ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ ΣΤΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ

1ο ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΑΝΤΙΜΑΧΕΙΑΣ

ΑΝΤΙΜΑΧΕΙΑ ΚΩΣ

ΤΗΛ.: 2242 0 51314 & 2242 0 51517

2242360853

Σχολικό έτος 2024-2025

Σας καλωσορίζουμε στο Νηπιαγωγείο κι ευχόμαστε να είναι μια καλή και δημιουργική χρονιά, όπου τα παιδιά μέσα σε περιβάλλον ασφάλειας και αποδοχής θα εξελιχθούν και θα αναπτυχθούν σωματικά, πνευματικά και ψυχικά.

Ξεκινώντας το Νηπιαγωγείο το παιδί μπαίνει στην υποχρεωτική εκπαίδευση και θέλουμε να το βοηθήσουμε να διαμορφώσει σταδιακά την ταυτότητα του «μαθητή» και της «μαθήτριας». Παράλληλα να υποστηρίξουμε και σας τους γονείς να αντιληφθείτε τον νέο σας ρόλο και να λειτουργείτε πλέον ως γονείς μαθητών και μαθητριών.

Το παιδί μετά το ασφαλές, σίγουρο πλαίσιο της οικογένειας ή το γνώριμο χώρο ενός παιδικού σταθμού εισέρχεται σε ένα νέο και άγνωστο για αυτό περιβάλλον με διαφορετικούς κανόνες λειτουργίας και αρκετά διαφορετικό τρόπο πλαισίωσης των παιδιών από τους ενήλικες που εργάζονται εκεί .

Μην αδικείτε λοιπόν το παιδί σας αν νιώθει αγχωμένο για το άγνωστο. Όλοι είμαστε αγχωμένοι σε μια νέα αρχή.

Ακολουθούν κάποιες βασικές πληροφορίες, που παρακαλούμε να λάβετε υπόψη σας, προκειμένου να επιτευχθούν η ομαλή ένταξη των παιδιών σας στη σχολική μονάδα και η εύρυθμη λειτουργία του σχολείου.

Εάν έχετε επιπλέον απορίες σχετικά με τη λειτουργία του Νηπιαγωγείου πολύ ευχαρίστως να τις μοιραστείτε μαζί μας και να προσπαθήσουμε να τις λύσουμε.

ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

Το ωράριο λειτουργίας του σχολείου είναι το εξής:

Ώρα προσέλευσης: Από 8:15 έως 8:30.

Ώρα αποχώρησης: Στις 13:00
Στις 16:00 για το ολοήμερο τμήμα.

- Τηρούνται οι ώρες προσέλευσης και αποχώρησης ώστε να μην προκύπτουν προβλήματα στη λειτουργία του νηπιαγωγείου, τα παιδιά να προσαρμοστούν ευκολότερα και να νιώθουν ασφάλεια. **Μετά τις 8:30, με ευθύνη των εκπαιδευτικών, κλείνει η είσοδος του σχολείου και παραμένει κλειστή κατά τη διάρκεια της λειτουργίας του**.
- **Κατά την προσέλευση οι γονείς/ κηδεμόνες / συνοδοί συνοδεύουν τα παιδιά τους μέχρι την είσοδο της τάξης τους και αποχωρούν αφού παραλάβει τον/την μαθητή/τρια ο/η υπεύθυνος/η εκπαιδευτικός της τάξης**. Στο νηπιαγωγείο οι μαθητές/τριες τακτοποιούν μόνοι/νες τα προσωπικά τους αντικείμενα όπως τσάντα και μπουφάν, ώστε να οικοδομείται σταδιακά η υπευθυνότητα, η αυτονομία αλλά και να εξασφαλίζεται η εύρυθμη λειτουργία εύρυθμη λειτουργία του σχολείου.
- Οι μαθητές/τριες που κατοικούν στο Μαστιχάρι, μεταφέρονται προς και από το νηπιαγωγείο, με λεωφορείο της Περιφέρειας (μέσα στο λεωφορείο υπάρχει συνοδός) και στην περίπτωση αυτήν, η συνοδός παραδίδει και παραλαμβάνει τα παιδιά από το σχολείο. **Απαραίτητη προϋπόθεση για να μετακινηθούν οι συγκεκριμένοι μαθητές με το λεωφορείο, είναι να έχουν καταθέσει οι γονείς τους υπεύθυνη δήλωση συναίνεσης.**

<u>Σημαντική επισήμανση</u>

Τους/τις μαθητές /τριες μπορούν να παραλαμβάνουν από το σχολείο **μόνο** τα πρόσωπα που έχουν οριστεί στην υπεύθυνη δήλωση που έχει καταθέσει ο κηδεμόνας κατά την εγγραφή τους στο σχολείο. Επισημαίνουμε όμως ότι στην περίπτωση που έρθει κάποιο πρόσωπο, που είναι γραμμένο στη λίστα συνοδών του παιδιού αλλά δεν είναι ο ένας από τους δύο γονείς, θα πρέπει τη συγκεκριμένη ημέρα ο γονέας να επικοινωνήσει με το σχολείο και να ενημερώσει για αυτήν την αλλαγή ρουτίνας.

