocji i wyzwań zarówno dla Was, jak i dla Waszego maluszka. Doskonale rozumiemy, że okres adaptacji może być trudny, dlatego jesteśmy tutaj, aby wspierać Was na każdym kroku tej drogi.

Wspólnie możemy stworzyć atmosferę pełną ciepła, zaufania i wsparcia, która pomoże Waszemu dziecku w harmonijnym rozwoju i czerpaniu radości z każdego dnia spędzonego w żłobku czy przedszkolu. Jesteśmy tutaj dla Was i Waszych dzieci. Razem przejdziemy przez ten okres adaptacji, wspierając się nawzajem i budując solidne fundamenty dla przyszłych sukcesów Waszego dziecka.

Z serdecznymi pozdrowieniami,
Zespół KIDS&Co. 



**MIĘDZYNARODOWE DWUJĘZYCZNE
PRZEDSZKOLA I ŻŁOBKI**

20 ZASAD

1. Pokaż dziecku żłobek/przedszkole przed rozpoczęciem edukacji.
 2. Wspólnie z dzieckiem zróbcie niezbędne zakupy (wyprawka).
 3. Jeżeli do tej pory dziecko nie rozstawało się z rodzicami zostawcie je na próbę pod opieką dziadków lub znajomych. Żłobek/przedszkole będzie mu się kojarzyło z pierwszym rozstaniem.
 4. Ubranie dziecka musi być wygodne i nie może sprawiać kłopotów.
 5. Ciesz się razem z dzieckiem, że następnego dnia idzie do żłobka/przedszkola.
6. Nie obiecuj dziecku nagrody za to, że pójdzie do żłobka/przedszkola.
 7. Ciesz się cały ranek, że Twój trzylatek idzie do żłobka/przedszkola.
 8. Nie dokarmiaj dziecka przed śniadaniem, zjedzony przez niego w całości posiłek, będzie powodem do radości i pochwał w grupie rówieśników.
Decyzji dotyczących jedzenia nie powinno się podejmować za dziecko.
 9. Pozwól zabrać swojemu trzylatkowi z domu ulubioną przytulankę, maskotkę, lub zabawkę.
 10. Pomóż dziecku rozebrać się, zwróć uwagę na jego ubranie i gdzie je zostawisz.
11. By dziecko nie czuło się bezradnie - zachęcaj do samodzielności.
 12. Przestrzegaj godziny przyprowadzania dziecka do żłobka/przedszkola (przed śniadaniem).
 13. Pożegnanie w szatni powinno być krótkie: uśmiech-buziak i pa-pa.
 14. Nie zabieraj dzieci do domu kiedy płacze przy rozstaniu, gdy raz ulegniesz będzie coraz trudniej. Twój Maluszek łzami wymusi kolejny powrót do domu.
 15. Jeżeli rozstanie z mamą jest bardzo bolesne trzylatek powinien do żłobka/przedszkola przez pierwsze dni przychodzić z tatą.
16. Witaj swoje dziecko z uśmiechem, możesz mu podarować drobny prezencik mówiąc pozytywnie brzmiące zdanie: Teraz możemy iść do domu.
 17. Nie wymagaj od dziecka by od razu pokochało cały personel.
 18. Kontroluj się co mówisz w obecności dziecka na temat sytuacji dotyczącej pobytu w żłobku/przedszkolu.
 19. Ewentualne pytania do nauczycielki kieruj na koniec pobytu dziecka w danym dniu.
 20. Nie wywołuj dodatkowego stresu wymuszając na dziecku by po przyjeździe do domu natychmiast opowiadało o żłobku/przedszkolu.
Samo zacznij opowiadać w odpowiednim momencie.

ADAPTACJA NA „PIĄTKĘ”

Jak przygotować dziecko na przygodę ze żłobkiem i przedszkolem?

1. Ważne jest pozytywne nastawienie rodziców do żłobka/przedszkola.

Po pierwsze dziecko słyszy rozmowy rodziców i jeżeli wypowiadają się oni negatywnie o placówce albo werbalizują swoje obawy, może niechętnie chodzić do żłobka czy przedszkola, nieważne do kogo rodzice się zwracają, ważne kto te informacje słyszy; po drugie dzieci wyczuwają stany emocjonalne rodziców, nie da się przed nimi ukryć smutku czy niepokoju, jeżeli rodzic przeżywa poranne rozstanie, dziecko będzie również je przeżywało.

