

**ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ  
ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ ΣΤΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ**

**ΣΧΟΛΕΙΟ:** 8ο Νηπιαγωγείο Λιβαδειάς  
**ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ:** 22610-26471/ 22613-51564  
**E-MAIL:** [mail@8nip-livad.voi.sch.gr](mailto:mail@8nip-livad.voi.sch.gr)  
**ΙΣΤΟΛΟΓΙΟ:** <https://blogs.sch.gr/8niplivad/>

Παρακαλούμε να ελέγχετε συχνά το email σας και να επισκέπτεσθε το ιστολόγιο του νηπιαγωγείου για ενημέρωση και παιδαγωγικό υλικό.

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΝΗΠΙΑΓΩΓΟΙ:** Τρωγάδα Ελένη - Δούκα Ελίνα

**ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ**

**ΥΠΟΔΟΧΗ ΜΑΘΗΤΩΝ :** 8.15' - 8.30'

**ΑΠΟΧΩΡΗΣΗ:** 13.00'

**Παρακαλούμε:**

Όλους τους αγαπητούς γονείς να τηρούν τις ώρες προσέλευσης και αποχώρησης προκειμένου να μην δημιουργούνται προβλήματα στην εύρυθμη λειτουργία του σχολείου.

**ΓΕΥΜΑΤΑ-ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

**ΩΡΑ ΔΕΚΑΤΙΑΝΟΥ ΓΕΥΜΑΤΟΣ:** (πριν το διάλειμμα)

Τα παιδιά πρέπει να έχουν στην τσάντα τους για την εξυπηρέτησή τους:

1. Πετσετούλα μικρού μεγέθους
2. Δοχείο Φαγητού (τάπερ-μπολ)
3. Μπουκαλάκι νερού

Παρακαλούμε τα δοχεία φαγητού και νερού να μην είναι περίπλοκα και δύσκολα στο άνοιγμα/κλείσιμο, τα παιδιά να έχουν εξοικειωθεί με αυτό ώστε να μπορούν μόνο τους να τα διαχειρίζονται.

➤ **Τροφές που καλό είναι να προτιμώνται:**

Φυσικοί χυμοί, λευκό γιαούρτι, συσκευασμένο γάλα, φρούτα, σπιτικά σάντουιτς, τوست, σπιτικές πίτες, σπιτικά γλυκά, κουλούρι, κριτσίνια, βραστό αβγό, κράκερς, μπάρες δημητριακών, σταφιδόψωμο, ψωμί και τυρί.

➤ **Τροφές που καλό είναι να αποφεύγονται:**

Κρουασάν, σοκολατοειδή, περιπτεροειδή, έτοιμα γλυκά, τυποποιημένες τροφές.

**ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ**

- ✓ Στο νηπιαγωγείο παίζουμε, κυλιόμαστε, εργαζόμαστε με μπογιές ή άλλα υλικά. Έτσι είναι πολύ εύκολο να λερωθούμε. Καλό θα είναι λοιπόν τα παιδιά να έρχονται με **απλά και άνετα ρούχα και παπούτσια** που δεν εμποδίζουν την κίνηση.
- ✓ Αποφεύγουμε τα **πολύτιμα αντικείμενα** (σταυρούς, αληθινά κοσμήματα, αλυσίδες). Είναι εύκολο να χαθούν και επίσης μπορεί να προκαλέσουν πνιγμούς σε ενδεχόμενο αδέξιο τράβηγμα.
- ✓ Δε φοράμε **τιράντες, ζώνες και κουμπιά** που έχουν δυσκολία αφαίρεσης κατά την εξυπηρέτησή μας στην τουαλέτα. Το φερμουάρ είναι πιο εύχρηστο στα παιδικά χέρια.
- ✓ Προτιμήστε παπούτσια με **βέκτρο** καθώς τα κορδόνια συχνά λύνονται και θέτουν σε κίνδυνο την σωματική ακεραιότητα των νηπίων.
- ✓ Τα μπουφάν να έχουν **θυλάκια για εύκολο κρέμασμα**.

**ΑΥΤΟΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ**

Τα παιδιά στο νηπιαγωγείο εξυπηρετούνται μόνο τους στην τουαλέτα.