Η αποχώρηση νωρίτερα του ωραρίου <u>δεν επιτρέπεται</u> εκτός από εξαιρετικές περιπτώσεις όπου και χρειάζεται να υπογραφεί υπεύθυνη δήλωση πρόωρης αποχώρησης από τον/την κηδεμόνα του παιδιού.

Επίσημες Αργίες κι εορταστικές εκδηλώσεις σχολικού έτους

- Αργία 28ης Οκτωβρίου (εθνική εορτή). Την αμέσως προηγούμενη εργάσιμη γίνονται εκδηλώσεις εορτασμού της επετείου και οι μαθητές σχολάνε νωρίτερα (θα ενημερώνεστε λίγες ημέρες πριν).
- 17 Νοεμβρίου: εκδηλώσεις για την επέτειο του Πολυτεχνείου και οι μαθητές σχολάνε νωρίτερα (θα ενημερώνεστε λίγες ημέρες πριν).
- Από 24 Δεκεμβρίου έως 7 Ιανουαρίου (διακοπές Χριστουγέννων)
- Αργία Καθαρής Δευτέρας
- Αργία 7 Μαρτίου (εθνική εορτή). Την αμέσως προηγούμενη εργάσιμη γίνονται εορταστικές εκδηλώσεις της επετείου και οι μαθητές σχολάνε νωρίτερα (θα ενημερώνεστε λίγες ημέρες πριν).
- Αργία 25ης Μαρτίου (εθνική εορτή). Την αμέσως προηγούμενη εργάσιμη γίνονται εορταστικές εκδηλώσεις της επετείου και οι μαθητές σχολάνε νωρίτερα (θα ενημερώνεστε λίγες ημέρες πριν).
- Από Μεγάλη Δευτέρα μέχρι την Παρασκευή της Διακαινησίμου (διακοπές Πάσχα)

- Αργία 1ης Μαΐου (πρωτομαγιά)
- Αργία του Αγίου Πνεύματος
- Από 22 Ιουνίου μέχρι 31 Αυγούστου (θερινές διακοπές) – το σχολικό έτος για τους/τις μαθητές/ -τριες λήγει στις 15 Ιουνίου.

Λήψη φωτογραφιών και βίντεο

Υπενθυμίζουμε ότι η λήψη φωτογραφιών και βίντεο από γονείς και κηδεμόνες στο χώρο του σχολείου δεν επιτρέπεται, καθώς και η χρήση κινητών τηλεφώνων από τους/τις μαθητές/ τριες.
Σύμφωνα με το έντυπο γονικής συναίνεσης που έχουν υπογράψει οι κηδεμόνες των μαθητών/ τριών, φωτογραφίες και βίντεο έχουν δικαίωμα να βγάλουν μόνο οι εκπαιδευτικοί, εφόσον υπάρχει διασύνδεση με το εκπαιδευτικό πρόγραμμα, και μόνο για την ανάρτηση τους στην ιστοσελίδα ή στο ιστολόγιο του σχολείου.

Επικοινωνία με τους γονείς

Για την καλύτερη ενημέρωσή σας, να ελέγχετε καθημερινά το ηλεκτρονικό σας ταχυδρομείο, καθώς και τις ανακοινώσεις που αναρτώνται στο σχολείο.

Ατομικές συναντήσεις για την ενημέρωση προόδου των μαθητών /τριών πραγματοποιούνται το Νοέμβριο και το Μάρτιο, μετά το πέρας του πρωινού υποχρεωτικού προγράμματος, και σε προκαθορισμένα ραντεβού που γίνονται έπειτα από συνεννόηση.
Ανεξάρτητα από την παραπάνω ενημέρωση, στην αρχή της σχολικής χρονιάς ,ορίζουμε μία ημέρα την εβδομάδα για επικοινωνία με τους γονείς και αυτήν την ημέρα μπορούν οι γονείς αφού έχουν συνεννοηθεί με τη νηπιαγωγό για να ενημερωθούν. Αυτό ισχύει για όλο το έτος.
Παρακαλούμε, εκτός κι αν συντρέχει ιδιαίτερα σοβαρός λόγος, να αποφεύγετε να ζητάτε ενημέρωση για την πρόοδο του παιδιού σας, κατά την πρωινή προσέλευση ή αποχώρηση των μαθητών/τριών, γιατί έτσι διαταράσσεται η απρόσκοπτη κι ασφαλής προσέλευση κι εμποδίζεται η ομαλή διεξαγωγή του προγράμματος.
Τηλεφωνική επικοινωνία με τους/τις εκπαιδευτικούς μπορεί να γίνει μετά τις 12 το μεσημέρι στα τηλέφωνα 2242051517 και 2242360853.

