



Co powinno umieć dziecko, by poradzić sobie w przedszkolu?

Dziecko trzyletnie przygotowujące się do pójścia do przedszkola powinno mieć opanowanych kilka umiejętności, które pomogą mu dobrze poczuć się w grupie przedszkolnej już od samego początku. To od rodziców zależy, w jaki sposób przygotowują malucha na tę nową sytuację. Co powinien umieć trzylatek? Czy bez opanowania tych umiejętności maluch nie poradzi sobie w przedszkolu?

Spis treści

- **Zajęcia adaptacyjne w przedszkolu – czym są?**
- **Jak przygotować malucha do rozstania z mamą?**
- **Jakie umiejętności powinno mieć dziecko, które idzie do przedszkola?**
- **Zmiana rytmu dziennego na rytm przedszkolny**
- **Przedszkolne leżakowanie**
- **Plan dnia w przedszkolu**
- **Umiejętność sprzątanania**
- **Wspólna zabawa z innymi dziećmi**
- **Sumienność i staranność**
- **Nauka "magicznych słów"**
- **Co powinno umieć dziecko idące do przedszkola – podsumowanie**

Zajęcia adaptacyjne w przedszkolu – czym są?

Początek edukacji przedszkolnej jest emocjonujący i stresujący. Każdy maluch przed pierwszym pójściem do przedszkola powinien usłyszeć od rodziców, czym jest przedszkole, co się w nim dzieje, jak wyglądają zajęcia, kto tam pracuje? Dobrze jest skorzystać z zajęć adaptacyjnych, jeśli takie są w placówce organizowane, a jeśli nie ma – na wizytę do przedszkola

można wybrać się samodzielnie z dzieckiem i pokazać mu miejsce, w którym już niedługo będzie spędzało wiele czasu. W ten sposób 3-latkowi to miejsce będzie dobrze się kojarzyć. Maluch będzie wiedział, że w przedszkolu czeka na niego wiele atrakcji i zabaw, i nie będzie się tam nudził.

Jak przygotować malucha do rozstania z mamą?

Proces przygotowania dziecka do w miarę bezbolesnego rozstania z mamą/tatą trochę trwa. Kiedy decydujemy się posłać dziecko do przedszkola, bądźmy przygotowani na adaptację, przez którą na pewno łagodnie przeprowadzą rodziców i dzieci nauczyciele, którzy będą się zajmować dziećmi w grupie.

Maluch powinien być świadomy, że chodzenie do przedszkola stanie się codzienną czynnością, podobnie jak rozstania z mamą i tatą. Początki zazwyczaj bywają trudne, ale z czasem wszystko się normuje. **Najważniejsze jest to, by dziecko umiało rozstać się w krótkim czasie i zostawało w przedszkolu ze świadomością, że będzie tam mogło miło spędzić czas, pobawić się i wielu rzeczy nauczyć.**

Właściwe rozstanie z rodzicami jest bardzo ważne, gdyż zapewnia dziecku radosny pobyt w przedszkolu.

Jakie umiejętności powinno mieć dziecko, które idzie do przedszkola?

Jednym z warunków przyjęcia do przedszkola jest umiejętność korzystania przez dziecko z toalety – maluch nie powinien już nosić pieluchy.

Ten proces trwa zazwyczaj kilka miesięcy, ale dziecko trzyletnie powinno już **samodzielnie korzystać z toalety**. Powinno wiedzieć, gdzie w przedszkolu znajduje się łazienka, jak się z niej korzystać, gdzie należy spuścić wodę. Po wyjściu samodzielnie myje ręce i wyciera je ręcznikiem. W przedszkolach zazwyczaj dostępne są ręczniki jednorazowe. Trzeba pokazać je dziecku i wyjaśnić, na czym polega korzystanie z nich. Zachowania w toalecie powinny być wyćwiczone przez dziecko i automatyczne.

Początkowo trzeba się liczyć z tym, że dziecko może kilka razy się zapomnieć lub nie zdążyć do toalety, więc warto przygotować zestaw zapasowych ubrań.

Ubieranie się jest również ważnym elementem samodzielności dziecka. Maluch powinien znać części garderoby, wiedzieć, do czego służą i jak je zakładać. Nauczyciele zawsze pomagają dzieciom właściwie się

ubrać, założyć wszystkie części ubrania, ale rolą rodziców jest nauczenie dziecka, jak z nich korzystać, co można zdjąć – jeśli jest za gorąco, a co założyć – jeśli jest za zimno.

