


ΚΑΛΩΣ ΗΡΘΑΤΕ
ΣΤΟ 4^ο ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ
ΠΕΥΚΩΝ



Πηγαίνω στο Νηπιαγωγείο...

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



Ακολουθούν μερικές ιδέες-προτάσεις που πιστεύουμε ότι θα βοηθήσουν γονείς και παιδιά να απολαύσουν ακόμα περισσότερο τη μοναδική εμπειρία του Νηπιαγωγείου.

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 τουλάχιστον 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 σχίζονται 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 βέληκρο.

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. Επειδή το σχολείο δίνει έμφαση στην υγιεινή διατροφή, 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
- Σπιτικό σάντουιτς - τοστ
- Κουλούρι ή κριτσίνια
- Τυρί και ψωμί
- Σπιτικό κέικ
- Γιαούρτι
- Βραστό αβγό
- Κράκερς ολικής άλεσης
- Μπάρες δημητριακών
- Σταφιδόψωμο



Η σχολική τσάντα

Προτιμήστε τσάντες που τα παιδιά μπορούν να χειριστούν , ευρύχωρες αλλά όχι δυσανάλογα μεγάλες για να μεταφέρονται και να αποθηκεύονται εύκολα. Η τσάντα του παιδιού θα έχει καθημερινά:

- *Ταπεράκι με το δεκατιανό του*
- *1 παγουρίνο με νερό*
- *1 καπέλο για τον ήλιο*
- *Χαρτομάντηλα*
- *Ισοθερμικό δοχείο φαγητού για τα παιδιά του ολοήμερου τμήματος.*
- *Στο σχολείο θα παραμένει μία αλλαξιά για ώρα ανάγκης σε χάρτινο κουτί παπουτσιών καθώς και κλειστά παντοφλάκια για χρήση μέσα στην τάξη.*

Σε όλα θα υπάρχει γραμμένο το όνομα του παιδιού.

Οι ιώσεις...

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

Θυμηθείτε ότι είναι καλύτερο να παραμείνει στο σπίτι το παιδί που έχει εμφανίσει μία ίωση (έστω και ελαφριάς μορφής, χωρίς έντονα συμπτώματα ή πυρετό), καθώς συνήθως με την ένταση της σχολικής ημέρας η κατάσταση του επιδεινώνεται και η ανάρρωσή του καθυστερεί.

Επίσης, ένα παιδί που έρχεται άρρωστο στο Νηπιαγωγείο είναι σχεδόν σίγουρο ότι θα μεταφέρει την ίωση σε κάποιο ή σε κάποια από τα υπόλοιπα παιδιά της ομάδας.



Οι επίμονες ερωτήσεις...

Όταν το παιδί γυρίζει από το σχολείο, είναι προτιμότερο να μην το «βομβαρδίζετε» με ερωτήσεις. Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας χρειάζονται συνήθως χρόνο, προκειμένου να εξοικειωθούν με το καινούριο περιβάλλον του Νηπιαγωγείου. Ορίστε μία ώρα μέσα στην ημέρα, κατά την οποία θα συζητάτε μαζί του σχετικά με τις χαρές και τις ανησυχίες του, τους φίλους ή φίλες του στο σχολείο και μην ξεχνάτε να το επιβραβεύετε συχνά για κάθε μικρή αλλά σημαντική του κατάκτηση.

Αφήστε το να σας πει από μόνο του πώς πέρασε την ημέρα του και δείξτε κατανόηση στην ενδεχόμενη στιγμιαία κακή του διάθεση ή στον εκνευρισμό του. Αν πάλι η έντασή του φαίνεται να παρατείνεται, μη διστάσετε να απευθυνθείτε στις εκπαιδευτικούς του τμήματος.



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 ή 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.



Πώς θα ενημερώνομαι;

- Με συναντήσεις προγραμματισμένες κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς
- Με ατομικές συναντήσεις κατόπιν συνεννόησης με τις υπηπιαγωγούς
 - Τηλεφωνικώς για έκτακτα θέματα
 - Με ενημερωτικά σημειώματα όποτε κρίνεται απαραίτητο.
 - Μέσω της ιστοσελίδας του σχολείου

Είναι σημαντικό να αισθάνεστε το σχολείο του παιδιού σας ως έναν χώρο, όπου μπορούν να ακουστούν οι ανησυχίες και οι προβληματισμοί σας, ως έναν χώρο όπου γονείς και εκπαιδευτικοί «εργάζονται» παράλληλα προς την επίτευξη ενός κεντρικού κοινού στόχου: την ευτυχία και την ισόρροπη ανάπτυξη των παιδιών.



Καλή και δημιουργική σχολική χρονιά !!



*Ένα παιδί μπορεί να διδάξει σε έναν ενήλικο τρία πράγματα:
να είναι ευτυχισμένος χωρίς ιδιαίτερο λόγο, να είναι πάντα απασχολημένος
με κάτι και να ξέρει να απαιτεί με όλη του τη δύναμη αυτό που θέλει.*

Paulo Coelho