Ευκαιρίες συμμετοχής των γονέων στο πρόγραμμα του νηπιαγωγείου

Πολύ σημαντική για την λειτουργία του Νηπιαγωγείου είναι η συνεργασία του σχολείου με τους γονείς.
Στο πλαίσιο της σχολικής ζωής θα δοθούν πολλές ευκαιρίες για από κοινού δράσεις τόσο στο χώρο του σχολείου, με επισκέψεις των γονέων και συμμετοχή τους στο ημερήσιο πρόγραμμα δραστηριοτήτων, όσο και σε εξωτερικά περιβάλλοντα (εκδρομές, εκπαιδευτικές επισκέψεις) αλλά και στο σπίτι (με αναζήτηση πληροφοριών, συζήτηση με τα παιδιά κ. τ. λ).

Ασθένειες

Εάν το παιδί σας εμφανίσει στο σχολείο πυρετό ή κάποια αδιαθεσία, θα σας ενημερώνουμε άμεσα, ώστε να το παραλάβετε από το νηπιαγωγείο.
Σε περίπτωση ασθένειας, αφού επισκεφθείτε ή συμβουλευτείτε το θεράποντα παιδίατρό σας ακολουθείστε πιστά τις οδηγίες του. Παρακαλούμε τα παιδιά να

παραμένουν στο σπίτι ακόμη και σε περιπτώσεις ήπιων ιώσεων, χωρίς έντονα συμπτώματα, προκειμένου να αποφευχθεί η διάδοση ασθενειών.
Σε περίπτωση που το παιδί έχει ασθενήσει , επανέρχεται στο σχολείο εφόσον είναι απύρετο για 48 ώρες τουλάχιστον και δεν έχει άλλα συμπτώματα.
Επίσης, σας πληροφορούμε ότι **απαγορεύεται να χορηγούν φάρμακα στα παιδιά οι εργαζόμενοι στο νηπιαγωγείο**. Εάν το παιδί σας βρίσκεται , για παράδειγμα, σε αγωγή αντιβίωσης παρακαλούμε φροντίστε να πάρει τη δόση του φαρμάκου στο σπίτι.

Ψείρες

Επειδή τα κρούσματα με ψείρες είναι συχνά, να κάνετε τακτικό έλεγχο στο κεφάλι του παιδιού σας και να χρησιμοποιείτε κάποιο προληπτικό αντιφθειρικό προϊόν. Καλό θα ήταν επίσης τα παιδιά με μακριά μαλλιά να τα πιάνουν με λαστιχάκια ώστε να περιορίζονται οι πιθανότητες μετάδοσής τους από κεφάλι σε κεφάλι.
Σε περίπτωση κρούσματος με ψείρες, γνωστοποιείστε το στους/ στις νηπιαγωγούς, ώστε να ληφθούν συνολικά μέτρα πρόληψης μετάδοσης από τους άλλους γονείς.

Ατομική Υγιεινή

Είναι σημαντικό για όλους τα παιδιά να έρχονται στο σχολείο φροντισμένα και καθαρά. Στο Νηπιαγωγείο υλοποιούνται κατά διαστήματα προγράμματα ατομικής υγιεινής και φροντίδας του εαυτού και χρειάζεται και η οικογένεια να κινείται έμπρακτα προς αυτήν την κατεύθυνση (βούρτσισμα δοντιών, κόψιμο νυχιών, εκμάθηση καθαρισμού της μύτης, πλύσιμο χεριών κ.τ.λ.).

Ενδυμασία

Στο νηπιαγωγείο παίζουμε κι εργαζόμαστε με μπογιές κι άλλα υλικά. Έτσι είναι πολύ εύκολο να λερωθούμε. Καλό είναι λοιπόν τα παιδιά να έρχονται με **απλά και άνετα ρούχα και παπούτσια** ,που δεν εμποδίζουν την κίνηση τους.
Αποφεύγουμε τα **πολύτιμα αντικείμενα** (σταυρούς, αληθινά κοσμήματα, αλυσίδες, σκουλαρίκια). Είναι εύκολο να χαθούν και επίσης μπορεί να προκαλέσουν πνιγμούς ή τραυματισμούς σε ενδεχόμενο αδέξιο τράβηγμα.
Αποφεύγουμε **τιράντες και ζώνες** που έχουν δυσκολία αφαίρεσης κατά την εξυπηρέτηση των παιδιών στην τουαλέτα.
Τα προσωπικά αντικείμενα των παιδιών (μπουφάν, ζακέτες, παγουρίνα, καπέλα κλ.). φροντίστε να αναγράφουν το όνομα του παιδιού καθώς μπορεί να μπερδευτούν με των άλλων μαθητών.

