

Óvodába indulok én 😊 (felkészülés az óvodára)



Bár az óvodai beszoktatás időszaka nagy kihívás, mégis van pár arany szabály, amely felkészítik a gyerekeket, és a szülőket is (!) az óvodakezdésre. Nézzünk néhányat ezekből:

- 1. Első lépésként **szokjuk a gondolatot**, hogy bár gyermekünk mintha csak tegnap született volna, mégis óvodába fog járni. Örüljünk neki, hogy már ilyen nagy, és hogy egy új világ nyílik meg számára. Kipróbálhatja magát egy kis közösségben, ahol számos új dolgot fog megtanulni. Ezek az első önálló lépései, amelyeket a mi segítségünkkel, de a jelenlétünk nélkül fog már megtenni.



- 2. Már az óvoda megkezdése előtt **beszélgessünk vele** az óvodáról és az óvodai életről. Remek gyerekkönyvek lehetnek ebben segítségünkre, amelyek rövid kis történetekben dolgozzák fel - GYEREKSZEMMEL - az óvodával járó újdonságokat. Érdeemes ezeket a történeteket már egy-két hónappal az óvodakezdés előtt olvasgatni. Utána hagyjunk időt arra is, hogy kisgyerekekünk kérdezhessen, elmondhassa véleményét, gondolatait, félelmeit:
 - - *Devecsery László: Kisbuksi az óvo*
 - - *Bodó Béla: Brumi kalandjai*
 - - *Bartos Erika: Bogyó és Babóca az óvodában*

- 3.Érdemes az óvoda megkezdése előtt, többször a nagymamára vagy nagynénire bízni rövid időre, azért hogy legyen tőlünk távol.
-
- 4. Gondoljuk végig az **új napirendet**, mert a rendszeresség egyben biztonságot is jelent majd a gyermek számára:
- Tervezzük meg a reggeleket, hogy hánykor fogunk kelni, hogy legyen elegendő idő még egy nyugodt közös reggelire, öltözködésre, elkészülésre
- Gondoljuk végig, hogy hogy megyünk majd az óvodába?

...

- (A közös séták gyönyörűek lehetnek, és nagyon jó beszélgetésekre adhatnak alkalmat. Sétáljunk csemeténkkel többször is el az óvoda felé, és kezdeményezzük a témát, “ ide jársz majd oviba, ahol lesz egy óvónénid, sok új barátod, társad.)



Mondjuk el mire számíthat

- Ritka gyerek, aki legalább egy kicsit nem izgul az óvoda miatt, még ha ennek nem is adja nyilvánvaló jelét. Próbáljuk megnyugtatni azzal, hogy többször beszélünk neki arról, hogy valószínűleg „A legjobb dolog lesz, amit valaha átéltél”, vagy „Biztosan nincs miért félned, mert sok aranyos gyerekekkel és óvónénikkel játszhattok majd naphosszat”. A legfontosabb, hogy soha ne bagatelizáljuk el az aggodalmait. Érezze, hogy megértjük, foglalkozunk a problémájával és nem csak lekicsinylő válaszokat kap, ha a félelmét fejezi ki.

-

- Részletesen beszéljünk neki arról, mire számíthat az óvodában. Hová kell menni, mit fognak csinálni, kikkel kerül egy csoportba. A beszoktatás nagyon fontos dolog, de ha valamiért elmarad, akkor is legalább egy alkalommal vigyük el a gyereket az oviba még szeptember előtt és mutassuk meg melyik szobában fognak játszani, melyik óvónéni felügyelete mellett.



