

JAK PRZYGOTOWAĆ DZIECKO NA POWRÓT DO PRZEDSZKOLA W OKRESIE PANDEMII

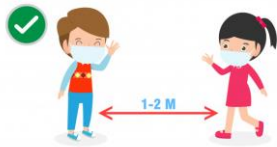
1. Rozmawiaj z dzieckiem na temat zaistniałej sytuacji oraz tego, co się obecnie dzieje w związku z powrotem do przedszkola. Używaj prostych słów. Rzeczy i sytuacje, które będą dla dziecka niejasne, mogą wywoływać w nim lęk i niepokój.
2. Przygotuj je na to, jak teraz wyglądają sale i jakie będą obowiązywały zasady w przedszkolu - utrwaj je z dzieckiem:

- słuchaj, co mówi pani

- często myj ręce



- zachowaj odstęp



- staraj się nie dotykać innych osób

- jeśli kichasz i kaszlesz – zasłaniaj usta łokciem, chusteczką



- jeśli poczujesz się smutny, porozmawiaj z panią

- jeśli poczujesz się źle, zgłoś to pani.

3. Wyjaśnij, że w obecnej sytuacji:

- będzie w małej grupie z różnymi dziećmi – niekoniecznie ze swojej grupy
- opiekować będą się nim panie z różnych grup, które zna – niekoniecznie jego panie
- panie będą czasami nosiły maseczki, rękawiczki a także przyłbice, które wyglądają jak kaski strażaków.
- na sali będzie trochę mniej zabawek, ale za to więcej miejsca na zabawę



- przy wejściu do przedszkola odbierze go pani, którą zna, która zmierzy mu temperaturę, pomoże umyć ręce i odprowadzi do sali



- nie może zabierać swoich zabawek do przedszkola, ani prac przedszkolnych do domu.

4. Zapewnij, że w przedszkolu jest bezpiecznie, a panie zawsze służą pomocą.
5. Ustal z dzieckiem sposób pożegnania: stuknięcie biodrem, dotknięcie łokciem, pomachanie.



6. Staraj się nie komentować sytuacji związanej z pandemią szczególnie podczas przyprowadzania i odbierania dziecka z przedszkola. Dziecko jest bardzo dobrym obserwatorem i szybko zauważy Twoje zdenerwowanie.
7. Razem z dzieckiem rozpoznajcie uczucia i emocje, jakie towarzyszą dziecku. Pokaż mu, że jego zmartwienia są tak samo ważne. Porozmawiaj z dzieckiem o tym, co czuje.



8. Warto wprowadzić różne metody relaksacji z dzieckiem np. słuchanie muzyki, masażyki, spacer, joga.



9. Jeśli pojawi się temat, który nie wiesz jak wytłumaczyć, wyjaśnić czy rozwiązać - wykorzystaj bajkę terapeutyczną adekwatną do aktualnego problemu.

10. W razie jakichkolwiek wątpliwości, problemów – pytaj.

Kadra przedszkola służy pomocą i wsparciem.

