

## Gyakorlati tanácsok az óvodai beszoktatáshoz

### Kedves Szülők!

Első gyermekkel nem egyszerű a beszoktatás az óvodába. Szeretnék adni néhány hasznos tanácsot, ami esetleg megkönnyítheti a beszoktatást.

Nekünk az egyik legfontosabb dolog, hogy lehetőséget biztosítsunk arra, hogy találkozzanak **az intézményben dolgozó, óvó nénikkel, dajka nénikkel**. Erre ad lehetőséget a hagyományos „ovi délelőtt”, melyet minden óvodai beiratkozás előtti hónap szombatján megrendezünk. Ez az a nap, amikor szülő-gyerek együtt látogat el az oviba ismerkedési, tájékoztató célokkal.

Ezen a délelőttön az óvoda dolgozói, vezetői által már lehetőség nyílik információt kapni az óvoda életéről, szokásairól, hagyományairól, szabályairól. Ez folytatódik a nyár eleji szülői értekezleten, amikor kicsit aprólékosabban „bontjuk ki” az óvodával kapcsolatos információ csomagot. Konkrétan lehet azokkal a csoportos óvó nénikkel beszélgetni, akik szeptemberben várják majd a gyermekeket.

A szeptember nehéz időszak az óvodáskorú gyermekek számára. A három éveseknek azért, mert a családtól távol, egy teljesen új, ismeretlen környezetbe kerülnek. A nagyobbaknak sem könnyű, mert a nyári nagy szabadság után újra bele kell rázódnium az óvodai életbe.

Érdemes azonban néhány dologra odafigyelni, hogy zökkenőmentes, és örömteli legyen a szeptemberi tanévkezdés:

- Az „**elválás**”. Bizony, nehéz elengedni a mi kis féltett apróságunkat. Amikor majd azt mondja az óvó néni, hogy “Anyuka, most elmegy egy kicsit, elintézi dolgát”, akkor sok anyuka szeme könnybe lábad. És hogyan nyugszik meg? Erre egy gyakori példa: amikor meglesi a távolból, vagy telefonált az óvodába, hogy gyermeke megnyugodott-e, jól van-e? Ezt nem kell szégyellni, ez az érzés természetes. De az a lényeg, hogy ettől az Anyuka megnyugodjon, de ezt a félelmet ne érezze meg gyermeke. Vigyázzunk, mert a gyerekek „radarjai” sokkal kifinomultabbak, mint a felnőtteké. Ha megérezik Anyu félelmeit, akkor nagyon nehéz lesz az elválás. Az elválás, a búcsú, melyet nem érdemes sokáig húzni. A szeretetteljes szülői határozottság is meghatározó.
- A nyár folyamán, illetve az óvodáztatás előtt, beszélgessenek az óvodáról, sétáljanak az óvoda felé. (De csak a túrés határáig) Beszéljenek arról, hogy mi történik az óvodában. Hogy a játék mellett, mennyi mindent fognak még csinálni a többi kisgyerekekkel. Válaszoljanak a gyermek által feltett kérdésekre. De arról ne akarják kategorikusan meggyőzni, hogy „milyen jó lesz. ott” Nem azért mert nem lesz jó, hanem mert ez a kijelentés a gyerekek számára még egyenlő az Anyutól való elválással. Az sem a legbiztosabb meggyőzési forma, hogy „Ő már nagylány/nagyfiú, neki már kell a társaság”,
- És itt lép be a legfontosabb tennivaló. Az **Őszinteség!!** El kell mondani a gyerekek korának megfelelő szinten, hogy Anyunak már vissza kell mennie, dolgozni a munkahelyére, és bármilyen hihetetlen is, elmagyarázni a munka jelentőségét.

- És újabb fontos dolog a bizalom, a hitelesség! A beszoktatás folyamán is tartsák magukat azokhoz az ígéretekhez melyet gyermeküknek tesznek.(mikor jönnek, és várhatóan ki jön a gyerekért)
- Na és megint egy fontos dolog. A jutalmazás! Ne ígérjenek különböző dolgokat azért, hogy gyermekük jól érezze magát az óvodában, illetve ne sírjon, vagy ne szomorkodjon. Lássuk be önkritikusan. Ez nekünk felnőtteknek sem jöjjön be. Ehelyett könnyítse meg a várakozást a biztonság érzése. Az a biztonság, melyet őszinteségükkel alapoznak meg gyermekükben. Mindig tartsák be az ígéretet, melyet reggel búcsúzkodás közben mondanak gyermeküknek. „Ebéd után/ uzsonna után” itt vagyok érted. A gyerekek az óvodai napirendhez tudják viszonyítani az idő múlását. Még egy jó tanács! Ha késnek, telefonáljanak, mert azt az üzenetet gyermekük is megkapja! Hazafelé beszélgessenek a nap történéseiről. Mindkettőjüket érintő eseményekről.(óvodamunkahely)
- Fontos még a **tájékoztatás**: nagy segítség az óvónőknek, ha tudják a gyermek szokásait, mivel szeret játszani, mennyire önálló az étkezésben, öltözködésben, mert akkor felkészültebben tudják fogadni őket. Sok-sok évvel ezelőtt még volt igény a családlátogatásra. Ma már csak akkor mennek el a Kollégák, ha ezt felajánlja a család.
- Nagyon jót tud tenni a beszoktatás idején, ha lesz gyermekük csoportjában olyan vele hasonló korú kisgyerek, akit korábbról már ismer. A beiratkozás során jelezzék ezt, és a csoportszervezések során igyekezünk ezt figyelembe venni.
- **Szánjunk időt a beszoktatásra.** Senki ne gondolja, hogy ez rövid idő lesz. Ez egy folyamat, amellyel meg kell birkózni a gyermeknek és a családnak is. Ne tévesszen meg senkit a kezdeti állapot, tartsák szem előtt, számítsanak rá, hogy lesznek „jobb és rosszabb” napok. Ez különben sem korfüggő állapot.

