



4^ο Νηπιαγωγείο Νέων Μουδανιών

Τηλέφωνο: 2373026636

e-mail : mail@4nip-n-moudan.chal.sch.gr

Σας καλωσορίζουμε στον μαγικό κόσμο του νηπιαγωγείου...

Το νηπιαγωγείο είναι μια ξεχωριστή εμπειρία για τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας, καθώς σηματοδοτεί μια μοναδική περίοδο ξεγνοιασιάς, δημιουργικού παιχνιδιού, καλλιέργειας πολλαπλών δεξιοτήτων, κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης.

• ΩΡΑΡΙΟ *

Υποδοχή των παιδιών: **8:15** με **8:30**

Αποχώρηση των παιδιών: **13:00** (πρωινό τμήμα)

16:00 (ολοήμερο τμήμα)

*Η τήρηση του ωραρίου είναι υποχρεωτική για την καλή λειτουργία του σχολείου και την ασφάλεια όλων των παιδιών.

*Η προσέλευση και η αποχώρηση των παιδιών γίνεται πάντοτε με συνοδεία ενήλικου ατόμου, που έχει δηλωθεί ως συνοδός (για οποιαδήποτε έκτακτη ανάγκη επικοινωνείτε με το σχολείο).

• Το πρωινό ξύπνημα

Το πρωινό ξύπνημα είναι καλό να γίνεται μέσα σε κλίμα ευχάριστο, χωρίς εντάσεις και συγκρούσεις. Πώς θα το καταφέρουμε αυτό; Ορίζοντας και τηρώντας ένα σταθερό ωράριο ύπνου για το παιδί. Το παιδί της προσχολικής ηλικίας έχει ανάγκη από τουλάχιστο 10 ώρες ύπνου την ημέρα, δεδομένου ότι σταδιακά η συνήθεια του μεσημεριανού ύπνου σταματά. Ένα παιδί που έχει ευχαριστηθεί τον ύπνο του, ξεκινάει την ημέρα του με κέφι και η καλή του διάθεση το συνοδεύει σε όλη τη διάρκεια της σχολικής του ημέρας. Είναι επίσης σημαντικό να έχει το παιδί αρκετό χρόνο, για να ντυθεί και να φάει το πρωινό του χωρίς να βιάζεται: για τον

λόγο αυτό, είναι προτιμότερο να ξυπνήσει δέκα λεπτά νωρίτερα παρά να ξεκινήσει την ημέρα του με άγχος.

- **Τι να φοράει στο σχολείο**

Είναι προτιμότερο να διαλέξετε ρούχα απλά και άνετα. Γενικά τα φερμουάρ σε σχέση με τα κουμπιά είναι πολύ πιο εύχρηστα για τα παιδικά χέρια, ενώ οι ζώνες (σε φούστες ή παντελόνια) πολύ συχνά δημιουργούν δυσκολία, ιδιαίτερα όταν το παιδί επείγεται να πάει στην τουαλέτα. Επίσης τα καλσόν σκίζονται ή φθείρονται πολύ εύκολα, ενώ δυσκολία δημιουργούν επίσης τα παπούτσια με κορδόνια, καθώς πολύ συχνά λύνονται και θέτουν σε κίνδυνο τη σωματική ακεραιότητα των νηπίων. Για τον λόγο αυτό προτιμήστε παπούτσια με βέλκρο (χρισ-χρατς).

Καλό θα ήταν να διαλέγετε μαζί με το παιδί τα ρούχα που θα φορέσει την επόμενη μέρα στο σχολείο, εξηγώντας παράλληλα ποια ρούχα είναι περισσότερο κατάλληλα για το σχολείο και γιατί.

- **Το δεκατιανό**

Συζητήστε με το παιδί σας τι ακριβώς θα παίρνει μαζί του για την ώρα του δεκατιανού. Αποφύγετε κρουασάν, τσιπς, γαριδάκια, σοκολάτες και γενικότερα τροφές με υψηλό αίσθημα κορεσμού. Ιδανικά το δεκατιανό είναι «στεγνό», φυλάσσεται μέσα σε απλό τάπερ που κλείνει με καπάκι και μπορεί να περιλαμβάνει ενδεικτικά:

- Φρούτο (το οποίο είναι καθαρισμένο και κομμένο από το σπίτι. Απαγορεύεται να πιάνουμε τα φαγητά των παιδιών. Μήλα, σταφύλια, κεράσια, ελιές απαγορεύονται λόγω κινδύνου πνιγμού)
- Σπιτικό σάντουιτς-τοστ
- Κουλούρι ή κριτσίνια
- Τυρί και ψωμί
- Σπιτικό κέικ
- Γιαούρτι
- Βραστό αυγό
- Κράκερς ολικής άλεσης
- Μπάρες δημητριακών
- Σταφιδόψωμο

- **Χρήση τουαλέτας**

Τα παιδιά στη χρήση της τουαλέτας θα πρέπει να μπορούν να αυτοεξυπηρετηθούν, όπως ακολουθείται και με τη διαδικασία του φαγητού. Σημαντικό είναι να ενισχύεται και να επιβραβεύεται αυτή η προσπάθεια και από το σπίτι.