Σχολική τσάντα

Η τσάντα του παιδιού είναι καλό να ταιριάζει με το σωματότυπό του. Να σκεφτείτε ότι το παιδί θα χρειάζεται να τη χρησιμοποιεί πολλές φορές κατά τη διάρκεια της ημέρας. Γι΄αυτό καλό είναι να μην είναι πολύ μεγάλη ή πολύ βαριά. Επιπλέον, σκόπιμο είναι να έχετε μια δεύτερη, μικρή τσάντα, **χωρίς ροδάκια** για τις εκπαιδευτικές επισκέψεις (εκδρομές) διότι σε αυτές τα παιδιά πάντα τις φοράνε στην πλάτη τους και τις κουβαλάνε όσο περπατάνε.

Μέσα στη σχολική τσάντα θα υπάρχουν:

1. Μια αλλαξιά ρούχα, εσώρουχα και κάλτσες, ώστε να υπάρχει δυνατότητα αλλαγής ρούχων, σε περίπτωση ατυχήματος στην τουαλέτα.
2. Καπέλο για την αυλή
3. Μια μικρή τετράγωνη πετσέτα, που τα παιδιά τη χρησιμοποιούν ως σουπλά
4. Ένα μικρό μπουκαλάκι ή παγουρίνο με νερό. Για τις ζεστές μέρες παρακαλούμε να έχουν οι μαθητές/τριες δύο μπουκαλάκια νερό
5. Πιρούνι και κουτάλι εφόσον χρειάζονται για το κολατσιό ή το φαγητό
6. Σκεύος κολατσιού
7. Υγρομάντηλα

Φροντίστε ώστε το παιδί να μπορεί να ανοιγοκλείνει την τσάντα του και να μπορεί να χειρίζεται τα σκεύη που χρησιμοποιεί. Να μην είναι περίπλοκα.

Παρακαλούμε να ελέγχετε καθημερινά την τσάντα του παιδιού, ώστε να αλλάζετε τα ρουχαλάκια ή την πετσέτα αν έχουν λερωθεί. Ωφέλιμο για το παιδί είναι να συμμετέχει στη διαδικασία αυτή.

Αποτρέψτε το παιδί να φέρνει πράγματα και παιχνίδια από το σπίτι του κι επιστρέψτε πράγματα του σχολείου που τυχόν έχει πάρει (όχι από κακή πρόθεση).

Απαραίτητα για το ολοήμερο:

Μια μεγάλη τσάντα με δύο σεντονάκια (κούνιας), μαξιλάρι, κουβερτούλα. Αυτήν την τσάντα την φέρνετε στο σχολείο κάθε Δευτέρα και την παίρνετε κάθε Παρασκευή ώστε να πλυθούν.
Τάπερ με το μεσημεριανό φαγητό που να μπαίνει για ζέσταμα σε συμβατικό (οικιακό) φούρνο.
Κουτάλι και πιρούνι.
Προσοχή: απαγορεύονται αυστηρά τα μαχαίρια. Αν χρειαστεί να κοπεί κάτι στο φαγητό του παιδιού, θα κοπεί από το εκπαιδευτικό προσωπικό.

Σημαντικό: όλα τα είδη διατροφής των παιδιών που βγαίνουν από την τσάντα τους και τοποθετούνται στο ψυγείο , πρέπει να γράφουν το όνομα του παιδιού. Το όνομα μπορεί να αναγραφεί με ανεξίτηλο μαρκαδόρο στο μπολ φαγητού και σε οποιοδήποτε άλλο είδος εξυπηρέτησης (παγουρίνο, κ.τ.λ.). Είναι παιδαγωγικά σωστό να μάθουν τα παιδιά να τακτοποιούν μόνα τους τα σκεύη φαγητού τους στο ψυγείο.

Αυτοεξυπηρέτηση

- Αν το παιδί αυτοεξυπηρετείται στην τουαλέτα όλα καλά. Αν όχι, πρέπει να ξεκινήσετε άμεσα εντατικό «φροντιστήριο» αυτονομίας και αυτάρκειας.
- Στο νηπιαγωγείο τα παιδιά εξυπηρετούνται απολύτως μόνα τους, χωρίς τη βοήθεια εντός της τουαλέτας κανενός.

Διατροφή

Στο ίδιο πλαίσιο βρίσκεται και η χρήση κουταλιού/πιρουνιού και η αυτοεξυπηρέτηση του παιδιού στο φαγητό και το νερό.