Tennivalók a szülők számára az óvoda megkezdése előtt, a beszoktatási időben:

- Ellenőrizni, hogy **megvan-e minden**, amit a szülői értekezleten kértek? (óvodai kezdő csomag, tisztasági csomag, váltóruha, ágynemű.....)
- Egy hétnél nem régebbi orvosi igazolás
- Ne izguljanak! Ne kapkodjanak! Ne rohanjanak! Miért? Mert ezt mind megérzi gyermekük is.
- Készüljenek fel arra is, hogy az óvoda nagy közösség, melyben sajnálatosan fertőzések, és bacik is vannak. Nem árthat előtte egy kicsit immunerősítés. Fontos még tudni, hogy az óvoda nem egészségügyi intézmény. A beteg vagy betegség jelét mutató gyermeket az óvoda jelzését követően haza kell vinni, és legközelebb csak orvosi igazolás ellenében tudjuk fogadni.
- Reggelente legyen idő az ébredésre, a készülődésre, soha ne érkezzenek üres gyomorral az óvodába, az addig szokásos reggeli rutinok (kicsi dédelgetés, kakaó ivás) ne maradjanak el. Ez csak akkor lehetséges, ha az esti mese, az esti lefekvés, a jó éjt puszi is rendszeres időpontban történik, és a gyermeknek van ideje kipihenni magát. Ha ez jelenleg nem így van, akkor kezdődhet ennek bevezetése. Fontos ebben a korban, hogy legalább 9-10 óra legyen az éjszakai alvás a gyermek számára.
- Tartsák be az érkezési időt, mely legkésőbb reggel 8-ig történjen meg. Ha ez után érkeznek, már megkezdődik a napirend szerinti elfoglaltság, így számítaniuk kell arra,

hogy az óvónőknek, nem lesz elég ideje, hogy megfelelő figyelemmel kísérje/fogadja érkező a gyermeküket/az Önök információját.

- Nagyon kérem a Kedves Szülőket, hogy az óvoda házirendjét tartsák tiszteletben, és az abban foglaltakat tekintsék kötelező érvényűnek. Minden szülő megkapja nyomtatott formában az első szülői értekezleten, de megtalálhatja az óvoda honlapján is
- [www.kastelykozpontiovodagod.hu](http://www.kastelykozpontiovodagod.hu)

Nyugalmas óvodai éveket kívánunk!

## Az óvodáztatáskor szükséges felszerelések részletes jegyzéke

### óvodai zsák:

- érdemes előre tájékozódni ennek szükségességéről, hiszen előfordulhat hogy nem is lesz rá szükség, és a szekrény is meghatározó lehet.
- **óvodai ruházat:**
  - Szükség lesz egy benti ruhára, ami legyen kényelmes viselet, és amiben jó játszani!
  - A benti zárt cipőnél, esetleg szandálnál fontos, hogy a lábat jól tartsa, és a talpa ne csússzon. Papucs, mamusz nem jöhet szóba.
  - Fontos a váltóruha is, ami tartalmazzon: bugyit, zoknit, nadrágot/szoknyát és polót.
- **tisztasági csomag (általában):**
  - teljes fogmosó felszerelés
  - szalvéta
  - papír zsebkendő
  - folyékony szappan
  - 2 kis törülköző (lehet várni vele az első szülői értekezletig, hogy egyforma legyen)
  - WC papír

### alváshoz:

- ágynemű (szabványméretű gyermekágynemű)
- lapos (nagyon vékony) kispárna
- Az alvós kedvenc, ha a gyermeknek van ilyen szükséglete

### tornafelszerelés:

- tornazsákban: fehér póló, rövidnadrág és tornacipő

### óvodai foglalkozásokhoz:

- sokat segíthetnek, ha némi papírt tudnak hozni az óvodába, amelyre a gyerekek rajzolhatnak.
- évközben is lehetnek apró dolgok, amiket a gyerekeknek gyűjteni kell, pl. színes falevél, magvak, tejfölös doboz, kifűjt tojás, stb. - ezáltal segítve az óvodai kreatív munkát.