**PODSTAWOWE WYPOSAŻENIE PRZEDSZKOLAKA:**

1. **Wygodne obuwie:** **a)***po przedszkolu:*  podpisane i zapinane na rzep lub zatrzask, aby dziecko potrafiło je samo założyć. **b)** *do przedszkola:* NIE SZNUROWANE!!! Najlepiej zapinane na rzep, wygodne, odpowiednie do pory roku.
2. **Wygodne ubranie** – spodenki/spódniczki na gumce, wygodne bluzeczki, które dziecko będzie potrafiło samodzielnie zdejmować i zakładać  (np. podczas przebierania na leżakowanie).

**3. Przybory do mycia zębów** - kubek plastikowy, szczoteczka i pasta do zębów-wszystko podpisane (termin ustali nauczyciel wychowawca).

**4.** W szatni zawsze zostawiamy w woreczku **zapasowe ubranko** /worek proszę podpisać/- spodnie, bluzeczka, skarpety, majteczki (może będą potrzebne).

**5. Pościel i piżamkę** - poduszka, poszwa na kołderkę lub kocyk- pasująca na leżak, wygodna piżamka-wszystko podpisane. ***Pościel można przynieść w dniu otwartym.***

**6.** Dla dzieci **grzebień** lub szczotkę, aby można ją było uczesać po leżakowaniu-wszystko podpisane. **7.** **Chusteczki higieniczne** **(wyciągane)** – jedna paczka na semestr.

**8.** Jeżeli jest taka potrzeba proszę zaopatrzyć dziecko w ulubioną przytulankę, z którą będzie się czuło bezpiecznie z którą będzie mogło leżakować. Uwaga jeśli wytyczne GIS zezwolą w miesiącu wrześniu !

**JAK POMÓC DZIECKU ŁAGODNIE PRZEJŚĆ PROCES ADAPTACJI?**

* **Weź razem z dzieckiem udział w spotkaniach adaptacyjnych.** Dzięki nim obejrzycie nowe miejsca, poznacie nauczycieli, innych rodziców i dzieci, które również po raz pierwszy przyjdą do przedszkola. Pamiętaj, by stopniowo przyzwyczajać dziecko do zmian – łatwiej będzie mu przejść przez ten trudny czas.
* **Zadbaj o to, aby przedszkole nie kojarzyło się dziecku z pierwszym rozstaniem z rodzicami.** Pozostaw je na kilka godzin z innymi dorosłymi (np. dziadkami, znajomymi) – w ten sposób maluch zacznie akceptować nową sytuację, upewni się, że zawsze ktoś po niego wróci.
* **Wspólnie z dzieckiem sporządź listę przyborów, jakich będzie potrzebować w przedszkolu.** Wybierz się razem z nim na zakupy. Bardzo ważne jest, aby dziecko miało poczucie swojego udziału w zakupach, dlatego pozwól mu dokonywać wyborów. Jego zadowolenie z pewnością zwiększy chęć pójścia do przedszkola i wypróbowania nowych rzeczy.
* **Dużo rozmawiaj z dzieckiem o przedszkolu, nastaw je pozytywnie do nowego miejsca.** Warto opowiadać malcowi, jakie panują tam zasady, co go czeka. Przedstaw dziecku zachęcający, ale realny obraz przedszkola. Nie oszukuj, gdyż maluch doskonale to wyczuwa, a tym samym bardzo szybko traci zaufanie.
* **Daj dziecku tyle czasu, ile będzie potrzebowało, aby przygotować się do nowych warunków.** Radzenie sobie ze stresem adaptacyjnym jest sprawą indywidualną i u każdego może przebiegać inaczej (od kilku dni u jednych przedszkolaków, do kilku miesięcy u innych). Pamiętaj o tym, aby nie porównywać dziecka z rówieśnikami. Nie bagatelizuj także jego lęków i obaw przed przedszkolem, lecz wspieraj je w tym okresie.
* **Zwróć uwagę na krótkie pożegnania.** Warto często mówić dziecku, że zawsze po nie ktoś przyjdzie (ty, babcia czy dziadek). Zapewniaj je także o swojej miłości. Zadbaj o to, aby osoba, która odprowadza dziecko do przedszkola, była opanowana i w miarę stanowcza. Pamiętaj – nie okazuj dziecku własnych rozterek podczas rozstania, bowiem wtedy przekazujesz mu własne lęki.
* **Stopniowo przyzwyczajaj dziecko do przedszkola.** **Jeśli jest to możliwe, przez pierwsze dni odbieraj je wcześniej.** Pamiętaj jednak, żeby nie obiecywać czegoś, czego nie jesteś w stanie spełnić. Zawsze dotrzymuj słowa – daje to poczucie bezpieczeństwa.
* **Po powrocie z przedszkola zachęć dziecko do tego, aby opowiadało, co się działo tego dnia, co mu się podobało, a co nie.** Powinno ono wiedzieć, że wszystko może opowiedzieć rodzicom, oraz że w każdej sytuacji może liczyć na ich pomoc. Jeśli malec nie chce opowiadać, nie zmuszaj go i nie zadawaj zbyt wielu pytań.
* **Warto pozwolić dziecku zabrać do przedszkola ulubioną zabawkę.** Takie rozwiązanie zwiększy poczucie bezpieczeństwa, a ulubiona maskotka z pewnością okaże się niezastąpionym wsparciem i pomocą w trudnych chwilach.
* **Nie wyręczaj dziecka.** Zachęcaj je do samodzielnego ubierania się, mycia rąk czy zjadania posiłków. Wspieraj w trudnych sytuacjach, daj mu czas i okazuj cierpliwość. Dziecko, które jest samodzielne, zapewne będzie czuło się pewniej i bezpieczniej w nowym miejscu.

Źródło: Czasopismo „Wychowanie w Przedszkolu”

**Dzień Otwarty w przedszkolu dla rodziców i dzieci odbędzie się jeśli zmienią się wytyczne GIS, MEN i MZ.**

**Bieżące informacje zostaną udostępnione na stronie internetowej w zakładce o przedszkolu.**