- **Η σχολική τσάντα**

Τα πράγματα που καθημερινά θα χρειάζεται να φέρνει το παιδί στο σχολείο είναι αρκετά και μια ευρύχωρη τσάντα βοηθά σημαντικά το νήπιο να οργανώνει και να τακτοποιεί μόνο του τα πράγματα του χωρίς τη βοήθεια της Νηπιαγωγού, αφού στόχος είναι παιδιά ανεξάρτητα και αυτόνομα. Ιδανικά η σχολική τσάντα του νηπιαγωγείου θα πρέπει να έχει:

- Τάπερ με το δεκατιανό
- Μια αλλαξιιά ρούχα (με εσώρουχα και κάλτσες) π.χ. για την περίπτωση που βραχεί ή ιδρώσει.
- Παγουρίνο με φρέσκο νερό
- Ατομικά χαρτομάντηλα/μωρομάντηλα
- Ένα καπέλο για τον ήλιο

- **Τι χρειάζονται τα παιδιά του ολοήμερου**

Φαγητό: Τα παιδιά θα φέρνουν μαζί τους ένα τσαντάκι με το μεσημεριανό τους (χωριστά από τη σχολική τσάντα) σε ισοθερμικό τάπερ με ασφαλές κλείσιμο, όχι γυάλινο, κουτάλι, πιρούνι και ατομική πετσετούλα και ένα επιπλέον παγουράκι με νερό. Τα φαγητά των παιδιών θα πρέπει να είναι καλά τεμαχισμένα σε μικρά κομματάκια.

Ύπνος: Σε μια σταθερή σακούλα (π.χ. jumbo, lidl) με αναγραμμένο το όνομα του παιδιού να υπάρχει: ένα μικρό σεντόνι, μια μικρή πικέ κουβερτούλα και ένα μικρό μαξιλαράκι. Αυτά θα μένουν στο σχολείο και κάθε δεύτερη εβδομάδα θα τα παίρνετε στο σπίτι για πλύσιμο.

*Στα ατομικά είδη του παιδιού να γραφτούν με ανεξίτηλο μαρκαδόρο το όνομα και το επίθετο του.

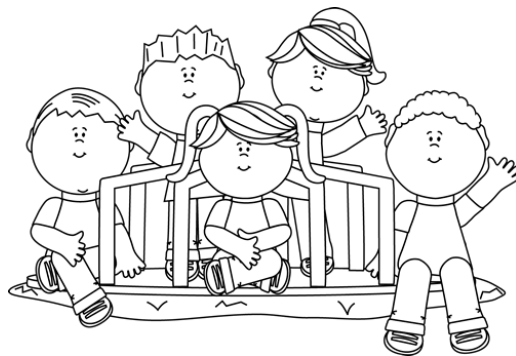
- **Οι ιώσεις**

Οι ιώσεις είναι συνήθως μια αναπόφευκτη δυσάρεστη πραγματικότητα για την πλειοψηφία των νηπίων (ιδιαίτερα για εκείνα που δεν έχουν φοιτήσει προηγουμένως σε άλλο προσχολικό πλαίσιο).

Θυμηθείτε ότι το παιδί που έχει εμφανίσει μια ίωση (έστω και ελαφριάς μορφής, χωρίς έντονα συμπτώματα ή πυρετό) παραμένει στο σπίτι έως την πλήρη ανάρρωσή του.

- **Μικρές και ανεπιθύμητες ψείρες**

Οι ψείρες είναι ένα πολύ συνηθισμένο πρόβλημα στο νηπιαγωγείο. Ακμάζουν κατά τη διάρκεια επιστροφής των παιδιών στο σχολείο τον Σεπτέμβριο και τον Οκτώβριο. Επίσης είναι καλό να γνωρίζουμε ότι οι ψείρες πηγαίνουν και σε καθαρά και σε βρώμικα μαλλιά, μετακινούνται από παιδί σε παιδί, ιδιαίτερα όταν μοιράζονται προσωπικά αντικείμενα (όπως χτενάκια, τσιμπιδάκια, κοκαλάκια, καπέλα), γεγονός που σε κάθε περίπτωση καλό είναι να αποφεύγεται. Το Νηπιαγωγείο θα ενημερώσει άμεσα τις οικογένειες των παιδιών, στην περίπτωση που παρουσιαστεί κρούσμα που πέσει στην αντίληψη των Νηπιαγωγών. Θυμηθείτε, ωστόσο, ότι είναι σημαντικό να μιλήσετε με τις εκπαιδευτικούς, αν διαπιστώσετε στο σπίτι σχετικό κρούσμα. Προτείνουμε να χρησιμοποιείτε προληπτική λοσιόν αφού πρώτα συμβουλευτείτε τον παιδίατρο σας.



Καλή και δημιουργική σχολική χρονιά!!!