Τα παιδιά στο νηπιαγωγείο τρώνε μόνα τους. Η βοήθεια που τους δίνεται είναι διακριτική και στο πλαίσιο να οδηγηθούν σε αυτονομία. Εξασκηθείτε στο άνοιγμα και κλείσιμο του δοχείου/μπολ του, στο δίπλωμα της πετσέτας, στο κράτημα και χειρισμό του πιρουνιού και κουταλιού. Παίξτε το σαν παιχνίδι στο σπίτι, ένα δικό σας, ωφέλιμο και πρακτικό σαβουάρ βιβρ.

Αν το παιδί έχει φρούτο για πρωινό καλό είναι να είναι καθαρισμένο και καλά πλυμένο αν πρόκειται να το φάει με τη φλούδα.

Στο ολοήμερο πρόγραμμα αποφύγετε φαγητά που δεν αρέσουν καθόλου στο παιδί. Αν π.χ. έχετε παρατηρήσει δυσκολία στο να τρώει λαδερά, αποφύγετέ τα για ένα διάστημα. Τις πρώτες 10-15 μέρες προτιμήστε φαγητά που αρέσουν ιδιαίτερα στο παιδί (όχι ανθυγιεινά) για να μην αισθανθεί ότι δεν τα καταφέρνει.

Στο σχολείο δεν επιτρέπονται συσκευασμένα προϊόντα ,αλμυρά κράκερς, μπισκότα, κρουασάν, σοκολάτες κι άλλα γλυκά, σοκολατούχα γάλατα και χυμοί. Γενικά οτιδήποτε είναι **γεμάτο συντηρητικά και με ελάχιστη ή καμία θρεπτική αξία**. Αντί για τα παραπάνω λοιπόν, προτιμήστε φρούτα και λαχανικά εποχής, κάποιο γιαούρτι (όχι παιδικό επιδόρπιο γιαουρτιού), σάντουιτς /τοστ με τυρί και ό,τι άλλο θεωρείτε καλή επιλογή (με βάση τις υποδείξεις των παιδιάτρων τα αλλαντικά δεν είναι τέτοια) ,αυγά, κάποια σπιτική πίτα ή πιτάκια ή ό,τι άλλο πιο υγιεινό μπορείτε να σκεφτείτε κι αν θέλετε πού και πού να προσφέρετε κάποιο γλυκό ας είναι τουλάχιστον ένα κέικ ή σπιτικά κουλουράκια/μπισκότα αλλά **σπάνια.**

Τέλος σας παρακαλούμε κατά την προετοιμασία του γεύματος να υπενθυμίζετε στα παιδιά ότι **δεν επιτρέπεται η ανταλλαγή φαγητών μεταξύ τους.** Παρόλο που είναι πολύ όμορφο να προσφέρουμε και να μοιραζόμαστε ,το επιλέγουμε και φροντίζουμε όσο το δυνατόν να εφαρμόζεται προκειμένου να αποφεύγεται να τρώει κάποιο παιδί κάτι που η οικογένειά του δεν εγκρίνει αλλά κυρίως από φόβο για τυχόν **αλλεργίες.**

Στο σημείο αυτό θα ζητήσουμε να μας ενημερώσετε εκ νέου για αλλεργίες των παιδιών με την έναρξη της σχολικής χρονιάς.

ΚΑΙ ΤΩΡΑ ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΚΑΠΟΙΕΣ ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ

Το Νηπιαγωγείο και η εικόνα του στο παιδί

- Περάστε μία έστω φορά απ΄ έξω από το Νηπιαγωγείο. Δείτε το, συζητήστε για όσα βλέπετε με το παιδί (την αυλή, κάποια τσουλήθρα ή ό,τι άλλο).
- Αποφεύγετε να αποκαλείτε το Νηπιαγωγείο «Μεγάλο Σχολείο» διότι δεν πρέπει να παρουσιάζεται ως κάτι μεγάλο, τρομακτικό και ανυπέρβλητο που θα σταθεί σαν γιγάντιος βράχος πάνω από το κεφάλι του παιδιού και ανά πάσα στιγμή θα το απειλεί.
- Αντιθέτως, παρουσιάζουμε το νηπιαγωγείο σαν έναν όμορφο χώρο δημιουργίας, μάθησης και χαράς (αυτό που είναι δηλαδή ούτως ή άλλως) που θα προσδώσει εύρος στην καθημερινότητα του παιδιού, αλλά σε καμία περίπτωση δε θα διακόψει τη σχέση και τους δεσμούς του με την οικογένειά του.