Elválás reggel

- Amikor a kicsitől reggel el kell válnunk, soha ne csapjuk be, még a kegyes hazugság is romba döntheti, addigi igyekezetünket a zökkenőmentes beszoktatást illetően. Mindig rendesen köszönjük el tőle, még ha késésben is vagyunk. Tudatosítsuk benne, hogy mikor megyünk érte, konkrétan határozzuk meg, hogy a napnak melyik szakában, milyen tevékenység után érkezünk. (pl. Ebéd után jön anya érte). Soha ne az órához igazítsuk ezt, mert az időfogalom ebben az életkorban még nem automatizálódott. Ha búcsúzáskor sír is, a társak, óvónéni és a játékok hamar feledtetik bánatát. Ellenkező esetben egy erősebben kötődő gyermeknél előfordulhat, hogy minden percben arra vár, mikor tér vissza anya. Ha már elbúcsúztunk tőle, ne forduljunk vissza, még ha sír is utánunk! A többszöri elbúcsúzás és elszakadási kísérlet csak azt az érzetet erősíti benne, hogy rossz dolog történik vele, nincs biztonságban, mivel az anya is bizonytalan és határozatlan.

Döntsük el előre, még az óvodai év kezdete előtt, hogy hány órára megyünk gyereünkért. Kiscsoportban jó minden nap ugyanahhoz az időponthoz tartani magunkat, mert a kisgyerek még nem tesz különbséget a napok között. Ha szeretnénk, hogy ott aludjon a gyereünk délután, akkor jó minél előbb erre a rendszerre ráállni.(vezessük be otthon is a rendszeres alvást, lehetőleg abban az időben amikor az óvodában történik majd altatás)



Óvoda után

- Amikor gyermekünkért megyünk az óvodába, utána mindig hagyjunk legalább egy órát arra, hogy csak rá figyeljünk. Hallgassuk meg élményeit, gondolatait, legyen ez ünnep, hogy megint együtt lehetünk. Töltsük fel gyermekünk kis tartályait, hogy másnapra is legyen tartaléka.
- És tervezzük meg az estét is, aminek titka, hogy hagyjunk időt mindenre. Nyugodt fürdésre, vacsorára, fogmosásra, és persze a kihagyhatatlan esti mesére
- Tervezzük meg előre mit vesz majd fel másnap a csöppség, és beszéljünk már pár mondatban a másnapról, hogy reggel mikor felkelünk, felöltözünk, megmosdunk, elkészülünk ,ismét megyünk az óvodba aho maj vár a reggeli és a sok kis barát.

„Figyelj, mit mond az Óvónéni!”

- Bár az óvónénik is tisztban vannak azzal, hogy a 3-6 évesek figyelmét nehéz hosszú ideig lekötni, vannak olyan az óvodában elsajátítandó ismereteket, amelyeket nem lehet egy mondatban elmondani. Sokat segíthetünk a gyerekeknek, ha már az ovi megkezdése előtt próbáljuk fejleszteni a koncentrációs képességét. Erre egy jó praktika lehet a következőjáték.
Megkérjük a gyerkőcöt, hogy üljön le, maradjon csendben és csukja be a szeméit, majd mondja el a különböző hangokat, amelyeket hall. Próbálja kitalálni, hogy mi kelti az adott hangot és melyik irányból jön.
- Szintén jó játék a “ játszunk ovisat”, irányíthatja a gyerkőc is a játékot (persze megfelelő keretek között), ebben a játékban lehet gyakorolni minden történést ami majd az oviban is történni fog.pl: szépen ülünk a széken, csináljuk amit óvónéni mond. Amennyiben látjuk, hogy lankad a figyelme, lazítsunk kicsit.

...

- **Fontos arany szabály azonban, hogy találjuk meg a középutat. Hagyjunk mindig alkalmat a beszélgetésekre, akár minden nap azonos időszakban keríthetünk 5-10 percet arra, hogy tudatosan beszélgessünk az oviról, de figyeljünk oda arra is, hogy ne terheljük ezzel gyermekünk minden percét.**
- **A sikeres felkészülés már fél siker ahhoz, hogy a Nagy Napon a gyerekünk már tudja, hogy mi fogja az óvodában fogadni, és hogy mi is nyugodt szívvel, szeretettel engedjük Őt óvodai útjára...**

Kiss Jenő: Óvodában

- Óvodában nagy szobában kicsi asztal, kicsi szék.
- Óvodában fiúk- lányok- Ők is mind- mind kicsikék.
- Évek jönnek, nagyra nőnek fiúk- lányok kicsikék.
- De sosem nő már nagyobbra kicsi asztal, kicsi szék



Szeretettel vár az óvoda 😊