Σε περίπτωση «ατυχήματος» τότε ειδοποιούμε τηλεφωνικά τους γονείς για την παραλαβή του νηπίου ή την επίσκεψή τους στο χώρο του νηπιαγωγείου ώστε να φροντίσουν το παιδί τους. Οι εργαζόμενοι γονείς φροντίστε να υπάρχει πάντα ένα διαθέσιμο πρόσωπο για τυχόν ώρα ανάγκης.

### **ΑΣΦΑΛΗΣ ΣΥΝΥΠΑΡΞΗ**

- ✓ ΔΕ συμβουλευόμαστε τα παιδιά να ανταποδίδουν κάποιο χτύπημα ή σπρώξιμο που δέχτηκαν. Οποιοδήποτε πρόβλημα προκύψει λύνεται από τα παιδιά με τους χειρισμούς της νηπιαγωγού.
- ✓ Παροτρύνουμε το παιδί να μιλά στη νηπιαγωγό της τάξης για οτιδήποτε το απασχόλησε ή το ενόχλησε. Αν κάτι παραμένει μυστικό, δε μπορεί και να λυθεί.
- ✓ Από τη μεριά μας παροτρύνουμε τα παιδιά από την αρχή της χρονιάς να μην εκθέτουν τον εαυτό τους για κανέναν λόγο σε καταστάσεις που μπορεί να προκαλέσουν ατυχήματα.

### **ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ...**

Δε φέρνουμε μέσα στην τσάντα μας παιχνίδια ή όποιο άλλο αντικείμενο από το σπίτι. Τα παιχνίδια αυτά δημιουργούν εντάσεις διότι τις περισσότερες φορές τα παιδιά δεν θέλουν να τα μοιραστούν με τους άλλους, αλλά από την άλλη θέλουν να τα παρουσιάσουν σε όλους! Επίσης, κατά έναν περίεργο λόγο, πάντα τα παιχνίδια αυτά καταλήγουν σπασμένα!

### **ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ που συνεισφέρουν στην προετοιμασία του παιδιού για την ομαλή μετάβασή του στο Νηπιαγωγείο.**

- ✓ Ενθαρρύνετε το παιδί σας να παίζει με άλλα παιδιά και να συμμετέχει ενεργά σε ομαδικές δραστηριότητες. Διδάξτε του πώς να συνεργάζεται, πώς να μοιράζεται πράγματα με άλλους και πώς να περιμένει τη σειρά του.
- ✓ Δείξτε του πώς να οργανώνει το χώρο του και τα πράγματά του. Π.χ. δείξτε του πώς να τακτοποιεί τα καθαρά του ρούχα στα συρτάρια του. Έτσι μαθαίνει να διαχειρίζεται το χώρο του.
- ✓ Θέστε σταθερά και λογικά όρια συμπεριφοράς και κανόνες στο σπίτι. Επιμείνετε στην τήρησή τους. Π.χ. Πότε, για πόση ώρα και τι θα βλέπει στην τηλεόραση. Ή, επιμείνετε να τακτοποιεί τα παιχνίδια του και τα πράγματά του, κ.ά. Η οριοθέτηση της συμπεριφοράς στο σπίτι θα βοηθήσει το παιδί σας να κατανοήσει και να αποδεχτεί ευκολότερα τους κανόνες της ζωής στο νηπιαγωγείο.
- ✓ Αναθέστε του ευθύνες και δώστε του πρωτοβουλίες για θέματα χαμηλού ρίσκου και μειωμένης επικινδυνότητας. Π.χ. να πηγαίνει στην τουαλέτα μόνο του, να πλένεται και να ντύνεται μόνο του, να φορά τα παπούτσια του, να διαλέξει τι ρούχα θα φορέσει, κ.ά. Έτσι, προωθείτε σταδιακά την αυτονομία του, το βοηθάτε να αποκτήσει αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση και το ενδυναμώνετε.
- ✓ Διαβάστε στο παιδί σας παραμύθια και σχολιάστε το περιεχόμενό τους.
- ✓ Μια εβδομάδα πριν το ξεκίνημα της φοίτησής του φροντίστε για την προσαρμογή του στο ωράριο του νηπιαγωγείου. Είναι σημαντικό να ξυπνάει νωρίς, να ετοιμάζεται μόνο του και να αισθάνεται ξεκούραστο.