Ψυχολογική ασφάλεια- διαβεβαιώσεις

- Κάνουμε σαφές στο παιδί ότι θα υπάρχει μια σταθερή, αδιατάρακτη κυκλικότητα κατά τη φοίτησή του.
  Δεν υπάρχει περίπτωση να μην πάει επειδή δε θέλει.
  Δεν υπάρχει περίπτωση να μην το παραλάβει κάποιος το μεσημέρι ή να το ξεχάσει (σταθερό άγχος κάθε παιδιού).
  Δεν υπάρχει περίπτωση να αποφύγει ένα παιδί το σχολείο. Είναι ένας δρόμος που τον περπατάνε όλοι, ένας νόμος απαραβίαστος.
  Αλλά δεν υπάρχει και περίπτωση το παιδί να είναι ανυπεράσπιστο σε έναν χώρο αρχικά «ξένο».
- Δεν προδιαγράφουμε τίποτα. Φράσεις κλασικές όπως «θα κάνεις πολλούς φίλους εκεί«, «η δασκάλα σου θα είναι υπέροχη και θα σας μάθει πολλά πράγματα», «θα παίζεις με τα παιδάκια», είναι πιθανό να φορτώσουν επιπλέον άγχος στο παιδί καθώς τα πράγματα μπορεί να εξελιχθούν πολύ διαφορετικά: η δασκάλα να μην αρχίσει αμέσως να του μαθαίνει πράγματα, τα άλλα παιδιά με το δικό τους άγχος να μην θέλουν να παίξουν μαζί του και όλο αυτό να του εμφανίσει ένα σχολείο εντελώς έξω από αυτό που του περιγράψατε προσπαθώντας να το δελεάσετε.
- Καθιστούμε σαφές στο παιδί ότι η/ο νηπιαγωγός είναι ο άνθρωπός του στο σχολείο, ο άνθρωπος στον οποίο μπορεί να πει κάθε του πρόβλημα, να ζητήσει κάθε είδους βοήθεια, να αναζητήσει λύσεις που δεν μπορεί να δώσει ο ίδιος, ακόμα και να μετριάσει ή να εξαλείψει τις ανησυχίες του.

Η δική μας σιγουριά

Εξαιρετικά σημαντική είναι η ψυχολογία των ίδιων των γονιών. Αν η μαμά ή ο μπαμπάς τρέμουν από το άγχος τους για το πώς θα τα καταφέρει το παιδί στο Νηπιαγωγείο, το παιδί θα το διαισθανθεί και θα φροντίσει να δικαιώσει το άγχος τους, υιοθετώντας κι αυτό αρκετό από αυτό το άγχος. Δείχνουμε ξεκάθαρη εμπιστοσύνη στο παιδί και τις ικανότητές του, του δείχνουμε με κάθε τρόπο ότι πιστεύουμε πως θα τα πάει περίφημα χρησιμοποιώντας φράσεις όπως οι παρακάτω:

- Το «Σου έχω εμπιστοσύνη» (είναι κάπως καλύτερο από το λίγο πιο βαρύ «Πιστεύω σε σένα» που κρύβει μέσα του κι ένα «κοίτα μη με απογοητεύσεις») .
- Το «Είμαι σίγουρη ότι θα τα πας περίφημα και σε αυτό», φανερώνει την πίστη μας στο παιδί, ενώ φράσεις όπως
- «Θα είμαι δίπλα σου σε ό,τι χρειαστείς», «θα μιλάω και εγώ με τη δασκάλα σου για ό,τι χρειάζεσαι», δείχνουν ότι δεν σταματάμε να στεκόμαστε δίπλα στο παιδί μας τώρα που θα πάει στο σχολείο και ότι δεν τα φορτώνουμε όλα στους δασκάλους του.

Σημαντική επίσης είναι η κατάδειξη της χαράς μας ότι το παιδί μας μεγάλωσε και μπαίνει σε αυτήν την όμορφη πορεία:

- «Είμαι περήφανη/ος που μεγάλωσες και θα πας στο νηπιαγωγείο, όπως όλα τα παιδιά στον κόσμο» ή «Θα σε περιμένω κάθε μεσημέρι να μου πεις τα νέα σου και να τα συζητήσουμε». Είναι φράσεις που δημιουργούν τις γέφυρες ασφάλειας που έχει ανάγκη ένα παιδί πριν το άγνωστο.