2. Dziecko nie może być powiernikiem rodzica.

Rodzice nie powinni zwierzać się ze swoich problemów dzieciom, nie powinni opowiadać im o kłopotach np. w czasie konfliktów małżeńskich czy problemów w pracy.

3. Warto żłobek/przedszkole przedstawić jako wspaniałą przygodę, a nie smutny obrazek.

Komentarze „Musisz iść do żłobka/przedszkola, bo ja muszę iść do pracy i zarabiać pieniądze” nie pomogą dziecku w adaptacji.

4. Dziecko powinno się wysypiać. Należy w taki sposób zorganizować czas, aby dziecko kładło się spać odpowiednio wcześniej i rano wstawało wypoczęte; dziecko nie powinno spać w pokoju, w którym jest telewizor i komputer, nie powinno oglądać bajek przed snem, podczas snu dziecka w domu powinien panować spokój.

5. Rodzic nie może utrudniać rozłąki.

Powinien przestrzegać zasad wprowadzonych przez żłobek/przedszkole; warto opracować rytuał pożegnania w szatni.

6. Ważna jest sytuacja rano – przygotowania do żłobka/przedszkola powinny odbywać się w spokojnej atmosferze.

Pośpiech i nerwy negatywnie wpływają na proces adaptacyjny (rodzic może wstać wcześniej, przygotować się do wyjścia, przygotować ubranie i śniadanie dla dziecka i dopiero wtedy budzić dziecko, dzięki temu podczas śniadania

i ubierania może poświęcić mu czas i bez pośpiechu pomóc w tych czynnościach; jeśli dziecko przychodzi do placówki prosto na śniadanie, to warto zrezygnować z porannego posiłku w domu i budzić dziecko o takiej porze, żeby czasu starczyło na mycie, ubranie i dotarcie do placówki.

7. Bardzo ważne jest spędzanie czasu z dzieckiem po żłobku lub przedszkolu.

Rodzic powinien w taki sposób się zorganizować, żeby po odebraniu dziecka z placówki mieć czas na wspólne aktywności. Kiedy mama szykuje obiad i zmywa, a dziecko siedzi obok, to trochę za mało, potrzebny jest kontakt twarzą w twarz i pełne zaangażowanie rodzica w zabawę z dzieckiem.

8. Wspólne zabawy mogą dotyczyć tego

co działo się w żłobku/przedszkolu. Rodzic może proponować dziecku zabawę, w którą dziecko bawiło się w placówce.

9. Warto pytać o to co fajnego wydarzyło się w żłobku lub przedszkolu.

(absolutnie nie wolno pytać: „Czy wszystko było dobrze?, Czy nic złego się nie stało?) Można pytać w co dziś się bawiło dziecko? Jaki był temat zajęć? Pamiętajmy jednak, że dziecko ma prawo nie pamiętać niektórych zdarzeń, nie zamęczajmy go pytaniami o to, co było na obiad itp. Lepiej bawić się w żłobek/przedszkole, wtedy rodzic zobaczy, jaką wizję żłobka/przedszkola ma dziecko.

10. Rodzice nie mogą złościć się na dzieci za trudności komunikowane przez

nauczyciela. Powinni być wyrozumiali, powinni wzmacniać poczucie bezpieczeństwa. (np. Posusiałaś się, to trudno, następnym razem spróbuj skorzystać z toalety, ale nie martw się, zawsze będziesz miała zapasowe ubranie).

11. Rodzice powinni pomagać dzieciom w rozwiązywaniu trudności.

Np. przypominać, że dziecko w każdej chwili może zwrócić się do wychowawcy, że ma zapasowe ubranko itp.



1. Worek z kompletem ubranek na zmianę
(koszulki, skarpetki, spodenki, spodnie, majteczki)
2 komplety.



2. Obuwie na zmianę z gumową jasną podeszwą
lub skarpetki antypoślizgowe.



3. Pieluchy jednorazowe i mokre chusteczki,
jeżeli dziecko używa pieluch.



4. Szczoteczka i pasta do zębów, kubek,
podpisane imieniem i nazwiskiem.



5. Pościel
(poduszka, kocyk w poszewce oraz prześcieradło z gumką).



6. Ulubiona przytulanka dziecka,
jeżeli jest przyzwyczajone do zasypiania z nią.



7. Krem
(z filtrem UV lub ochronny tłusty - zależnie od pory roku).