Każde dziecko podczas pobytu w przedszkolu korzysta z posiłków. Powinno być w tym samodzielne, **nauczyciele nakładają na talerz potrawy, ale dzieci jedzą je bez ich pomocy**. Nie są karmione. Maluch powinien wiedzieć, do czego służą sztuczki i jak się nimi posługiwać. Dzieci uczą się także, co zrobić z talerzem, kubkiem i sztuczkami po skończonym posiłku.

Zmiana rytmu dziennego na rytm przedszkolny

Warto pomyśleć o tym, by nieco wcześniej przestawić codzienny rytm funkcjonowania dziecka na rytm przedszkolny. Dobrze jest w tym celu dowiedzieć się, w jakich godzinach odbywają się posiłki, kiedy jest czas na odpoczynek, a kiedy dzieci wychodzą na spacer. Po zdobyciu takich informacji można zmienić rytm domowy i przystosować go do rytmu przedszkolnego. Trochę potrwa, zanim dziecko przyzwyczai się do nowych godzin posiłków, spania, zabawy, ale dzięki temu będzie potem lepiej funkcjonowało w swojej grupie.

Przedszkolne leżakowanie

W większości przedszkoli w planie dnia jest czas na odpoczynek i sen. Jeśli w domu dziecko również ucina sobie drzemki, warto dowiedzieć się, na jakich zasadach będzie mogło wypoczywać w przedszkolu. Czasem dzieci śpią w piżamach, czasem tylko odpoczywają, leżąc na materacykach.

Plan dnia w przedszkolu

W każdym przedszkolu dziecko bierze udział w różnych zajęciach, także w zajęciach ruchowych. **Warto zadbać o to, by maluch był sprawny fizycznie**, np. nie wozić go zawsze wózkami, ale zachęcać do spacerowania. W przedszkolu wraz z grupą dziecko będzie wiele razy chodziło na spacer, bawiło się na podwórku, biegało. Dlatego powinno być przygotowane na większą dawkę ruchu.

Umiejętność sprzątnia

Nauczmy dziecko sprzątać po sobie i porządkować miejsce pracy i zabawy. Takie zachowania powinny stać się nawykiem. Jednak aby tak się stało, trzeba ćwiczyć z dzieckiem te czynności i za każdym razem przypominać mu o tym, by po sobie sprzątało. Dziecko powinno także

wiedzieć, że o swoje rzeczy, ubrania i zabawki należy dbać, nie niszczyć ich i nie psuć.

Wspólna zabawa z innymi dziećmi

Dzieci powinny być przyzwyczajane do tego, że **w grupie wszyscy bawią się razem**, dzielą zabawkami, pomagają sobie nawzajem. To zachowania, które dziecko łatwo przyswaja, jeśli są wielokrotnie przypominane.

Sumienność i staranność

Namawiamy dziecko, by wszystko, co robi, wykonywało starannie, sumiennie i dokładnie. Powinno to dotyczyć wszystkich czynności: począwszy od mycia zębów, aż po układanie po sobie zabawek po skończonej zabawie.

Nauka "magicznych słów"

"Proszę", "dziękuję", "przepraszam" – to trzy "magiczne" słowa, których powinniśmy uczyć dziecko już od najmłodszych lat. Używanie ich winno stać się nawykiem w każdej niemal sytuacji.

Jeśli rodzic wraz z dzieckiem przebrnie przez wszystkie etapy przygotowań do przedszkolnej kariery, nie powinien mieć obaw, że jego dziecko spotkają w nowym miejscu jakiegokolwiek problemy.

Co powinno umieć dziecko idące do przedszkola – podsumowanie

Do przedszkola trafia zwykle trzylatek, czasem dziecko nieco starsze. Podstawowe przydatne umiejętności to:

- **samodzielne jedzenie** – maluch nie musi perfekcyjnie posługiwać się sztućcami, ale warto, by w miarę sprawnie radził sobie z łyżką czy widelcem;
- **samodzielne ubieranie** – zaoszczędźmy dziecku trudu radzenia sobie z haftkami, szelkami czy wieloma guzikami – najlepsze będą spodnie na gumkę, buty na rzepy itp.;
- **samodzielne korzystanie z toalety** – jeśli dziecko jeszcze nie "przesiadło się" z nocnika na sedes, trzeba je tego nauczyć, powinno

też samo radzić sobie z papierem toaletowym. Nawet jeśli czasem zdarzają mu się "awarie", pielucha w przedszkolu to kiepski pomysł;

- **samodzielne mycie** – przedszkolak powinien bez problemu sam umyć ręce czy buzię.

Ważne też, żeby dziecko wiedziało, że – tak jak w domu rodzicom – w przedszkolu swoje potrzeby czy problemy ma sygnalizować Pani.