Δυσκολία αποχωρισμού πρώτων ημερών

- Το παιδί νιώθει άγχος και προσπαθεί να αποφύγει το παγόβουνο που το πλησιάζει. Συχνά τις πρώτες μέρες θα κλαίει. Μην υποτιμήσετε το άγχος του. Φράσεις όπως «είσαι μεγάλο παιδί/άντρας/ολόκληρο κορίτσι τώρα και δεν πρέπει να κλαις» υποτιμούν την αναστάτωσή του, το προσβάλουν και μεγαλώνουν την απογοήτευση του παιδιού για τον εαυτό του. Τις αποφεύγουμε σε κάθε περίπτωση. Είναι προτιμότερο να πούμε «Σε καταλαβαίνω απόλυτα, είναι μεγάλο βήμα αυτό για σένα όμως είμαι σίγουρος/η πως θα τα πας μια χαρά».
- Να είστε αδιαπραγμάτευτη/ος ως προς την παραμονή του παιδιού στο σχολείο. Μην ανοίξετε σε καμία περίπτωση ψυχολογικό «παραθυράκι» του τύπου «να το πάρω και να φύγω αφού κλαίει έτσι». Με υπομονή και ενσυναίσθηση θα πετύχουμε την προσαρμογή του και θα χτίσουμε σιγά σιγά την ψυχική ανθεκτικότητά του.
- Ένα φιλί, μια όμορφη κουβέντα και ένα «γεια, θα σε πάρω το μεσημέρι» αρκούν. Κρατήστε την όποια συγκίνησή σας μόλις βγείτε από το σχολείο.
- Δείξτε εμπιστοσύνη στους εκπαιδευτικούς και μεταφέρετε αυτήν την εμπιστοσύνη στο παιδί σας. Οι εκπαιδευτικοί έχουν δει πολλές σκηνές έντονων αποχωρισμών. Δεν είναι ούτε το πρώτο ούτε το τελευταίο παιδί που αντιδρά έτσι. Θα σας βοηθήσουν να ομαλοποιηθεί η συμπεριφορά του παιδιού, αρκεί και εσείς να μην ανοίγετε παράθυρα διαφυγής στο παιδί.
- Δημιουργήστε συνήθειες αποχωρισμού ως τελετουργικές ρουτίνες. Κάθε πρωί πείτε τα νέα σας περπατώντας ως το σχολείο, καθιερώστε μία κίνηση ή μία αγκαλιά αποχαιρετισμού, ένα «καλά να περάσεις» ή ένα «σ' αγαπώ».
- Ένας καλός και ειλικρινής διάλογος με το παιδί για την αξία του σχολείου και τη σημασία της φοίτησής του σε αυτό είναι πάντα χρήσιμος. Ο εξαναγκασμός ωφελεί μόνον βραχυπρόθεσμα και είναι βλαπτικός σε πλήθος άλλων συμπεριφορών (αποφεύγουμε δηλαδή να λέμε: « Μείνε και μετά θα σου πάρω παιχνίδι, θα πάμε να αγοράσουμε παγωτό κ.τ.λ.).

Το πρωινό ξύπνημα

Αν ξέρετε ή υποψιάζεστε ότι το παιδί σας είναι από εκείνα που θα καθυστερήσουν σε όλες τις κινήσεις τους το πρωί με αποτέλεσμα να αργήσετε και να δημιουργηθεί εκνευρισμός, προσπαθήστε να ξυπνήσετε λίγο νωρίτερα. Είναι προτιμότερο όλες οι πρωινές κινήσεις να γίνουν ήρεμα και με άνεση, παρά κάτω από το άγχος του χρόνου. Το παιδί δεν ξέρει τι σημαίνει «βιάζομαι». Θεωρεί ότι ο χρόνος του ανήκει. Έτσι, εσείς θα εκνευριστείτε, θα μεταφερθεί και στο παιδί ο εκνευρισμός και το αποτέλεσμα θα είναι μια κακή διάθεση, η οποία κυρίως τις πρώτες μέρες είναι πολύ σημαντικό… να μην υπάρχει.

Λίγο πριν αρχίσει η σχολική χρονιά

Τις τελευταίες 2-3 μέρες (τουλάχιστον) πριν το σχολείο προσπαθήστε να μπείτε στις ρουτίνες της χρονιάς. Αυτό σημαίνει να πάψουμε να κοιμόμαστε αργά όσοι το κάναμε το καλοκαίρι, να φέρουμε τις συνήθειες που περίπου θα επικρατήσουν όλη τη χρονιά (ύπνος, γεύματα, ώρες, παιχνίδι, υπευθυνότητα χώρου κτλ.).

Αγοράστε μαζί και αφήστε το να επιλέξει τα σχολικά του: τσάντα, παγουρίνο, δοχείο φαγητού, πετσέτα. Θα το ενθουσιάσει που αυτά τα προσωπικά είδη προορίζονται για έναν μαθητή.

Διανθίστε «μυθιστορηματικά» τη δική σας πρώτη φορά στο σχολείο. Είχατε κι εσείς αγωνία, θέλατε κι εσείς να είναι όμορφα, δεν ήταν όλα σούπερ από την πρώτη μέρα αλλά στην πορεία όλα πήγαν υπέροχα κτλ.

Προϋπόθεση

Φροντίστε να έχετε περάσει, δεδομένων των εξωτερικών συνθηκών που ίσως δυσκολεύουν τη ζωή μας, ένα όσο το δυνατόν ομορφότερο καλοκαίρι, με χαρά και αγάπη, χωρίς άγχη και βοηθήματα προετοιμασίας για το σχολείο. Αυτή είναι μια τεράστια «προίκα» για μια όμορφη χρονιά στο νηπιαγωγείο (ή δύο αν το παιδί είναι προνήπιο).

Τι να (μην) κάνω πριν και κατά τη διάρκεια της φοίτησής του παιδιού στο νηπιαγωγείο

- Δεν ακυρώνουμε μπροστά στο παιδί τον/την εκπαιδευτικό του, καθώς το παιδί θα κουβαλήσει στο σχολείο αυτήν την ακύρωση. Συζητάμε μαζί του οτιδήποτε το προβληματίζει ακούγοντας το προσεκτικά και με ενσυναίσθηση αλλά αποφεύγουμε να διατυπώσουμε κρίσεις και συμπεράσματα ή να μιλήσουμε άσχημα για τον/την εκπαιδευτικό του διότι όταν αυτό συμβαίνει τα παιδιά αισθάνονται λύπη απογοήτευση και άγχος. Πώς θα περάσει τη χρονιά του με ένα άνθρωπο για τον οποίο οι γονείς του εκφράζονται άσχημα; Ευχαριστούμε το παιδί που μοιράστηκε μαζί μας αυτό που το απασχολεί ή το στενοχωρεί και το διαβεβαιώνουμε ότι είμαστε δίπλα του και θα το βοηθήσουμε. Συζητάμε ό,τι το απασχολεί με τον/την εκπαιδευτικό χωρίς την παρουσία παιδιών.
- Δεν εμφανίζουμε την/τον νηπιαγωγό ως τον παντοδύναμο που θα βάλει σε σειρά όλα τα κακώς κείμενα. «Τώρα που θα πας στο σχολείο θα σε στρώσει η δασκάλα σου». Αυτή είναι μια λάθος προσέγγιση και συχνά η αιτία που ένα παιδί κλαίει και δυσκολεύεται να αποχωριστεί για καιρό τ του το πρωί κατά την προσέλευση.
- Μη φοβάστε το ψαλίδι, το χαρτί, τον μαρκαδόρο, τις μπογιές. Εξοπλιστείτε με μια παρτίδα από αυτά, πάρτε μια ποδιά και ένα νάιλον τραπεζομάντιλο πολλαπλών χρήσεων και εμπιστευθείτε τον μικρό καλλιτέχνη σας.
- Να ρωτάτε κάθε μέρα το παιδί σας πώς πέρασε, τι του άρεσε, αν υπάρχει κάτι που το ενόχλησε (ίσως όχι αμέσως μετά το σχολείο που είναι κουρασμένα αλλά όποτε κρίνετε οι ίδιοι πώς είναι η κατάλληλη στιγμή για σύνδεση και κουβεντούλα). Να λέτε τα νέα σας καθημερινά, έστω και για λίγα λεπτά.
- **Συμμαχήστε με τους εκπαιδευτικούς στις καλές πρακτικές** που ενδεχομένως να επιδιώξουν να περάσουν στο παιδί: π.χ. διατροφικές συνήθειες, ασφάλεια, ανακύκλωση/αειφορία, ημέρα παιχνιδιού από το σπίτι, κυκλοφοριακή αγωγή κ.α. Η δική σας υποστήριξη σε ορθές συμπεριφορές θα παγιώσει την προσπάθεια του σχολείου.
- Προσέλθετε με ευγένεια και θετική διάθεση στο σχολείο, ακόμα κι όταν κάτι σας προβληματίζει ή δεν είναι κατανοητό. Να θυμάστε πάντα ότι αποτελούμε πρότυπα συμπεριφορών για τα παιδιά μας.

Ασφαλής συνύπαρξη

- Συμβουλεύουμε τα παιδιά μας να μην ανταποδίδουν κάποιο χτύπημα ή σπρώξιμο που δέχτηκαν. Οποιοδήποτε πρόβλημα προκύψει λύνεται από τα παιδιά με τους κατάλληλους χειρισμούς του/της νηπιαγωγού.
- Παροτρύνουμε το παιδί να μιλά στον/στην νηπιαγωγό της τάξης, για οτιδήποτε το απασχόλησε ή το ενόχλησε κυρίως στο σχολικό περιβάλλον. Αν κάτι παραμένει μυστικό, δεν μπορεί και να λυθεί.

Συζητάτε συχνά με τον/την νηπιαγωγό του παιδιού σας και δείξτε του/της εμπιστοσύνη!

Να έχετε μια υπέροχη χρονιά. Με αγάπη και χαμόγελο!

Οι εκπαιδευτικοί του 1ου ΝΓ Αντιμάχειας